

فاعلية الإنموج الجيد المقرون بالأجهزة البصرية والسمعبصرية في الأداء الفني والتحصيل المعرفي برفعة الخطف للطلاب

م.د. نهوژين بختيار صالح
جامعة السليمانية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
nawzheen.salih@univsul.edu.iq
الكلمة المفتاحية : التحصيل المعرفي
تاريخ استلام البحث : 2023/7/18
DOI:10.23813/FA/28/3
FA/202409/28P/1/565

الملخص:

يهدف البحث الى اعداد الوحدات التعليمية للنموذج الجيد المقرون بالاجهزة البصرية والسمعبصرية لطلاب قسم التربية الاساس بجامعة السليمانية، ومعرفة فاعلية النموذج الجيد المقرون بكل من الاجهزة السمعبصرية والبصرية داخل الوحدات التعليمية في التحصيل المعرفي والاداء لرفعة الخطف لدى عينة البحث، ومعرفة الفروقات بين النموذج الجيد بالاجهزة السمعبصرية والبصرية داخل الوحدات التعليمية في متغيرات البحث ولدى عينة البحث. أستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين تجريبيتين ذات الاختبار القبلي والبعدي لملاءمته مع طبيعة المشكلة، شملت عينة البحث عدد من طلاب السنة الدراسية الثانية بقسم التربية الاساس بجامعة السليمانية والبالغ عددهم (10) طلاب، واستعان الباحث بالوسائل لجمع المعلومات وعدد من الاجهزة والادوات وثم تكافؤ العينة في القدرات البدنية واجراء تجارب الاستطلاعية وتنفيذ الوحدات التعريفية فضلاً عن الاختبار القبلي واعداد وحدات تعليمية بنوعين (النموذج الجيد المقرون بالاجهزة البصرية) و (النموذج الجيد المقرون بالاجهزة السمعبصرية) وتنفيذ الوحدات ومن ثم اجراء الاختبارات البعدية، واستخدام الحقيبة الاحصائية الالكترونية لمعالجة البيانات. توصل الباحث الى عدد من الاستنتاجات أهمها تفوقت المجموعة التجريبية الثانية التي اتبعت استخدام النموذج الجيد المقرون بالاجهزة السمعبصرية على المجموعة التجريبية الاولى التي اتبعت النموذج بالاجهزة البصرية في الفرق بين كل من مستوى الاداء الفني والتحصيل المعرفي.

**The Main Model Affects Visual and Audiovisual Devices in
Artistic Performances and Tourist Collection by the
Kidnapping of Aspirants
Ass. Pro. Dr. Neozen Bekhtyar Salih
Sulaymaniyah University – College of Physical Education
and Sports Sciences**

Abstract

The research aims to prepare the educational units of a good model associated with visual and audiovisual devices for male students of the Department of Basic Education at the University of Sulaymaniyah, and to know the effectiveness of a good model associated with both audiovisual and visual devices within the educational units in cognitive achievement and performance of the snatch raise in the research sample, and to know the differences between the good model with audiovisual and visual devices Within the educational units in the research variables and in the research sample. The researcher uses the experimental method by designing two experimental groups with a pre and post test to suit it with the nature of the problem. The researcher used the means to collect information and a number of devices and tools, then equalize the sample in physical capabilities, conduct exploratory experiments, implement introductory units as well as pre-test, and prepare educational units of two types (the good model associated with visual devices) and (the good model associated with audiovisual devices) and the implementation of the units and then conducting tests Dimensional, and the use of the electronic statistical bag for data processing. The researcher reached a number of conclusions, the most important of which is the superiority of the second experimental group that followed the use of the good model coupled with audio-visual devices over the first experimental group that followed the model with visual devices in the difference between both the level of technical performance and cognitive achievement.

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تعد عملية التعليم بشكل عام من أهم العمليات التربوية التي تحتاج الى التخطيط العلمي السليم كي تصل الى اهدافها، وهي توصيل المعلومات الى المتعلم بأفضل اسلوب ممكن، "يعتمد التعلم الحركي على مدى فاعلية الاساليب المستخدمة في تعليم المهارات الحركية للوصول الى المستوى المقبول في الاداء ضمن الوقت المحدد له، مما دفع العاملين في مجال التعلم الحركي الى البحث عن أفضل الاساليب التعليمية الحديثة في تحقيق هدف تعلم المهارات الحركية". (مفتي والكاتب، 2004 : 4).

اضاف التطور العلمي الكثير من الوسائل التي يمكن المعلم الاستفادة منها في تهيئة مجالات الخبرة للمتعلمين، حتى يتم اعدادهم بدرجة عالية من الكفاءة "اذ يمكن للمعلم الاستعانة بوسائل تعليمية عديدة منها الافلام والوسائل البصرية والسمعية، وما إلى ذلك لتحقيق اكبر قدر من التعلم" (كاظم، 1993: 12).
إن الإنموذج هو تقديم صورة حركية للمهارة لكل أو الجزء منها للمتعلم ويتم ذلك بواسطة المعلم أو شخص آخر يجيد الحركة، وهو أحد مجالات الخبرة التي يمكن أن تقدم من خلال الاستعانة بالوسائل التي خصصت لهذا الغرض، ألا وهي الأجهزة البصرية والسمعية إذ تعد واحدة من وسائل الإيضاح المهمة في التعليم إذ تساهم في استيعاب المعلومات الجديدة التي يقدمها وساعد وصولها الى ذهن المتعلم، وبذلك تساعد في بقاء هذه المعلومات اطول فترة ممكنة، وتهدف ايضاً الى توجيه الملاحظة والتأمل في الاشياء والحوادث.

درس رفع الاثقال أحد الدروس العملية التي تدرس في جامعات اقليم كردستان العراق ودخل في تعلمها أحدث ما توصلت إليه تكنولوجيا التعلم شأنها في ذلك شأن بقية الفعاليات والالعاب الرياضية. وهناك عناصر متعددة لهذه الفعالية ألا وهي تعليم المراحل الحركية والفنية للفعالية والمعرفية والوجدانية وتطبيقها. لأن الفعالية تحتل مكانة خاصة فهي تشتمل على رفعتي النتر والخطف والتي على الطالب أن يتعلمها ويتمكن من ادائها وأن يكون لديه معرفة تامة لجميع جوانب الفعالية (كيفية الأداء الفني للفعالية).

ان الغرض الاساسي لاستخدام الاساليب والوسائل المتعددة هو تحقيق الاهداف التعليمية ومنها التحصيل المعرفي "وكل هذا لا يأتي إلا من خلال تطوير اساليب التعليم عن طريق زيادة البدائل التعليمية المتنوعة" (رشدي وآخرون، 1984: 45).

وانطلاقاً مما تقدم تكمن اهمية البحث في استخدام النموذج الجيد المقرون بالأجهزة البصرية والسمعية في الوحدات التعليمية لطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية في جامعة السليمانية، ومن جهة اخرى معرفة تأثير النموذج الجيد المقرون بالأجهزة البصرية والسمعية في مستوى

الاداء الفني والتحصيل المعرفي لرفعة الخطف، وهي محاولة لتطوير الجانب التعليمي بصورة عامة وفعالية رفع الاثقال ورفعة الخطف بصورة خاصة.

2-1 مشكلة البحث:

تعددت انواع الوسائل التعليمية ومنها (الوسائل البصرية، والسمعية، واللفظية) واكدت الدراسات والبحوث بأنه لها دورا فعالا وكبيراً في العملية التعليمية من جهة، وإن النموذج الجيد بنوعه المصور والمتحرك ذات فوائد عديدة والتي تستخدم في الكشف عن سلوك الأنظمة وتحديد درجة تطورها واتجاه هذا التطور وغيرها من الفوائد من جهة أخرى.

لكن من خلال الملاحظة الميدانية للباحث ومتابعة درس رفع الاثقال في عدد من الاقسام وكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان العراق لاحظ بأن اكثرية القائمين بتلك العملية يستخدمون الطريقة الأمرية (المتبعة)، وبعد متابعة الباحث للأداء الفني للطلاب شعر بأنهم يتمتعون بدرجة معينة من الاداء الفني لفعالية رفعة الخطف، لذا ارتأى الباحث الخوض في هذه المشكلة وتجريب استخدام النموذج الجيد بواسطة الاجهزة البصرية والسمعية داخل الوحدات التعليمية لرفعة الخطف ومعرفة مدى استفادة الاسلوبين والمقارنة بينهما في العملية التعليمية.

3-1 أهداف البحث:

- اعداد الوحدات التعليمية للأنموذج الجيد المقرون بالأجهزة البصرية والأجهزة السمعية لطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية التربية الأساسية - بجامعة السليمانية.
- التعرف على فاعلية الأنموذج الجيد المقرون بالأجهزة البصرية داخل الوحدات التعليمية في الأداء الفني والتحصيل المعرفي لرفعة الخطف لطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية التربية الأساسية - بجامعة السليمانية.
- التعرف على فاعلية النموذج الجيد المقرون بالأجهزة السمعية داخل الوحدات التعليمية في الأداء الفني والتحصيل المعرفي لرفعة الخطف لطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية التربية الأساسية - بجامعة السليمانية.
- التعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبتين (مجموعة الأجهزة) ومجموعة (الأجهزة السمعية) داخل الوحدات التعليمية في متغيرات البحث ولدى عينة البحث.

4-1 فروض البحث:

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاولى (النموذج الجيد المقرون بالأجهزة البصرية) في الأداء الفني والتحصيل المعرفي لرفعة الخطف.

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (النموذج الجيد المقرون بالأجهزة السمعية) في الأداء الفني والتحصيل المعرفي لرفعة الخطف.
- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين البعدين للمجموعتين الاولى والثانية في التحصيل المعرفي والأداء الفني لرفعة الخطف.

5-1 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: عينة من طلاب المرحلة الثانية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية التربية الاساسية / جامعة السليمانية.
- 2-5-1 المجال الزمني: المدة من 2023/3/21 ولغاية 2023/5/22 (مدة التجربة)
- 3-5-1 المجال المكاني: قاعة رفع الاثقال بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة السليمانية.

6-1 تحديد المصطلحات:

- الأنموذج الجيد المقرون بالأجهزة البصرية والسمعية: هو انموذج يتكون من مجموعة من الإجراءات والخطوات والأنشطة المحددة تحديدا دقيقا (الوحدات التعليمية)، ومصمم بشكل يتناسب مع قدرات الطلاب، وذلك بهدف مساعدتهم على تنمية الادراك البصري والسمعي لديهم والتخلص من الاضطرابات لاستغلال ذلك في تعلمهم لفعالية رفع الثقل.
- 2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث:

- استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين تجريبيتين ذات الاختبارات القبلية والبعدية لملائته مع طبيعة المشكلة.

2- 2 مجتمع البحث وعينه:

- تمثل مجتمع البحث بطلاب السنة الدراسية الثانية بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية التربية الأساسية - جامعة السليمانية، والبالغ عددهم (36) طالبا للعام الدراسي 2022 - 2023 . أما عينة البحث وهم طلاب شعبة (2) والبالغ عددهم (17) طالبا استبعد منهم (7) طلاب بواقع (1) طالبا ممارسا للعبة و(1) طالبا راسباً و(2) طالبا تغيبوا ايام اجراء التجربة الرئيسية و(3) طالبا استعان الباحث بهم لإجراء التجارب الاستطلاعية وبذلك بلغت عينة البحث (10) طلاب وتم توزيعهم عشوائياً إلى مجموعتين تجريبيتين تضم كل مجموعة (5) طلاب لكل مجموعة.

2 - 3 التصميم التجريبي:

استخدم الباحث التصميم التجريبي بمجموعتين تجريبيتين ذات الاختبارين القبلي والبعدي كما موضح في الشكل (1).

الاختبار البعدي	المتغير المستقل	الاختبار القبلي	المجموعة
- الاداء للرفعة الخطف - التحصيل المعرفي	النموذج الجيد المقرون بالأجهزة البصرية	الاداء لرفعة الخطف	التجريبية الاولى
	النموذج الجيد المقرون بالأجهزة السمعبصرية		التجريبية الثانية

الشكل (1)

يوضح التصميم التجريبي

2-4 وسائل جمع المعلومات والاجهزة والادوات المستعملة في البحث:

2 - 4 - 1 استعان الباحث بالوسائل الآتية لجمع المعلومات:

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
- الدراسات والبحوث السابقة.
- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).
- الملاحظة العلمية.

2 - 4 - 2 الاجهزة والادوات المستعملة في البحث:

- استمارة تسجيل البيانات لأداء رفعة الخطف.
- استمارة التحصيل المعرفي (ملحق 1).
- داتا شو نوع (sony) ياباني الصنع.
- حائط المس.

2 - 4 - 3 اقرص الليزرية عدد (6).

2 - 5 الاختبارات المستخدمة في البحث:

2 - 5 - 1 مقياس التحصيل المعرفي:

بعد اطلاع الباحث على المصادر والمراجع والدراسات السابقة بهدف الاستعانة بمقياس يقيس التحصيل المعرفي لرفعة الخطف لدى عينة البحث، تم الحصول على مقياس اعده (احمد عباس علي خان، 2018) والذي تم بناءه سابقاً في

البيئة العراقية وعلى مستوى عينة البحث. والذي يتكون (46) عبارة ولكل عبارة ثلاثة بدائل وأعلى درجة يمكن ان يحصل عليها المختبر هي (46 درجة).

2 - 5 - 3 قياس الاداء الفني لرفعة الخطف

بغية معرفة مستوى الاداء الفني لرفعة الخطف استخدم الباحث التصوير الفيديوي كوسيلة موضوعية، إذ تم تصوير اداء رفعة الخطف لعينة البحث باستخدام كامرتين نوع (m7) سوني يابانية الصنع، وكانت الكاميرا التي صورت على ارتفاع (120 سم) وعلى بعد (6) امتار من منطقة الاداء من الامام والجانب وذلك نتيجة عدد من المقابلات الشخصية مع المختصين بهدف كيفية تصوير اداء الطالب وارتفاع وبعد الكاميرا عن الاداء. وبعد اكمال عملية التصوير تم تحويل الافلام إلى اقراص ليزرية ومن ثم إرسالها إلى المقومين لأجل إعطاء درجات لمستوى الاداء الفني في الاستثمارات الخاصة التي أعدها الباحث.

تم تصميم استبانة الاستبيان للتعرف على آراء الخبراء والمختصين عن مدى صلاحية الاستثمار والتي قسمت فيها الى (7) اقسام وطلب الباحث من الخبراء المختصين ابداء آرائهم حول هذا التقسيم.

وتم تحديد الدرجة الكلية للرفعة بـ (20) درجة على وفق النسبة المئوية لاتفاق آراء الخبراء والمختصين واتفقوا على اهمية كل قسم من اقسام الرفعة. وكان توزيع الدرجات على مراحل الرفعة كما في الجدول (1).

الجدول (1)

يبين مراحل رفعة الخطف ودرجة كل مرحلة

ت	المرحلة	الدرجة
1	وضعية الاستعداد المسكة	2
2	مرحلة السحبة الاولى	3
3	مرحلة السحبة الثانية	3
4	وضع الامتداد الكامل	3
5	مرحلة السقوط تحت الثقل	3
6	وضع القرفصاء	3
7	مرحلة النهوض	3
	المجموع	20

تم إجراء الملاحظة العلمية التقنية لتقويم الاداء الفني في رفعة الخطف من قبل (4) أربعة مقومين في اختصاص رفع الأثقال وللاختبارات الرئيسية لعينة البحث.

2 - 6 التجارب الاستطلاعية

ان التجربة الاستطلاعية " عبارة عن دراسة تجريبية اولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار اساليب البحث وادواته" (المندلأوي وآخرون، 1998: 107).

2 - 6 - 1 التجربة الاستطلاعية للأداء الفني:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية للأداء الفني بتاريخ (2023/3/10) وبحضور فريق العمل المساعد على عينة متكونة من (3) طلاب الذين يجيدون الرفع والرفعة وهم من مجتمع البحث وذلك بهدف:

- التعرف على المعوقات التي قد تحدث في البحث.
- كفاءة الاجهزة والادوات (كاميرا التصوير).
- تدريب فريق العمل المساعد على عملهم اثناء التجربة الرئيسية.
- التعرف على الوقت المستغرق لعملية تصوير كل طالب.

2 - 6 - التجربة الاستطلاعية للمنهجين:

تعد التجربة الاستطلاعية واحدة من أهم الإجراءات الضرورية التي يقوم به الباحث قبل قيامه بتجربته النهائية بهدف اختيار أساليب البحث وادواته وتأثير متطلبات العمل الدقيق والصحيح الخالي من الصعوبات، إذ تم القيام بتجربة استطلاعية على عينة مكونة من (3) طلاب، إذ أجريت في تمام الساعة العاشرة صباحاً من يوم الأحد الموافق (2023/3/12) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة السليمانية، وكان الهدف منها:

- 1- ضبط الظروف والأجواء المناسبة ومراعاتها في التجربة النهائية.
- 2- التأكد على جاهزية الأجهزة والأدوات.
- 3- التعرف على الوقت الذي يستغرقه كل تمرين وكفاية فريق العمل المساعد.
- 4- معرفة صلاحية التمرينات بالنسبة لمستوى أفراد العينة احتوى السهولة والصعوبة التمرينات.
- 5- الوصول الى البدائل قبل التجربة النهائية.

2 - 6 - 3 التجربة الاستطلاعية للاختبارات البدنية والحركية:

قبل تطبيق الاختبارات البدنية تم إجراء التجربة الاستطلاعية بمساعدة فريق العمل بتاريخ (2023/ 3/13) على عدد من طلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية التربية الأساسية - بجامعة السليمانية. وعددهم (3) طالبا والذين تم استبعادهم من التجربة الرئيسية، وهدف التجربة الاستطلاعية إلى ما يأتي:

- ❖ تلافي الأخطاء او المعوقات التي قد تظهر عند تطبيق الاختبارات.
- ❖ التأكد من مكان إجراء الاختبارات ومدى ملائمتها لتنفيذ الاختبارات.
- ❖ التأكد من سلامة الاجهزة والادوات.
- ❖ معرفة الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات.
- ❖ التعرف على مدى كفاءة فريق العمل عند تطبيق الاختبار.
- ❖ الوصول الى البدائل اللازمة قبل التجربة الرئيسية.

2-7 تجانس وتكافؤ مجموعتي عينة البحث:

"ينبغي على الباحث تكوين مجموعات متكافئة في الاقل فيما يتعلق بالمتغيرات التي لها علاقة بالبحث" (السعدي، 1998: 82). لذا تمت عملية تجانس وتكافؤ بين مجموعتي عينة البحث لضبط المتغيرات الاتية:
اولاً: العمر الزمني (بالسنة).

ثانياً: الطول (بالسنتمتر).
 ثالثاً: الوزن (بالكتلة).

الجدول (2)

يبين الفروق بين المجموعتين التجريبتين في المؤشرات البدنية (العمر الزمني – الطول – الوزن)

الدلالة	الدلالة الاحصائية (*)	درجة الحرية	قيمة (ت) المحسوبة	انحراف الفروق	متوسط الفروق	المعالم الاحصائية المتغيرات
غير معنوي	0.511	46	0.92	0.41	0.38	العمر الزمني بالشهر
غير معنوي	0.622	46	0.29	0.62	0.40	الطول- سم
غير معنوي	0.681	46	0.39	0.32	0.38	الوزن- الكتلة

(* ملاحظة / كل قيمة في حقل الدلالة الاحصائية اقل من (0.05) الفروق معنوي وذلك باستخدام (spss). يبين من الجدول (2) نتائج الفروق بين المجموعتين التجريبتين الاولى والثانية في المؤشرات البدنية واطهرت النتائج بأن قيمة (t) المحسوبة للمؤشرات بلغت (0.92 ، 0.29 ، 0.39) على التوالي وبدرجة الحرية (46) وبلغت الدلالة (0.511 ، 0.622 ، 0.681) على التوالي وهي غير معنوية اكبر من قيمة (0.05). وهذا يشير الى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.

رابعاً: القدرات البدنية والحركية المؤثرة:

على الرغم من ان افراد عينة البحث ينتمون الى مرحلة دراسية واحدة ويتمتعون بالقابلية المعينة من القدرات البدنية والحركية ، ومن اجل التأكد من تكافؤ المجموعتين ولتلافي تأثير هذا المتغير (ان مستوى قابليات اللياقة البدنية يمكن ان يؤدي دوراً رئيساً في نجاح سير عمليات التعلم، وتشير نتائج البحوث التي اجريت سابقاً الى ان الفرد المتعلم الذي يملك الصفات البدنية والحركية الافضل في بداية العملية التعليمية يحصل على نتائج افضل من الفرد الذي لا يملك تلك الصفة (يمكن القول بأن ذلك الفرد المتعلم لعناصر اللياقة البدنية في بداية العملية التعليمية يعطى فرصة اكبر من غيره). (عبدالغني، 1987: 132).

لذا بعد تحديد القدرات البدنية والحركية المؤثرة في تعليم رفعة الخطف والذي خرج بها الباحث، تم تكافؤ بين مجموعتي البحث الموافقين (14-15/3/2023) في قاعة الكلية التربوية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة السليمانية بمساعدة فريق العمل المساعد كما مبين في الجدول (3).

الجدول (3)

يبين متوسط الفروق والانحراف بين المجموعتين التجريبتين وقيمة (ت) (القدرات البدنية والحركية المؤثرة)

الدلالة	الدلالة الاحصائية (*)	قيمة (ت) الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	انحراف الفروق	متوسط الفروق	المعالم الاحصائية القدرات البدنية والحركية
معنوي	0.93	0.632	0.63	2.13	0.81	القوة القصوى للذراعين
معنوي	0.61		0.41	1.09	0.92	القوة القصوى للرجلين
معنوي	0.81		0.32	6.63	0.13	القوة الانفجارية للرجلين
معنوي	0.90		0.22	0.22	0.04	القوة الانفجارية للذراعين
معنوي	0.89		0.36	0.62	0.25	مرونة الجذع
معنوي	0.63		0.65	1.31	0.67	مرونة الكتف
معنوي	0.68		1.29	0.08	0.36	التوافق العصبي العضلي

(*) قيمة (ت) الجدولية (0.632) أمام درجة الحرية (10-2=8) عند نسبة خطأ \geq (0.05)

يتبين من الجدول (3) انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب مجموعتي البحث في القدرات البدنية والحركية التي تم ضبطها وهذا يشير الى تكافؤ المجموعتين.

2 - 8 المنهج التعليمي:

من خلال اطلاع الباحث على المصادر العلمية والدراسات المشابهة في مجال النموذج الجيد واستخدام الأجهزة البصرية والسمعية قام الباحث بإعداد منهج تعليمي للرفعة في فعالية رفع الاثقال وبعدد (16) وحدة تعليمية ومدة كل وحدة تعليمية (90) دقيقة وكالاتي:

- القسم الإعدادي / مدته 15 دقيقة يتضمن:
- تهيئة الادوات واخذ الغيابات 3 دقائق.
- الاحماء العام 7 دقائق.
- الاحماء الخاص 5 دقائق.
- القسم الرئيسي / 70 دقيقة.
- النشاط التعليمي: 15 دقيقة.
- شرح المادة.

عرض النموذج الجيد لمراحل الرفع والتركيز على تفاصيل الجانب التحكيمي.
- **النشاط التطبيقي: 55 دقيقة يتضمن:**
* تدريب الطلاب على المرحلة للرفع، وذلك بوضع الحالات التي تحدث فيها وتطبق عليها المادة القانونية.
* اعادة عرض الحالة (النموذج الجيد) بواسطة الأجهزة البصرية للمجموعة الاولى والسمعبصرية للمجموعة الثانية.
* اعادة الطلاب للتمرين والممارسة.

- **القسم الختامي / 10 دقائق يتضمن الاسترخاء والانصراف.**

ومن ثم قام الباحث بعرض هذا المنهج على مجموعة من السادة المختصين في مجال (التعلم الحركي ورفع الاثقال)، لبيان رأيهم في مدة صلاحية هذه الوحدات التعليمية، وتعديل أو إضافة ما يرونه مناسباً من حيث المدة الزمنية للمنهج (أوقات الاقسام والأجزاء) وموقع النموذج الجيد داخل الوحدة التعليمية وتسلسل التمرينات التطبيقية وإمكانية تطبيق مفردات الوحدة التعليمية. وبعد أخذ آرائهم ومقترحاتهم قام الباحث بتعديل ما يتفق عليه المختصون إذ يتكون المنهج من (16) وحدة تعليمية تحكيمية ذلك بواقع عدد المواد القانونية للعبة وعلى مدى (8) اسابيع، بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع الواحد (وفق الجدول الأسبوعي)، ويتم تطبيق المنهج المقترح في الكلية من قبل مدرس واحد وبمساعدة فريق العمل المساعد.

المجموعة التجريبية الأولى

نفذت المنهاج التعليمي على وفق اسلوب تفصيل النموذج الجيد بواسطة الاجهزة البصرية وبواقع (8) وحدة تعليمية وزمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة، وقام المدرس بتنفيذ وحدات المنهاج التعليمي بالطريقة الجزئية اذ يتم عرض التمرينات مهارية بالأنموذج (10د) واداء عملي (5 د) .
ويتم بعدها التطبيق العملي للتمرين المهاري من قبل المتعلمين، اذ يؤدي المتعلم الواجبات والمهام المكونة من أربعة تمرينات متسلسلة ومتدرجة في الصعوبة، ويتم التوقف بين تمرين وآخر لمدة من الزمن تستغرق (2) لغرض اعطاء المتعلمين، التغذية الراجعة البصرية (الصور + الأنموذج) .

المجموعة التجريبية الثانية:

نفذت المنهاج التعليمي على وفق اسلوب تفصيل النموذج الجيد بواسطة الاجهزة السمعبصرية وبواقع (8) وحدة تعليمية وزمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة، وقام المدرس بتنفيذ وحدات المنهاج التعليمي بالطريقة الجزئية اذ يتم شرح عرض التمرينات مهارية بالأسلوب اللفظي (10د ثم عرضها بأنموذج (5 د) واداء عملي (5 د)، ويتم بعدها التطبيق العملي للتمرين المهاري من قبل المتعلمين، اذ يؤدي المتعلم الواجبات والمهام المكونة من أربعة تمرينات متسلسلة ومتدرجة في الصعوبة، ويتم التوقف بين تمرين وآخر لمدة من الزمن تستغرق (2) لغرض اعطاء المتعلمين التغذية الراجعة اللفظية (الشرح الشفوي).

2 - 9 الوحدات التعريفية:

قبل اجراء الاختبارات القبالية للتحصيل الحركي والذي شمل (مستوى الاداء الفني والانجاز) ولمجموعتي البحث، قام الباحث بتطبيق ثلاث وحدات تعريفية لمجموعتي البحث، إذ اتبع الباحث الطريقة الكلية عند تطبيق الوحدات.

2 - 10 الاختبار القبلي:

قام الباحث وبمساعدة فريق العمل المساعد بأجراء الاختبار القبلي لمجموعتي البحث (التجريبتين الاولى والثانية) في قاعة خاصة بمادة رفع الاثقال بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة السليمانية وذلك بتاريخ 2023/3/16.

2 - 11 تنفيذ الوحدات التعليمية:

بعد اجراءات اعداد الوحدات التعليمية المصاحب للتصور العقلي وبعد تنفيذ الوحدات التعريفية والاختبار القبلي لمتغيرات البحث بالتسلسل. قام الباحث بتطبيق الوحدات التعليمية المعدة والبالغ عددهم (16) وحدة تعليمية بواقع وحدتين في اسبوع واحد واستغرق (8) اسابيع أي تم البدء بتاريخ 2023 /3/20 ولغاية 2023 /5/ 21.

2 - 12 الاختبار البعدي:

بعد تطبيق الوحدات التعليمية ولمجموعتي البحث تم تنفيذ الاختبار البعدي، إذ حاول الباحث قدر المستطاع توفير الظروف المشابهة للاختبار القبلي ذلك بتاريخ 2023 /5 /22.

2-13 المعالجات الإحصائية:

استعان الباحث بالحقيبة الاحصائية الالكترونية (SPSS) لمعالجة البيانات التالية:

- الوسط الحسابي. - الانحراف المعياري. - اختبار (T) للعينات المترابطة وغير المترابطة.

3 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3-1 عرض نتائج للمتغيرات (الاداء المهاري والتحصيل المعرفي) لرفعة للمجموعتين وتحليلها:

الجدول (٤)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي في التحصيل الحركي للمجموعتين التجريبتين

المجموعة التجريبية الاولى		المجموعة التجريبية الثانية		وحدة القياس	المتغيرات				
القبلي		البعدي							
س-	ع+	س-	ع+	س-	ع+	س-	ع+	درجة	مستوى الاداء الفني
13.20	0.88	8.51	1.06	11.30	1.31	8.39	1.63		

0.56	26.82	0.95	18.01	0.72	29.88	1.32	17.41	درجة	التحصيل المعرفي
------	-------	------	-------	------	-------	------	-------	------	--------------------

يبين من الجدول (4) بأن الوسط الحسابي لمستوى الاداء الفني في الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية الاولى بلغ (8.39) وبانحراف معياري (1.63) وفي الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (11.30) وبانحراف المعياري (1.31). أما في المعرفي ولفس المجموعة بلغ الوسط الحسابي (17.41) وبانحراف المعياري (1.32) للاختبار القبلي وفي الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (29.88) وبانحراف المعياري (0.72).

أما بالنسبة للمجموعة التجريبية الثانية في نفس الجدول بلغ الوسط الحسابي للاختبار القبلي (8.51) وبانحراف المعياري (1.06) وفي الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (13.20) وبانحراف المعياري (0.88) لمستوى الاداء الفني، أما في المعرفي بلغ الوسط الحسابي (18.01) وبانحراف المعياري (0.95) للقبلي، وفي البعدي بلغ الوسط الحسابي (26.82) وبانحراف المعياري (0.56) للمجموعة التجريبية الثانية.

1-2-4 عرض نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين في التحصيل الحركي (مستوى الاداء الفني والتحصيل المعرفي).

الجدول (5)

يبين الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية الاولى والثانية في مستوى الاداء الفني والتحصيل المعرفي

المتغيرات	المجموعة	متوسط الفروق	انحراف الفروق	قيم (t) المحسوبة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية	الدلالة
مستوى الاداء الفني	التجريبية الاولى	2.91	0.32	4.33	8	0.003	معنوي
	التجريبية الثانية	4.69	0.82	6.69		0.000	معنوي
التحصيل المعرفي	التجريبية الثانية	11.31	0.52	3.32		0.000	معنوي
	التجريبية الاولى	8.43	0.46	6.42		0.000	معنوي

يبين من جدول (5) نتائج الفروقات بين الاختبارات القبلية والبعدي باستخدام اختبار (t) للمجموعتين التجريبية في (مستوى الاداء الفني والمعرفي) فقد اظهرت النتائج عن وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية الاولى في مستوى الاداء الفني والمعرفي ، فكانت نتائج اختبار (t) للمجموعة التجريبية الاولى على التوالي (4.33، 3.32) وكلاهما معنوية بأقل من (0.05) ودرجة الحرية (8) وفي نفس الجدول ايضاً تبين وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية وفي مستوى الاداء الفني

كانت نتائج اختبار (t) للمجموعة على التوالي (6.69 ، 6.42) معنوية بأقل من (0.05) ودرجة الحرية (23) للمستوى الاداء الفني، معنوية بأقل من (0.05) ودرجة الحرية (47) للمعرفي.

3-1-4 عرض نتائج الفروق بين الاختبارات البعدية للمجموعتين في مستوى الاداء الفني والتحصيل المعرفي

الجدول (6)

يبين الفروق بين المجموعتين التجريبيتين في الاختبارات البعدية في (مستوى الاداء الفني والمعرفي)

المتغيرات	قيم (t) المحسوبة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية	الدلالة
مستوى الاداء الفني	2.44	8	0.003	معنوي لصالح التجريبية الثانية
التحصيل المعرفي	2.61	8	0.003	معنوي لصالح التجريبية الثانية

يبين الجدول (6) نتائج فروق بين المجموعتين التجريبيتين في الاختبارات البعدية لمستوى الاداء الفني والمعرفي.

اذ ظهرت النتائج بأن قيمة (t) المحسوبة بلغت (2.44) للمستوى الاداء الفني ودرجة حرية (8) وبلغت الدلالة (0.003) وهي معنوية أقل من قيمة (0.05) ولصالح المجموعة التجريبية الثانية.

وفي حين أظهرت النتائج بأن قيمة (t) المحسوبة بلغت (6.85) للإنجاز ودرجة الحرية (8) بلغت الدلالة (0.003) وهي معنوية لأنه أقل من قيمة (0.05) ولصالح المجموعة التجريبية الثانية.

2-4 مناقشة النتائج

4 - 2 - 1 مناقشة نتائج المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعتين الاداء الفني

يبين من نتائج الجدول (5) ان هناك فروقاً ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدى لمجموعتي البحث في تعلم الاداء الفني لرفعة الخطف ولمصلحة الاختبار البعدى، وتعزو الباحث سبب ذلك الى تأثير (الوحدات التعليمية) المنهاج التعليمي بأسلوب التعلم النموذج البصري والمنهاج التعليمي بأسلوب التعلم النموذج السمعي، اذ كانت هذه الاساليب التعليمية مؤثرة وبدلالة النتائج التي حققها المتعلمين في الاختبار البعدى، لذا يمكن اعتماد هذه النتائج بوصفها مؤشراً للتعلم ، وان الاساليب التعليمية المختلفة تعتمد على تكرار الاداء المهاري وان التكرار عملية فعالة في اكتساب التعلم وتطويره، ويذكر (نجاح وأكرم) "ان عملية تعلم مهارة ما لا يمكن تحقيقها بمجرد الدافع لتعلمها فقط، بل يجب ممارستها وتكرارها مرة تلو المرة لكي يسيطر المتعلم على حركاته ويؤديها بشكل صحيح"، اذا حدث تعلم الاداء الفني

وتطوير مستوى الانجاز في رفعة الخطف للمجموعة التجريبية الاولى التي استخدمت اسلوب النموذج بأجهزة البصرية والذي اسهم في تعزيز عملية تعلم الاداء الفني وتعديلها بالاتجاه الصحيح وتثبيتها اذ قام المدرس في الجزء التعليمي من القسم الرئيس بإعطاء فترة (10) دقائق لعرض الاداء امام المتعلمين و(5) دقائق لشرح الاداء ثم (5) دقائق اداء حركي، وفي الجزء التطبيقي من القسم الرئيس يتم عرض كل تمرين من قبل المدرس مع اعطاء تغذية راجعة عن طريق الانموذج والصور إذ إن تقديم المعلومات عن طريق العرض النموذجي ساعد على تطوير النشاطات التعليمية لملاحظة تفاصيل المهارة، مما اعطى صورة كاملة وواضحة عن طبيعة المسار الحركي وانعكس ذلك بشكل ايجابي على اداء المتعلمين، اذ يذكر (عمر محمد) "أن المتعلم دائم التشوق لرؤية كلك جديد من الحركات التي يعرضها المعلم لغرض تعلمها، فمهما بلغت دقة الوصف اللفظي او الشرح لا يمكن بأي حال من الاحوال ان يعوض المتعلم عن رؤية الانموذج الخاص بالحركة، اذ ان عملية التعلم ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالصورة المرئية الحقيقية"، ويضيف (محمد العربي) "أن الفرد يمارس مشاهدة صور الاحساس بالحركات المصاحبة لها في أثناء عملية الاسترجاع، وان تركيز الانتباه على ناحية معينة من نواحي المهارة الحرية يسمح للاعب بتحليل المجموعات العضلية المستخدمة في الاداء الحركي وتحليل الاجزاء المهمة منها"، فضلاً عن ان تنظيم وتنوع اشكال التمرينات سهل عملية تعلم الاداء الفني وهذا ما أكده (طلحة وآخرون) "الى ضرورة التنوع في استخدام التمرينات ام اسلوب أدائها، اذ ان من اكثر الاخطاء التدريبية انتشاراً بين المدرسين هو اغفال عملية التغيير في الاثار التدريبية ومن هذه التغييرات مثلاً التغيير في عدد التكرارات او عدد المجموعات او من خلال شدة الحمل او في سرعة اداء التمرين وفترات الراحة".

أما المجموعة التجريبية الثانية فقد استخدمت المنهاج التعليمي على وفق الاجهزة السمعية البصرية، اذ قام المدرس في الجزء التعليمي من القسم الرئيس بإعطاء فترة (10) دقائق لشرح الاداء امام المتعلمين و(5) دقائق لعرض الاداء ثم (5) دقائق اداء حركي، وفي الجزء التطبيقي من القسم الرئيس يتم شرح كل تمرين من قبل المدرس مع اعطاء تغذية راجعة عن طريق الشرح الشفوي بين تمرين وآخر.

ويفسر الباحث تحسن مستوى الاداء الفني الى قدرة المتعلمين من الاستفادة من التحكم الداخلي مما سهل عملية تعلم المهارات عن طريق ممارسة التكرارات للمهارات الحركية التي تضمنها المنهاج التعليمي بالأجهزة السمعية البصرية، إذ إن استقبال المعارف والمعلومات من قبل المتعلم عن طريق النموذج الجيد وتركيزهم وانتباههم لهذه المعلومات اثرت في المهارات الحركية قيد الدراسة "اذ ان طريقة اصال المعلومات بين المدرس واللاعب في جميع اشكالها سواء كانت هذه المعلومات منطوقة ومسموعة هي من الوسائل المهمة في عملية التعلم لدى المتعلم".

وان اصال هذه المعلومات يمثل تفاعلاً فعالاً وخاصة مع استخدام حاسة السمع، وفي هذا الصدد يشير (وجيه) "عندما يقترن الشرح والتوضيح بحاسة النظر تنسجم الحواس وتصبح السيالات الحسية موحدة اكثر في الدماغ مما سيولد شعوراً عضلياً، وعندما تتكرر الحركة سيصبح لتعلم وترتيب وتهذيب الحركة مفهوماً لدى

المتعلم، وسوف يميز ذلك بشكل واضح لأنه استوعب الحركة وهذا ما يجعلها معدة للتثبيت، لأن الشرح والتوضيح سيلعب دوراً كبيراً في فهم تكنيك المهارة" (محبوب، 1989: 45).

4 - 2 - 2 مناقشة نتائج بين الاختبارين البعديين للمجموعتين للبحث

أولاً: مناقشة نتائج بين الاختبارين البعديين للمجموعتين لمستوى الاداء الفني

ان المنهج التعليمي الذي تضمن استخدام الانموذج المقرون بالأجهزة السمعية لرفعة المبحوثة تميز بعدد من الايجابيات التي ادت الى خلق هذا الفرق المعنوي لاسيما في جانب الاداء الفني، اذ ان الوسائل والعرض توفر للمتعلم الزمن اي الزمن المقبول الذي يحتاجه الطالب بمعنى اخر اعطت له الوقت المناسب لكي يركز انتباهه، وهذا يتفق مع رأي (Fileb، 1970، 205) حيث يقول "ان زمن تركيز الانتباه يرتبط بعدة عوامل منها حجم الجهد المبذول في فهم الحركة".

وان تركيز الطالب على شاشة العرض ساعده في تطوير التركيز ايضا، حيث يوجه انتباهه الى مجال ضيق بدلا من مجال واسع اذ يشير (راتب، 2000) الى "ان تركيز الانتباه الضيق هو ان يكون الرياضي يقظا أو واعيا بشيء واحد أو منطقة صغيرة". (راتب، 2000، 362).

ومن جهة اخرى ان استخدام الاجهزة السمعية والتركيز على محتوى المادة التعليمية ساعد المتعلم على التغلب على بعض المتشكلات التي تحدث اثناء الدرس اذ ان عملية الضوضاء التي يحدثها زملاء نتيجة الحالات التحكيمية والمناقشة التي تحدث جانبيا، تصاحب عملية تركيز الانتباه، تحتاج الى محاولة التغلب عليها " ان الاصوات المتقطعة التي قد تحدث، تقلل الانتباه" (المليجي، 1968، 115)

كما ان استخدام الانموذج الفيديوي ساعد المتعلمين على اكتساب خبرات تعليمية متنوعة معرفية وتحكيمية من خلال التفاعل مع الرزم التعليمية التي يحتويها الانموذج ذو الاهداف التعليمية المتنوعة والممارسة والتطبيق العملي، من خلال تنوع مصادر المعرفة التي تتلاءم واحتياجاته وميوله وقدراته، حيث يشير (جميل و حويج، 1997، 57) الى إمكانية تحسين نوعية التعلم اذا ما تمت الاستفادة من التغذية الراجعة ومن مصادرها المختلفة واهمها المتعلم نفسه لتحسين وتطوير الاساليب التعليمية والمحتوى التعليمي، كما ان النماذج التعليمية توفر البدائل المختلفة وتزود المتعلم بتغذية راجعة مستمرة، عن ادائه ونقله الى الواقع العملي الحقيقي. (جميل و حويج، 1997، 100).

ومن جهة اخرى فان الأجهزة السمعية لها أهمية لا تتوقف فقط عند مشاركة اكثر لحاسة المتعلم وتوفير الجهد والوقت والعديد من الأهمية بل تزيد الملاحظة والتأمل وتركيز الانتباه، اذ يؤكد (زكي واخرون، 2002) أنها "تساعد على زيادة قدرة المتعلمين على الملاحظة والتأمل وتركيز الانتباه والقدرة على إدراك الموضوعات" (زكي واخرون، 2002، 53).

ثانياً: مناقشة الفروقات بين الاختبارين البعديين للتحصيل المعرفي للمجموعتين:

يتبين من الجدول (6) وجود فرق معنوي بين الاختبارين البعديين للمجموعتين في التحصيل المعرفي ولصالح المجموعة التجريبية الثانية التي استخدم

معها عرض الانموذج بواسطة الاجهزة السمعبصرية، ويعزو الباحث السبب في ذلك الى:

ان الاتجاهات تعمل على اثاره دافعية الفرد للتعلم، فكلما كلما كان اتجاه المتعلم ايجابيا نحو تعلم المادة الدراسية، كان التعلم جيدا. اذ يشير (زيدان، 1998) الى هذه النقطة بقوله " كلما كان اتجاه المتعلم ايجابيا نحو تعلم المادة الدراسية كان دافع الانجاز لديه قويا " (زيدان، 1998، 20) وهذا جاء نتيجة استخدام الانموذج حيث انه زاد من دافعية المتعلم لتعلم المادة الدراسية والمواد القانونية، والتفسير الاخر ان عرض الانموذج ينمي تفاعل الطلاب فيما بينهم والاعتماد الايجابي المتبادل بين المتعلمين مما يؤدي الى تفهم داخل الصف واتقانها، وهذا يجعل الطلاب يميلون ويرغبون ممارسة الفعالية بصورة جيدة.

وعند الموازنة بين المجموعتين، نلاحظ أن المجموعة التجريبية استخدمت مرتين حاستي النظر والبصر داخل الوحدات التعليمية، مما كان سببا اخر لتفوقهم " كلما زادت عدد الحواس المشتركة في اتمام عملية التعليم والتعلم، كلما ساعد ذلك على التذكر الجيد واداء الحركة المراد تعلمها بصورة أفضل، ومن ثم تتم عملية التعليم والتعلم بصورة أفضل وأدق نتيجة التذكر " (شرف، 2000، 56).

وان استخدام الوسائل اسهم في الإتيان وتصور الحركة وعمل على تحقيق افضل الانجاز، "ان استخدام الوسائل السمعبصرية يؤدي الى اطالة التذكر للأداء والإتيان ومن ثم يؤدي الى التصور الحركي للمهارة المتعلمة مما يسهل عملية التعلم، ويعمل على تحقيق اكبر قدر ممكن من الكفاية التعليمية" (الدليمي، 2009، 169). وبهذا تحقق الباحث من صحة فرضيتي البحث.

5- الاستنتاجات والتوصيات.

1-5 الاستنتاجات

بعد معالجة البيانات توصل الباحث الى الاستنتاجات الآتية:
-اثبتت بأن النموذج الجيد المقرون بالأجهزة البصرية فاعليته في التحصيل (مستوى الأداء الفني والمعرفي) لرفعة الخطف لطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية التربية الأساسية - جامعة السليمانية.

- اثبتت بأن النموذج الجيد المقرون بالأجهزة السمعبصرية فاعليته في التحصيل (مستوى الأداء الفني والمعرفي) لرفعة الخطف لطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية التربية الأساسية - جامعة السليمانية.

- تفوقت المجموعة التجريبية الثانية التي اتبعت استخدام النموذج الجيد المقرون بالأجهزة السمعبصرية على المجموعة التجريبية الاولى التي اتبعت النموذج بالأجهزة البصرية في الفرق بين كل من مستوى الاداء الفني والتحصيل المعرفي.

2-5 التوصيات

في ضوء الاستنتاجات يوصي الباحث بما يأتي:

- التأكد على استخدام النموذج بواسطة الاجهزة السمعبصرية بوصفه أفضل من الاجهزة البصرية في تعلم مستوى الاداء الفني والتحصيل المعرفي.
- التأكد على القائمين بالعملية التعليمية في الكليات واقسام التربية الرياضية بفعالية رفع الاثقال بالندوات والدورات وضرورة استخدام الطرائق والاساليب بصورة عامة والاجهزة السمعبصرية للنموذج بصورة خاصة.
- اجراء دراسات اخرى على رفعة النتر وعلى الجنس الآخر ومقارنتها بالأساليب والطرائق الاخرى.

المصادر والمراجع:

- 1 - ابراهيم، عبد الخالق؛ التصميم التجريبي في الدراسات النفسية والتربوية، عمان، دار عمان للنشر، 2001 .
- 2 - الدليمي، ناهدة عبد العزيز؛ مفاهيم في التربية الحركية، دار الكتب والوثائق للنشر، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2009.
- 3 - جميل، حسن وابو حويج، مروان، اراء طلبة الجامعات الاهلية المختلفة في منطقة عمان الكبرى حول برامج تعليمهم الجامعي، مجلة البصائر، المجلد 1، العدد 1، الاردن، 1997.
- 4- الخياط، عمر محمد عبد الرزاق؛ تأثير منهج تعليمي مقترح باستخدام شبكة المعلومات العالمية (الانترنت) في تعلم بعض المهارات الاساسية بلعبة التنس، اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2004.
- 5 - راتب، أسامة كامل؛ علم النفس الرياضي، ط3، عمان، دار الفكر العربي، 2000.
- 6 - زكي، على واخرون؛ السباحة تكتيك - تعليم - تدريب - نقاد، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، القاهرة، 2002.
- 7- زيدان، عبد المنعم شناوي؛ العلاقات بين دافعية الانجاز والاتجاه نحو المادة الرياضية، رسالة، الخليج العربي، 1989.
- 8 - السعدي، عامر عبدالجبار؛ دراسة مقارنة في بعض المتغيرات البيوميكانيكية للإرسالين المتموج والساحق بالكرة الطائرة، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، 1998.
- 9 - شرف، عبدالحميد؛ تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2000.
- 10 - شلش، نجاح مهدي وصبحي، أكرم محمد؛ مبادئ التعلم الحركي، ط2، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2010.
- 11- شمعون، محمد العربي؛ الموسوعة العلمية في التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.
- 12 - كاظم، اسيا؛ أثر عرض النموذج بواسطة الاجهزة السمعبصرية على الاداء الحركي في الجمناستك الایقاعي، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، 1993.

- 13 - المليجي، حلمي؛ القياس السيكولوجي في الصناعة، القاهرة، دار المعارف، 1968.
- 14 - المنذلاوي وآخرون، قاسم حسن؛ القياسات والاختبارات في المجال الرياضي، مطبعة جامعة بغداد، 1989.
- 15 - محجوب، وجيه؛ علم الحركة، ج1، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 1989.
- 16 - المفتي، وداد والكاتب، عفاف؛ أثر استخدام بعض اساليب التدريس في مستوى تعلم مهارة السباحة الحرة، بحث منشور مجلة الدراسات، مؤتمر التربية الرياضية، عدد خاص، الجامعة الاردنية، 2004.
- 17 - عبدالغني، محمد عثمان؛ التعلم الحركي والتدريب الرياضي، الكويت، مطبعة الفيصل، 1987.
- 18 - علي خان، احمد عباس؛ فاعلية تقنيات تعليمية في التحصيل المعرفي وتعلم رياضة رفع الاثقال لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة ديالى، رسالة ماجستير، 2018.

المصادر باللغة الإنكليزية:

1. Ibrahim, Abdul Khaleq; *Experimental Design in Psychological and Educational Studies*, Amman, Amman Publishing House, 2001
2. Al-Dulaimi, Nahida Abdel Aziz; *Concepts in motor education*, Books and Documents Publishing House, College of Physical Education, University of Babylon, 2009.
3. Jamil, Hassan and Abu Huwajj, Marwan, *Opinions of students of various private universities in the Greater Amman region regarding their university education programs*, Al-Basaer Magazine, Volume 1, Issue 1, Jordan, 1997.
4. Al-Khayyat, Omar Muhammad Abdel-Razzaq; *The effect of a proposed educational curriculum using the World Wide Information Network (the Internet) in learning some basic skills in tennis*, doctoral thesis, College of Physical Education, University of Baghdad, 2004.
5. Rateb, Osama Kamel; *Sports Psychology*, 3rd edition, Amman, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 2000.

6. Zaki, Ali and others; *Swimming is a tactic - education - training - rescue*, Dar Al-Fikr Al-Arabi for Publishing and Distribution, Cairo, 2002.
7. Zidane, Abdel Moneim Shinawi; *Relationships between achievement motivation and attitude toward mathematics*, dissertation, Arabian Gulf, 1989.
8. Al-Saadi, Amer Abdul-Jabbar; *A comparative study on some biomechanical variables for undulating and crushing serves in volleyball*, doctoral thesis, University of Baghdad, 1998.
9. Sharaf, Abdul Hamid; *Educational Technology in Physical Education*, 1st edition, Al-Kitab Publishing Center, Cairo, 2000.
10. Shalash, Najah Mahdi and Sobhi, Akram Muhammad; *Principles of Motor Learning*, 2nd edition, College of Physical Education, University of Babylon, 2010.
11. Shimon, Muhammad Al-Arabi; *Scientific Encyclopedia of Sports Training*, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo, 2001.
12. Kazem, Asia; *The effect of displaying the model using audio-visual devices on motor performance in rhythmic gymnastics*, Master's thesis, University of Baghdad, 1993.
13. Al-Meligy, Helmy; *Psychological measurement in industry*, Cairo, Dar Al-Maaref, 1968.
14. Al-Mandalawi and others, Qasim Hassan; *Measurements and tests in the mathematical field*, Baghdad University Press, 1989.
15. Mahjoub, Wajih; *Science of Movement*, Part 1, Dar Al-Kutub for Printing and Publishing, University of Mosul, 1989.
16. Al-Mufti, Wedad and Al-Kateb, Afaf; *The effect of using some teaching methods on the level of learning the freestyle swimming skill*, research published in the Journal of Studies, Physical Education Conference, special issue, University of Jordan, 2004.
17. Abdul-Ghani, Muhammad Othman; *Motor learning and sports training*, Kuwait, Al-Faisal Press, 1987.

18. Ali Khan, Ahmed Abbas; *The effectiveness of educational techniques in cognitive achievement and learning the sport of weightlifting for students of the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Diyala, Master's thesis, 2018.*

الملحق رقم (1)

الوحدة الاولى

الفعالية: رفع	الهدف التعليمي: تعلم الطلاب الوضع الابتدائي والسحبة الاثقال (رفعة الخطف)
المرحلة: الثانية	الاولى في مهارة رفعة الخطف باستخدام النموذج المقرون – المجموعة ت 1
اليوم والتاريخ:	الهدف التربوي: التأكيد على العمل بشكل يساعد التعلم
الزمن: 90 دقيقة	الأهداف السلوكية: جعل الطالب قادرا على أن: 1- يعرف أوزان الثقل على وفق اللون. 2- يبين اهم الخصائص العامة للاعب رفع الاثقال. 3- يذكر عدد الفئات الوزنية وعدد الحكام.

الملاحظات		التنظيم	النشاطات والمهارات	الزمن	أقسام الوحدات	
التأكيد على الوقوف الصحيح		xxxxxxxxxx (x)	اخذ الغيابات وتهيئة الادوات واخذ الغيابات	د3	المقدمة	
الإحماء العام يكون على شكل فريق		xxxxxxxxxx xxxxxxxxxx xxxxxxxxxx xxxxxxxxxx	تهيئة عامة لجميع أعضاء الجسم	د7	الإحماء العام	
التأكيد على جمع المجموعات العضلية المشاركة في الإحماء الخاص		xxxxxxxxxx (x)	-ثني مفصلي الرسغين للأعلى وللأسفل من الوقوف فتحاً. - ثني الجذع أسفل مع ضغطه بالوضع بتوقيت لضرب الارض باليدين من الوقوف فتحاً. - المسكة الجانبية تدوير الساق مع ثني الركبة سلاّم من الوقوف الجانبي.	د5	الإحماء الخاص	القسم التحضيري
أداء نموذج من جزء المهارة من قبل المدرس	xxxxxxxxxx x (x) x		شرح تمرين الوضع الابتدائي والسحب الاولى وكيفية أداء وعرض نموذج باستخدام	د5	الجزء التعليمي	القسم الرئيسي

		النموذج الجيد المقرون بالأجهزة البصرية		
التأكيد على أخذ الوضع الابتدائي الصحي ح	xxxx ©	كل مجموعة بقائدها ينفذون التمرينات الاتية وكل طالب مسؤول عن تمرين عند التنفيذ (قائد لكل تمرين)	55د	الجزء التطبيقي
		تمرين للوضع الابتدائي بدون اداة	10د	التمرين الاول
التأكيد على المسافة بين القدمين واتجاه وامتداد الذراعين وارتفاع الورك اعلى من الركبة	xxxx ©	تمرين للوضع الابتدائي مع العصا+ الاوزان + تكرارات	10د	التمرين الثاني
التأكيد على الامتداد بالرجل ين والمحا فظة على	xxxx ©	تمرين للوضع الابتدائي مع البار الحديدي	10د	التمرين الثالث

وضع الجذع وعدم انشاء الذراع ين					
التأكيد على الالتزام بالهدوء اثناء اداة التمرين	xxxxx ©	تمرين للسحبة الاولى مع العصا	10د	التمرين الرابع	
التأكيد على العمل التعاون ي اثناء التمرين	xxxxx ©	تمرين للوضع الابتدائي وللسحبة الاولى مع البار الحديدي	10د	التمرين الخامس	
التأكيد على التوجه ت حول العمل التعاون ي	xxxxxxxxxxxxx (x)	تمرينات التهدئة والاسترخاء والعبه الصغيرة وارجاع الادوات الى اماكنها	7د	التهدئة والاستر حاء	القسم الختامي
التأكيد على التوجه ت حول العمل التعاون ي	xxxxxxxxxxxxx (x)	الايغاز بالانصراف	3د	الانصراف	

*ان المجموعة التجريبية الثانية يستخدم نفس الوحدات مع وجود التغير في النشاط التعليمي (استخدام النموذج الجيد بواسطة الاجهزة السمعية).
 التعليمية