

تأثير برنامج تعليمي على وفق الترابط الحركي لتطوير الأداء الفني و الرقمي لفعالية الوثب الطويل للمبتدئين

م.م حيدر نوار حسين

الجامعة المستنصرية

ملخص البحث

تضمن البحث خمسة أبواب احتوى الباب الأول على مقدمة البحث وأهميته وتم التطرق إلى العملية التعليمية والبرامج التعليمية إذ تهدف إلى تطوير مستوى المتعلم الذي يتعرض إلى برامج تعليمية على وفق الأساليب العلمية وتأتي تلك عملية التطور نتيجة استخدام المبادئ الأساسية بالتعلم الحركي ، و إن يكون اختيار وتصميم البرامج التعليمية على وفق أسس علمية والاستفادة منها لتحقيق الأهداف التربوية وخاصة في مجال ألعاب القوى والوثب الطويل وتتجلى أهمية البحث من خلال استخدام هذا البرنامج على وفق علاقة الحركة بالحركة السابقة (الترابط) على الأداء الفني وانجاز الوثب ،إما مشكلة البحث فقد وجد الباحث قلة اهتمام المدرسين بالبرامج التعليمية وفي بعض الأحيان تجرى بصورة عشوائية وعدم ظهور الأداء الفني والانجاز بصورة متميزة ووضع الباحث الأهداف والفروض وفقا لعنوان البحث كما حدد مجالاته البشرية المتمثلة بطلبة المرحلة الثانوية والزمانية والمكانية.وفي الباب النظري تم التطرق إلى مفهوم التعلم الحركي والبرامج التعليمية والبرنامج وفق العلاقة بالحركة السابقة والأداء الفني للوثب الطويل.إما الباب الثالث فتضمن منهجية البحث واستخدام الباحث المنهج التجريبي لغرض تحقيق إجراءات البحث وفي الباب الرابع تم عرض النتائج في شكل جداول وعرض توضيحي وفقا لعمليات إحصائية دقيقة وشمل الباب الخامس الاستنتاجات وأهمها:

إن اعتماد البرنامج التعليمي على وفق الترابط الحركي يعمل على تطوير الأداء الفني

والانجاز لفعالية الوثب الطويل

وأوصى الباحث ضرورة اعتماد البرنامج التعليمي على وفق الترابط الحركي لفعالية

الوثب الطويل لطلاب المدارس الثانوية

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته

إن أهم ما يميز عصرنا الحاضر هو التقدم العلمي الذي حدث في كافة المجالات مما أسهم في تطور هائل و فتح هذا التطور آفاق جديدة للبحث والمعرفة ونشأ الاهتمام بطرائق البحث والاستقصاء والاستفسار العلمي ويعد المجال الرياضي واحدا من تلك المجالات التي شملها هذا التحول ولذلك سخرت دول العالم الإمكانيات المادية والبشرية على البحث العلمي إيماناً منها بأنه ركن أساسيا لإحداث التنمية بجميع إبعادها وانعكس بصورة واضحة على العمليتين التربوية والتدريبية في المجال الرياضي وفي ضوء ذلك حدثت تغيرات كبيرة في العملية التعليمية والتدريبية في العصر الحديث شملت مناهجها وبرامجها و أدواتها ومن اجله فقد تم وضع العديد من البرامج التعليمية والتدريبية الرصينة والابتعاد عن العشوائية في التطبيق لإحداث تغيرا واضح في أهداف وبرامج التعلم.

و البرامج التعليمية تهدف إلى تطوير العملية التعليمية من خلال تحسين العمل للوصول للمستويات المطلوبة ولهذا السبب أكد العديد من العلماء و الباحثين في مجال التعلم على استمرارية الاجتهاد واستحداث و ابتكار برامج تعليمية وبيان أهميتها و أثرها من اجل الارتقاء بمستوى المتعلمين و ترسيخ القناعات بضرورة ممارستها كمدخل في تطوير أساليب التدريس وإدارة صفوفهم الدراسية ومعرفة مفهوما وقيمتها التعليمية والتربوية . والوثب الطويل لها مكانتها الخاصة في المجال الرياضي كونها إحدى فعاليات العاب القوى وتعد واحدة من المكونات المهمة للمناهج التعليمية والتدريبية في المدارس وهي من الفعاليات المشوقة و الممتعة والتي يمكن ممارستها من قبل الجميع لذلك تطلب دراسة بعض الجوانب التعليمية على وفق أسس علمية رصينة من اجل تحسين الأداء الفني والرقمي .لما لهذه المتغيرات من اثر في تحقيق المستويات المتقدمة ومن هنا تجلت أهمية البحث بالتركيز على برنامج تعليمي بحيث يمكن للمعلم من تطبيقها بشكل منظم من اجل تحسين الممارسة التربوية من خلال دمج عدد من العلوم الفرعية من علم الحركة (كالتعلم الحركي والبيوميكانيك وعلم النفس و طرائق التدريس) وبذلك توفر الخبرة التطبيقية و المهنية التي تساعد المعلم على قيادة وتوجيه الدرس لما لها من دور كبير في تحقيق الأهداف التربوية وترجمة أهداف المنهج إلى المفاهيم والاتجاهات والميول التي تنتطع إليها المؤسسة التربوية

1-2 مشكلة البحث

تعد البرامج التعليمية الركيزة الأساسية في العملية التعليمية في تحقيق أهداف المجتمع داخل المؤسسة التربوية (المدرسة) إذ أكد أكثر الباحثين في المجال التربوي على ضرورة استخدام برامج تعليمية حديثة في درس التربية الرياضية والوثب الطويل احد فعاليات العاب القوى التي يتطلب من المتعلم إتقان الأداء الفني وتفهمه ومن اجل إن يؤدي المتعلم المهارة بكفاءة بالاعتماد على تطبيق الأسس الفنية الصحيحة . ومن عمل الباحث كمدرس للتربية الرياضية واطلاعه على العملية التعليمية فقد لاحظ خلال مراحل الأداء الفني لمبتدئي هذه الفعالية ضعف بالانسجام بين مراحل الأداء والذي قد يصاحبه غالبا وجود ضعف بمستوى الانجاز، كل ذلك ولد مشكلة إلى إن اكتساب وتعلم المهارات الحركية مازال لا يعتمد على برامج فعالة تمكن المتعلمين من الأداء الفني بصورة صحيحة خلال مراحل الأداء مما ولد قصور في انجازه من خلال المؤشرات الرقمية وهذه الحالة تطلبت الدراسة نظرا لما يقدم حاليا في تنفيذ دروس التربية الرياضية في المدارس والتي لا يعتمد فيها على برامج تعليمية تعالج أخطاء الأداء الفني و ينظم به المحتوى التعليمي بالاعتماد على النظريات العلمية لهذه الفعالية لذلك فان الحاجة أصبحت ضرورية لبناء هذه البرامج من اجل قيادة الدرس والاعتماد على العلوم المتعددة من خلال تقديم المعلومات في الجانب النظري لبناء تصور للمهارة واستخدام التكرار للوحدة التعليمية والتمرين وتعزيز الخبرة الميدانية في التحليل النوعي (عملية المشاهدة والرصد والتشخيص وتزويد التغذية الراجعة) مع إرشادات مكتوبة تقود المعلم لاتخاذ القرار من خلال دليل لعملية التشخيص والتدخل آذ تعد مهارات التحليل النوعي من أهم المهارات التي يحتاجها المعلم من اجل تثبيت المعلومات لذا صمم هذا البرنامج التعليمي لتطوير الأداء الفني والانجاز والاعتماد على القياس الكمي والنوعي إذ أن اختيار انسب البرامج يعد جانب رئيس من جوانب العملية التعليمية وتمكن المتعلم من الاستفادة من الخبرات و المعلومات التي تهيأ له بشكل علمي وانجاز العملية التعليمية

1-3 هدافاً البحث

- 1- إعداد برنامج تعليمي على وفق الترابط الحركي لفعالية الوثب الطويل للمبتدئين.
- 2- التعرف على تأثير البرنامج التعليمي في تطور الأداء الفني والرقمي لفعالية الوثب الطويل للمبتدئين .

1-4 فروض البحث:

- 1- هناك فروق دالة إحصائياً بين نتائج القياسات القبلية و البعدية في قياس مستوى الأداء الفني و الرقمي لدى عينة البحث لصالح الاختبار ألبعدي
- 2- هناك فروق دالة إحصائياً بين نتائج القياسات البعدية في مستوى الأداء الفني والرقمي لدى عينة البحث.

1-5 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري : (24) طالب من مرحلة الرابع الثانوي.
- 2-5-1 المجال الزمني :المدة من 8 / 3 / 2011 ولغاية 10 / 5 / 2008
- 3-5-1 المجال المكاني : إعدادية العراق الجديد- حي السلام - بغداد الكرخ

1-2 الدراسات النظرية:

1-1-2 التعلم الحركي :

يعرف مصطلح التعلم الحركي على انه " تغير ثابت نسبياً و دائم في السلوك الحركي وهو تكيف للظروف نتيجة الخبرة والممارسة في هدف أو واجب أو مهارة معينة"⁽¹⁾ ويوضح (ماينل 1987)⁽²⁾ انه يجب التفريق بين نوعين من التعلم هما تعلم المعارف وتعلم المهارات الحركية إذ يؤدي تعلم المعارف أو المعلومات إلى المعرفة عن طريق الدراسة في حين ينتهي تعلم المهارات أو الحركات الجديدة بالمقدرة . إذ يذكر (مرعي والحيلة 2002)⁽³⁾ نقلاً عن (Guil) Ford إن التعلم يعني التغيير في سلوك الفرد الناتج عن استثارته . إما التعلم الحركي فقد عرف هو الآخر بتعريفات اشتقها الباحثون من علم النفس العام ويذكر (الطالب و الويس 1993)⁽⁴⁾ نقلاً عن (Gagne) بأنه " العملية التي من خلالها يستطيع المتعلم تكوين قابليات حركية جديدة او تبديل

¹ - قاسم لزام صبر؛ اثر بعض طرائق التعلم في اكتساب وتطور مستوى الأداء في المهارات المغلقة والمفتوحة (أطروحة دكتوراه ،كلية التربية الرياضية ،جامعة بغداد .1997. ص 17

² - كورت ماينل؛ التعلم الحركي، ترجمة، عبد علي نصيف، ط1(الموصل ،مطبعة جامعة الموصل،1987) ص26

³ - احمد مرعي، محمد محمود الحيلة؛ طرائق التدريس العامة، ط1 (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر 2006) ص26

⁴ - نزار الطالب ،كامل الويس؛ علم النفس الرياضي: (بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر 1993) ص35

تأثير برنامج تعليمي على وفق الترابط الحركي لتطوير الأداء الفني و الرقمي لفعالية الوثب الطويل للمبتدئينم.م حيدر نوار حسين

قابليته عن طريق الممارسة والتجريب" إما (يعرب خيون 2002)⁽¹⁾ فينقل عن (Sage) بأنه " تغير يحدث في الأعصاب نتيجة لتراكم الخبرة" ويعرف الباحث التعلم الحركي بأنه اكتساب أو تعديل السلوك الحركي نتيجة المرور بخبرات تعليمية

2-1-2 البرنامج التعليمي على وفق الترابط الحركي :

يرى المختصون بالعملية التعليمية والتدريبية أهمية تكوين الاتجاهات العلمية وتتميتها لدى المتعلمين من خلال وضع البرامج التعليمية لأنها قد تعمل كموجهات للسلوك يمكن الاعتماد عليها في التنبؤ بنوع السلوك المطلوب كونها حصيلة من الخبرات التي يكتسبها المتعلم خلال تفاعله مع البيئة يمكن اكتسابها وتعديلها بالتعلم والتعليم ،ومن هنا يبرز دور البرامج التعليمية والبرنامج التعليمي عبارة عن " الخطوات التنفيذية العملية لخطة صممت سلفا وما يتطلبه ذلك التنفيذ من توزيع زمني و طرق تنفيذ وإمكانيات تحقيق هذه الخطة "⁽²⁾ أو (طريقة تفريد في التعليم تقوم على أساس تقسيم الموضوع الدراسي أو المهمة التعليمية إلى مجموعة من الأفكار أو الخطوات المرتبة تهدف في مجملها إلى تحقيق أهداف تعليمية محددة)⁽³⁾ أو هو " طريقة لترتيب المواد التعليمية في خطوات صغيرة مرتبة منطقيا وكل خطوة أو أطار في البرنامج تزود المتعلم بمعلومات وتتطلب أن يستجيب لهذه المعلومات ويزود المتعلم بتغذية راجعة تتصل بصحة استجابته"⁽⁴⁾ و يعرف بأنه النظام الذي يمكن إتباعه في علاج موضوع معين أو حل مشكلة علمية"⁽⁵⁾ ويقصد بالبرنامج التعليمي على وفق الترابط الحركي برنامج تعليمي يتم تنظيم المحتوى التعليمي وتعلمه وفق ترتيب أجزاء المحتوى التعليمي بالاعتماد على العلاقات السببية أولا بين أقسام الحركة (الترابط الحركي) ثم الانتقال إلى الأجزاء وهكذا وفيه يحاول المتعلم الكشف عن شي ما يكون سبب لشي آخر واهميتها هذا البرنامج تتمثل بقدرة المتعلم على تحديد علاقات السبب والنتيجة كجزء من العملية التعليمية . والبرنامج التعليمي وفق الترابط الحركي يستطيع من خلالها المتعلم التميز بين الحقائق ودون تعلم هذه المهارة فأنهم يقفزون مباشرة إلى الخلاصة و الإحكام النهائية ، ومن المعروف (

1 - يعرب خيون؛ التعلم بين المبدأ والتطبيق؛(بغداد ،مكتب الصخرة ،2002) ص17

2 - عبد الحميد شرف؛ البرامج في التربية الرياضية بين النظرية و التطبيق ،(مركز الكتاب للنشر ، القاهرة، 1996) ص18

3 - فراس السليتي؛ استراتيجيات التعلم والتعليم النظرية والتطبيق،(عالم الكتب الحديث.2008) ص 30

4 - محمد محمود الحيلة؛ التصميم التعليمي ط1(عمان.دار المسيرة، 1999).ه.ص.296

5 - سليمان علي حسن؛ المدخل إلى التدريب الرياضي .(مطبع جامعة الموصل،الموصل،1983) ص18

تأثير برنامج تعليمي على وفق الترابط الحركي لتطوير الأداء الفني و الرقمي لفعالية الوثب الطويل للمبتدئينم.م حيدر نوار حسين

أن برنامج العلاقة بالحركة السابقة تهتم بتحديد الدوافع والمبررات أو الأسباب التي تقف وراء حدوث عمل من الأعمال وتصرف ثم بيان النتائج⁽¹⁾.

2-1-2 الأداء الفني لفعالية الوثب الطويل:

يتكون الأداء الفني للوثب الطويل من أربع مراحل (الركضة التقريبية، الارتقاء، الطيران والهبوط) ففي مرحلة الركضة التقريبية فان طول المسافة وفقا لقدرات المتعلم ومدى نضجه وطول المسافة للكبارة (35-45) متر ويعدد خطوات (21-23) خطوة ومن المفضل احتساب طول مسافة الركض للمبتدئين بعدد الخطوات التي يستخدمونها والتي تصل حوالي (13) خطوة وان يكون الاقتراب متناغما وبتزايد تدريجي للسرعة ويجب الاهتمام بقياس الاقتراب بدقة اذ يمكن الحكم عليه من خلال الخطوات الأخيرة وفي مرحلة الارتقاء يتم وضع قدم الارتقاء على لوحة الارتقاء مع لمس خفيف بكعب القدم على الأرض وتكون قدم الارتقاء امام الورك قليلا مع انثناء خفيف في مفصل ركبة رجل الارتقاء و هذا الانثناء يتم فرده بسرعة اثناء مرور نقطة مركز ثقل الجسم فوق رجل الارتكاز ويكون نشطا وقويا ولكن بدون تصلب خلال اتصالها باللوحة⁽²⁾. إما مرحلة الطيران فان جميع الحركات التي يقوم بها الواثب ما هي إلا حركات يقوم بها للمحافظة على التوازن ويهني وضعيته للهبوط وهناك اختلاف في الأداء الحركي لمرحلة الطيران بحسب الطريقة المستخدمة وتوجد ثلاث طرائق وهي (القفصاء والتعلق والمشي)⁽³⁾. (إن أوضاع الجسم المختلفة التي تتم في الهواء بعد الارتقاء هي سلسلة من الحركات المتصلة الغرض منها للمحافظة على الاتزان في اثناء عملية الهبوط)⁽⁴⁾ إما المرحلة الأخيرة فهي الهبوط والواجب الرئيسي لها هو الوصول إلى اكبر مسافة وعدم فقدان مسافة كبيرة وفيه تمتد الرجلان للأمام مع رفعهما من الأرض وميل الجذع

¹ - جودت احمد سعادة؛تدريس مهارات التفكير،(دار الشروق للنشر والتوزيع،عمان،2009)ص

² جوزيه مانيول،(ترجمة)، عثمان حسين، محمود فتحي؛أسس التعلم والتدريب:(القاهرة،الاتحاد الدولي للالعاب القوى المركز الاقليمي)، ص75

³ - مهدي صاحب محمد؛تأثير التدريس بأسلوبى الإتقان والمقارن في تعلم فعالية الوثب الطويل (رسالة ماجستير،الجامعة المستنصرية، كلية التربية الأساسية)ص 39

⁴ -مديحه سامي و آخرون؛العاب القوى للفتيات(القاهرة،مطبعة المنبر 1973) ص 196

تأثير برنامج تعليمي على وفق الترابط الحركي لتطوير الأداء الفني و الرقمي لفعالية الوثب الطويل للمبتدئين.....م.م حيدر نوار حسين

للأمام مع مرجحة الذراعين أسفل خلفا (والهبوط الصحيح يكون فيه علامة القدمين في ارض الحفرة على خط واحد) (1)

3- منهج البحث واجراءة الميدانية

3-1 منهج البحث المستخدم:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته مشكلة البحث واستخدم تصميم المجموعات التجريبيتين المتكافئة "يعد المنهج التجريبي اقرب مناهج البحوث لحل المشاكل بالطريقة العملية
3-2 عينة البحث :

تم تحديد مجتمع البحث وتمثل بطلبة مرحلة الرابع الإعدادي بالأعمار (15-16) سنة واختيار إعدادية العراق الجديد للعام الدراسي 2010-2011 والبالغ عددهم (176) طالب وكان موزعين على خمس شعب واختيار من شعبة (د) (24) طالب بنسبة (14%) من مجتمع البحث وتقسيمها إلى مجموعتين بالطريقة العشوائية عن طريق القرعة إذ هذه الطريقة تضمن للباحث تحقيق الهدف من الدراسة الأصلي وهم يمثلون مجتمع البحث تمثيلا

3-3 التكافؤ بين المجموعتين:

الجدول (1)

الدالة	مستوى الخطأ	مستوى الثقة	قيمة t المحسوبة	الضابطة		التجريبية		المعالم الإحصائية الاختبار
				ع	س	ع	س	
عشوائي	0.432	0.568	5.79	0.985	5.47	1.267	5.202	الأداء الفني
عشوائي	0.677	0.323	0.422	0.169	4.055	0.187	4.085	انجاز الوثب الطويل

عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (22) وقيمة (ت) الجدولية (2.07)

يتبين من الجدول (1) إن قيم اختبار (ت) المحسوبة لمتغيرات قيد البحث بين المجموعتين (الضابطة والتجريبية) في الاختبار القبلي كانت كلها اصغر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (2.07) عند مستوى دلالة (0.05) وأمام درجة حرية (22)، ولما كانت القيمة المحسوبة أصغر من الجدولية دل ذلك على عشوائية الفروق بين المجاميع الأربعة في متغيرات قيد البحث كلها بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) في الاختبار القبلي مما يدل على تكافؤ المجاميع.

¹ - محمد محمد قشرة؛ أصول العاب القوى مسابقات الميدان والوثب، القفز أسس التدريب: ج 2 (ب.م.ب.ص) ص55

3-4 وسائل جمع المعلومات والأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث

3-4-1 وسائل جمع المعلومات

لقد تم الاستعانة بما يأتي

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية
- الملاحظة التقنية (باستخدام أجهزة تقنية) والتجريب
- المقابلات الشخصية
- الاختبار والقياس

3-4-2 أدوات البحث

- شريط قياس
- مقياس رسم
- أقراص ليزريه
- رام كاميرة فيديو 8 كيكيا عدد
- حواجز
- حامل ثلاثي
- حبال
- مسطرة ألمنيوم (2)م وشبكة تحتوي على كرات
- صناديق

3-4-3 أجهزة البحث

- كاميرة فيديو
- حاسوب الكتروني بانتيوم 4 صيني المنشأ
- جهاز تلفزيون (LCD) ال جي 42 بوصة

3-5 فريق العمل المساعد

تم الاستعانة بفريق عمل مساعد^(*) للاختبارات القبلية و البعدية

3-6 احراءات البحث الميدانية

3-6-1 تحديد القياسات والاختبار الخاص بالبحث

1- اختبار الوثب الطويل

3-6-2 إجراء الاختبار الخاص

- اسم الاختبار : الوثب الطويل (اختبار الأداء الفني - الرقمي)⁽¹⁾

- الغرض من الاختبار: قياس الأداء الفني - الرقمي.

- أدوات الاختبار :شريط قياس ، لوحة الارتقاء

وصف الاختبار:يقوم المختبر بالركض مسافة (30)م تقريبا وهي مسافة الاقتراب ثم يقوم بالارتقاء على أن لايتجاوز لوح الارتقاء و الوثب أماما لأطول مسافة ممكنة.

تعليمات الاختبار :

أن لايتجاوز المختبر لوحة الارتقاء.

الهبوط بالقدمين

تقاس مسافة الوثبة بين الحافة الداخلية للوحة الارتقاء من اقرب اثر تركه المختبر بأي جزء من جسمه في الحفرة .

لكل مختبر ثلاث محاولات تسجل الأفضل.

التسجيل: تقاس المسافة من الحافة الداخلية لخط الارتقاء واقرب اثر تركه المختبر من لوحة الارتقاء وهي تعبر عن المستوى الرقمي.

إعداد استمارة لتقويم الأداء الفني.

* - م.م سعد خميس ، م.م طالب شهد غانم ، م.م أياد عبد اللطيف م. م.م ميثم محمد

• ¹ - ابتسام حيدر بكتاش ؛ تأثير استخدام التغذية الراجعة الإضافية في تحسين مستوى الأداء الفني و الرقمي للوثب

الطويل.رسالة ماجستير .جامعة بغداد- كلية التربية الرياضية. 2002.ص 51

3-6-3 التجربة الاستطلاعية

تم إجراء التجربة الاستطلاعية يوم الأحد الموافق 13-3-2011 في الساحة الخارجية لإعدادية العراق الجديد في الساعة (8،50) دقيقة على أربع طلاب من مجتمع البحث وقد اشتملت هذه التجربة اختبار الوثب الطويل وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية تعريف فريق العمل المساعد على طبيعة العمل والإجراءات

1- تدريب فريق العمل المساعد

2- التأكد من ملائمة الاختبار لمستوى عينة البحث

3- التعرف على كل السلبيات والمعوقات التي قد تواجه الباحث خلال إجراء الاختبار

4- التعرف على الوقت الكافي لإجراء الاختبار

التعرف على عمل الكاميرة والأبعاد الخاصة بوضعها

3-6-3-1 وصف الاختبار والتصوير القبلي

3-6-3-1-1 الاختبار القبلي

بعد المعطيات التي خرج بها الباحث من التجربة الاستطلاعية قام بتوزيع فريق العمل وأماكن وضع الكاميرة تم إجراء التجربة الرئيسية في يوم الأربعاء الموافق 14-3-2011 في الساعة الثامنة صباحاً بعد إجراء عملية الإحماء العام والخاص تم إعطاء لكل طالب ثلاث محاولات تم اعتمادها والأعلى انجاز لحساب الانجاز. و تم نصب الكاميرة الفديوية وهي من نوع سوني و وضعها على حامل ثلاثي آذ تم تحديد الأبعاد المناسبة لمكان الكاميرة على مكان يقع عمودياً على منتصف المستوى الفراغي لحركة الطالب الكاميرة تصور حركة المتعلم لكامل الأداء وتقع في منتصف المسافة وعلى بعد (10) متر من مجال الركض. بارتفاع (1,10) متر لغرض عرض الفيلم على الخبراء(*) من أجل التحليل النوعي.. واستخدم الباحث جهاز الحاسوب وتلفزيون (LCD) حجم (42) بوصة لعرض القرص المدمج أمام الخبراء لتقويم فن الأداء الحركي لإفراد العينة. كما تم إعداد استمارة تقويم خاصة كما في الملحق (1)

* ا.د محمد عبد الحسن اختصاصي ساحة وميدان -كلية التربية الرياضية -جامعة بغداد.

* ا.د صريح عبد الكريم اختصاصي ساحة وميدان -كلية التربية الرياضية -جامعة بغداد

* ا.د. ساطع إسماعيل اختصاصي ساحة وميدان -كلية التربية الرياضية -جامعة بغداد

تأثير برنامج تعليمي على وفق الترابط الحركي لتطوير الأداء الفني و الرقمي لفعالية الوثب الطويل للمبتدئينم.م حيدر نوار حسين

تم حساب الدرجة من (10) لكل مرحلة من مراحل الأداء الفني.

تم حساب الدرجة من (40) لمرحلة الأداء الفني الكامل

3-9 البرنامج التعليمي

اعد الباحث برنامج تعليمي لعينة البحث و بواقع (16) وحدة تعليمية وهي تمارين الخاصة المستخدمة في تعلم الوثب الطويل قام بتنفيذها مدرسا مادة التربية الرياضية في إعدادية العراق الجديد* تتعلم هذه المجموعة وفق البرنامج التعليمي الترابط الحركي بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع الواحد وبزمن مقداره (45) دقيقة وهو برنامج تعليمي يتم تنظيم المحتوى التعليمي وتعلمه وفق ترتيب أجزاء المحتوى التعليمي بالاعتماد على العلاقات السببية أولا بين أقسام الحركة (الترابط الحركي) ثم الانتقال إلى الأجزاء ففي الجزء النظري يتم تزويد المتعلمين بالمعلومات حول المهارة وفق العلاقة بالحركة السابقة (الترابط الحركي) ففي الوحدات الأولى لبداية المهارة (مرحلة الربط بين الركضة التقريبية والارتقاء) وتبدأ ببداية التركيز على العلاقات الارتباطية السبب والنتيجة في هذا البداية ثم على مكونات العلاقة الارتباطية بالتعاقب وهكذا يتم الشرح و التوضيح. إما أولوية الرصد والمشاهدة للمعلم في هذا البرنامج تستند بتوجيه انتباه المعلم على علاقة الارتباط بين أجزاء الحركة وتحديدها على وفق الأخطاء المؤثر في الأداء أولا وبالتالي الحكم على الأداء (المقارنة بين مآتم وما يجب أن يتم) ،والتغذية الراجعة وفق العلاقة بالحركة السابقة بترجمة هذه العلاقات إلى كلمات أو عبارات تعليمية تم جدولتها وفق هذه العلاقات وإيجاد لغة راعت عمر المتعلم وخبرته ويتم تزويد التغذية الراجعة وفق العلاقة بالحركة السابقة للأداء الحركي فلو حدث خطأ في مرحلة الطيران يتم تصحيح مرحلة النهوض وهكذا. والملحق (2) يبين البرنامج التعليمي

المجموعة الثانية وهي مجموعة ضابطة تتعلم هذه المجموعة بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع الواحد زمن الوحدة التعليمية (45) دقيقة كما معمول بالوحدات الاعتيادية حسب المنهج الموضوع من قبل مدرس المادة.

3-10 الاختبار البعدي

* المدرسان .مويد عبد الطيف و ميثم مدرسا مادة التربية الرياضية في إعدادية العراق الجديد

تأثير برنامج تعليمي على وفق الترابط الحركي لتطوير الأداء الفني و الرقمي لفعالية الوثب الطويل للمبتدئينم.م حيدر نوار حسين

تم إجراء الاختبار البعدي بعد الانتهاء من المنهج التعليمي الموضوع في يوم الثلاثاء الموافق 10-5-2008 واتبع الباحث نفس الإجراءات والأساليب في إجراءات الاختبار و التصوير والقياس

3-11 المعالجات الإحصائية

- استخدم الباحث الوسائل الإحصائية من خلال الحقيبة الإحصائية (SPSS) الرزم الإحصائية للنظم الاجتماعية وباستخدام القوانين الإحصائية ذات العلاقة:
 - الوسط الحسابي
 - الانحراف المعياري
 - اختبار (ت) للعينات المترابطة وغير المترابطة
- #### 4. عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4-1 عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ومناقشتها

عرض الباحث نتائج القياسات القبلي والبعدي لعينة البحث ، من خلال عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في جداول توضيحية بعد إجراء العمليات الإحصائية اللازمة لها ، وذلك لسهولة ملاحظة النتائج ، فضلاً عن إجراء المقارنة بين المجموعتين التجريبتين في الاختبارات البعدية من خلال تحليل وتفسير نتائج كل اختبار لمعرفة واقع الفروق ودلالاتها الإحصائية ، على وفق المنظور العلمي الدقيق ، من أجل تحقيق أهداف البحث وفرضياته ،

الجدول (3)

يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار (t) بين الاختبارين القبلي والبعدي لمتغيرات البحث لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة

نوع الدلالة	ع ف	قيمة ف	قيمة T الجدولية	قيمة t المحسوبة	البعدي		القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية الاختبار
					ع	س	ع	س		
معنوي	0.549	4.829	2.20	8.796	2.204	10.03	1.267	5.202	درجة	الأداء الفني م التجريبية
معنوي	0.461	2.28	2.20	4.937	1.376	7.75	0.985	5.47	درجة	الأداء الفني م الضابطة

تأثير برنامج تعليمي على وفق الترابط الحركي لتطوير الأداء الفني و الرقمي لفعالية الوثب الطويل
للمبتدئينم.م حيدر نوار حسين

معنوي	0.0423	0.64	2.20	15.104	0.255	4.725	0.187	4.085	المترو وأجزاءه	انجاز الوثب الطويل م التجريبية
معنوي	0.4081	0.30417	2.20	7.452	0.210	4.359	0.169	4.055	المترو وأجزاءه	انجاز الوثب الطويل م الضابطة

عند درجة حرية (11) ومستوى دلالة (0.05) وقيمة (ت) الجدولية (2.20)

نلاحظ من الجدول (3)

- بلغ الوسط الحسابي في مؤشر الأداء الفني وانجاز الوثب الطويل للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي (5.202) (4.085) وبانحرافات معيارية قدرها (1.267) (0.187) على التوالي.
- بلغ الوسط الحسابي في مؤشر الأداء الفني وانجاز الوثب الطويل للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي (5.47) (4.055) وبانحرافات معيارية قدرها (0.985) (0.169) على التوالي.
- بلغ الوسط الحسابي في مؤشر الأداء الفني وانجاز الوثب الطويل للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي (10.03) (4.725) وبانحرافات معيارية قدرها (2.204) (0.255) على التوالي.
- بلغ الوسط الحسابي في مؤشر الأداء الفني وانجاز الوثب الطويل للمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي (7.750) (4.359) وبانحرافات معيارية قدرها (1.376) (0.210) على التوالي.

ونلاحظ مدى الفروق ودلالاتها الإحصائية بين القياسين القبلي والبعدي ،

- في مؤشر الأداء الفني بلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة (4.829) (2.280) وبانحرافات معيارية للفروق قدرها (0.549) (0.461) ، وبلغت قيم (t) المحسوبة (8.796) (4.937) على التوالي، في حين كانت قيمة (t) الجدولية (2.20) عند مستوى دلالة (0.05) وأمام درجة حرية (11)، وهذا يدل على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعتين التجريبية و الضابطة. أما نسبة التطور فبلغت (15.28) (28.65) (42.15) (0.81) على التوالي.

- في مؤشر انجاز الوثب الطويل بلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة (0.64) (0.30417) وبانحرافات معيارية للفروق قدرها (0.0423) (0.4081) ، وبلغت قيم (t) المحسوبة (15.104) (7.452) على التوالي، في حين كانت قيمة (t) الجدولية (2.20) عند مستوى دلالة (0.05) وأمام

درجة حرية (11)، وهذا يدل على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعتين التجريبية و الضابطة. أما نسبة التطور فبلغت (15.28) (28.65) (42.15) (0.81) على التوالي.

3-4 مناقشة نتائج اختبار (ت) للاختبارين القبلي والبعدي بمتغيرات البحث:

من خلال النتائج المعروضة التي توصل إليها الباحث في تحقيق فرضه الأول فقد أظهرت النتائج على أن كل من المجموعة التجريبية والضابطة قد تأثرت بشكل فعال في متغيرات البحث وهذا يعني أن هناك تطوراً حصل للمجموعتين الضابطة والتجريبية ويعزو الباحث ذلك التأثير، إلى التعلم الموجه لكل من المجموعة التجريبية والضابطة نتيجة استخدامهم التكرارات داخل الوحدات التعليمية وتكرار الوحدة التعليمية نفسها وهنا يشير (حنفي محمود 1988)⁽¹⁾ إن تكرار الأداء الفني خلال الدروس العملية لهذه الفعالية يعطي بعض المردودات الايجابية حتى لو كان الأداء غير جيد إذ بعد مدة من تكرار التمرين يدخل المتعلم إلى المرحلة التي يؤدي بها المهارة ألياً وترتبط هذه الإلية بالدقة والإتقان التام للمهارة. فضلاً عن ذلك ان التعلم وتحقيق الانجاز لهذه المرحلة العمرية التي يمر بها الطلاب تتميز برغبة الطالب في أرضاء جماعته وتقوية مركزه فهو يرغب في زيادة اشتراكه في دروس العاب القوى والتي يغلب عليها طابع المقارنة والفوز لذلك كانت النتائج ايجابية للأداء الفني والانجاز وهنا يشير كل من (الطالب و الويس)⁽²⁾ (إن مستوى الانجاز يتناسب طردياً مع درجة التحفيز) لذلك ظهرت المعنوية في النتائج وهذا يتفق مع ما اشار إليه (احمد محمد خاطر و آخرون)⁽³⁾ (أن التعلم الحركي هو التغير الدائم نسبياً في الأداء الحركي الناتج عن الممارسة) ويتفق مع ما ذكره (وجيه محجوب)⁽⁴⁾ بتعريفه للتعلم الحركي بأنه " مجموعة من العمليات المرتبطة بالتدريب والخبرة والذي يؤدي إلى تغيرات ثابتة نسبياً في قابلية الفرد على الأداء المهاري". بعد مرور المتعلمين بخبرات تعليمية لذلك كانت النتائج منطقية.

¹ - حنفي محمود المختار؛ أسس تخطيط برامج التدريب الرياضي؛ ط1 (القاهرة، دار زهران للنشر والتوزيع، 1988) ص

168-167

² نزار الطالب ،كامل الويس؛ علم النفس الرياضي. (بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر. 1993) ص118

³ - احمد محمد خاطر و آخرون؛ دراسات في التعلم الحركي. (القاهرة؛ دار المعارف. 1978) ص75

⁴ - ووجيه محجوب . موسوعة علم الحركة ، التعلم وجدولة التدريب في بغداد : ب م ، 2002 ، ص1

تأثير برنامج تعليمي على وفق الترابط الحركي لتطوير الأداء الفني و الرقمي لفعالية الوثب الطويل للمبتدئينم.م حيدر نوار حسين

إن ما تقدم في عرضنا للمعالم الإحصائية للاختبارات المبحوثة ، نلاحظ وجود تحسن في جميع هذه الاختبارات وللمجموعتين ، مما يدل على تأثير الأسلوبين التعليميين في التعلّم ، ولكن أياً من الأسلوبين له الأفضلية في تحسين مستوى العينة ؟ ولمعرفة مدى الفروق ودلالاتها الإحصائية بين القياسين القبلي والبعدي ، لجأ الباحث إلى استخدام اختبار (t) ، لإيجاد معنوية الفروق بين القياسين القبلي والبعدي ، وحسب ما سيتطرق إليه الباحث في المبحث اللاحق .

4-2 عرض نتائج المجموعتين التجريبية و الضابطة في الاختبار البعدي ومناقشتها :

الجدول (4)

نوع الدلالة	مستوى الخطأ	مستوى الثقة	قيمة t المحسوبة	الضابطة		التجريبية		المعالم الإحصائية الاختبار
				ع	س	ع	س	
معنوي	0.006	0.994	3.040	1.376	7.75	2.204	10.03	الاداء الفني
معنوي	0.999	0.001	3.833	0.210	4.359	0.255	4.725	انجاز الوثب الطويل

عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (22) وقيمة (ت) الجد ولية (2.07)

- في مؤشر الأداء الفني ظهرت معنوية الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة، إذ ظهرت قيمة (ت) بين المجموعتين (3.040) وهو اكبر من قيمة (ت) الجد ولية البالغة (2.07) عند مستوى الدلالة (0.05).
- في مؤشر انجاز الوثب ظهرت معنوية الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة، إذ ظهرت قيمة (ت) بين المجموعتين (3.833) وهو اكبر من قيمة (ت) الجد ولية البالغة (2.07) عند مستوى الدلالة (0.05).

4-5 مناقشة نتائج اختبار (ت) للاختبار البعدي بمتغيرات البحث بين المجموعة التجريبية والضابطة:

إن لمتغير الأداء الفني وانجاز الوثب علاقة مباشرة بمعرفة واستيعاب المعلومات وواجباتها ووظائفها وهو بذلك يعتمد في الأساس على نوع الوحدة التعليمية والمهمة التعليمية وتنظيم المحتوى التعليمي لذلك كان لتأثير البرنامج المعد من قبل الباحث الأثر الواضح في الأداء الفني وانجاز الوثب للمجموعة التجريبية ويعزو الباحث سبب ذلك إلى فاعلية البرنامج التعليمي من خلال وضوح أهدافه التعليمية وصياغتها وفق السلوك المطلوب أدائه (إذ إن من النقاط التي يجب أن يأخذها المصمم التعليمي بعين الاعتبار عند تحديد الأهداف التعليمية أن يحدد الهدف الفعل الذي يقوم به المتعلم من المهم جدا عند صياغة الأهداف التعليمية تحديد العمل أو الأداء أو السلوك

تأثير برنامج تعليمي على وفق الترابط الحركي لتطوير الأداء الفني و الرقمي لفعالية الوثب الطويل للمبتدئين.....م.م حيدر نوار حسين

الذي سيقوم به المتعلم⁽¹⁾ فضلا عن محتواه التعليمي الذي يتضمن تزويد المتعلم للمهارة في إطار كلي من ثم التركيز على جزء من أجزاء المهارة هذا ولد حالة من الفهم والإدراك للمهارة الحركية بصورة مميزة، وهذا يتفق مع ما ذكره (محمد محمود الحيلة)⁽²⁾ (عن طريق تنظيم المحتوى يستطيع المتعلم وبخاصة في التعليم المبرمج أن يتبنى طرق تعليمة فعالة تتفق والطريقة التي نظمت فيها المعلومات في برنامج تعليمي محسوب) وعليه فانه من الأهمية بناء البرنامج الحركي بهذه الطريقة وممارسته لهذه الفعالية، وبذلك يستطيع المتعلم من الشعور بأهمية هذه المرحلة وارتباطها بالمرحلة اللاحقة ، كل ذلك عمل على تحسين التكيف الخاص للمهارة من خلال العمل على تميزها وأصبحت ذات معنى من خلال معرفة علاقتها بالحركة التي تليها في التسلسل المهاري لذلك أصبح المتعلم قادر على الاحتفاظ بها و استرجاعها باستخدام البرنامج التعليمي علاقة الحركة بالحركة السابقة (الترابط) وهذا يتفق مع ما ذكره (صالح عبد العزيز وعبد العزيز عبد المجيد)⁽³⁾ إلى التعلم كما ينظر له أنصار مذهب الجشتالت (هو تنظيم السلوك الذي ينتج عن تفاعل الكائن الحي مع البيئة وخلاصة ما يرمى إليه هذا المذهب أن العقل لا يدرك المواقف الحسية مفككة بإدراكها أولا ثم إدراك الكل وإنما يدركها ككليات ثم ينتقل بعدئذ إلى إدراك الأجزاء تدريجيا) لذلك ظهرت النتائج ايجابية في الأداء المهاري والانجاز وهنا يشير(قاسم حسن حسين 1985)⁽⁴⁾ آذ يتحدد المستوى في كثير من الألعاب الرياضية جراء الأداء الفني للمهارة وليس للعناصر البدنية فقط لذلك يعدُّ الأداء الفني من المكونات الرئيسية وهو نظام المكونات والحركات التي تساعد الرياضي تنفيذ الواجب الحركي وبذلك ظهرت النتائج متوافقة للأداء المهاري والانجاز للعلاقة بين الأداء الفني والانجاز.

1 - محمد محمود الحيلة؛ مصدر سبق ذكره. ص 123

2 - محمد محمود الحيلة؛ مصدر سبق ذكره. ص 206

3 - صالح عبد العزيز ،عبد العزيز عبد المجيد؛ التربية وطرق التدريس، ج1، ط12 () ص 186

4 --قاسم حسن حسين؛تدريب اللياقة البدنية والتكنيك رياضي للألعاب الرياضية(بغداد،مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، 1985)ص 235

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

1- إن اعتماد البرنامج التعليمي على وفق الترابط الحركي يعمل على تطوير الأداء الفني لفعالية الوثب الطويل .

2- إن اعتماد البرنامج التعليمي على وفق الترابط الحركي يعمل على تطور انجاز الوثب الطويل

3- هناك تأثير ايجابي باستخدام البرامج التعليمية في تطوير الأداء الفني لفعالية الوثب الطويل وانجاز الوثب

2-5 التوصيات والمقترحات

1- ضرورة اعتماد البرنامج التعليمي على وفق الترابط الحركي لفعالية الوثب الطويل لطلاب المدارس الثانوية.

2- ضرورة تصميم برامج تعليمية تعتمد على تحويل النظرية العلمية إلى تطبيق عملي في فعاليات رياضية مختلفة.

3- يقترح الباحث زج المدرسين والمعلمين بدورات للتعليم النوعي بالاعتماد على الأسس البيوميكانيكية.

4- التأكيد على تدريس التحليل النوعي في دروس علم الحركة البايوميكانيك لطلبة كلية التربية الرياضية.

المصادر:

- ابتسام حيدر بكتاش ؛ تأثير استخدام التغذية الراجعة الإضافية في تحسين مستوى الأداء الفني و الرقمي للوثب الطويل.رسالة ماجستير .جامعة بغداد- كلية التربية الرياضية.2002
- احمد محمد خاطر و آخرون؛ دراسات في التعلم الحركي. (القاهرة؛ دار المعارف.1978)
- احمد مرعي، محمد محمود الحيلة؛ طرائق التدريس العامة، ط1 (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر 2006)
- جودت احمد سعادة؛ تدريس مهارات التفكير، (دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، 2009)
- جوزيه مانويل ،ترجمة ،عثمان حسين محمود فتحي؛ أسس التعلم والتدريب؛ (القاهرة،الاتحاد الدولي للألعاب القوى المركز الإقليمي،)
- حنفي محمود المختار؛ أسس تخطيط برامج التدريب الرياضي؛ ط1 (القاهرة، دار زهران للنشر

والتوزيع،1988)

- -ديويولد؛ب فان دالين؛ ترجمة محمد نبيل؛مناهج البحث العلمي في التربية وعلم النفس.(القاهرة: 1969،
- سليمان علي حسن؛المدخل إلى التدريب الرياضي .(مطابع جامعة الموصل،الموصل،1983)
- صالح عبد العزيز ،عبد العزيز عبد المجيد؛التربية وطرق التدريس،ج1،ط12 () ص186
- عبد الحميد شرف ؛البرامج في التربية الرياضية بين النظرية و التطبيق ،(مركز الكتاب للنشر،القاهرة،1996)
- فراس السليتي؛استراتيجيات التعلم والتعليم النظرية والتطبيق،(عالم الكتب الحديث.2008)
- قاسم حسن حسين؛تدريب اللياقة البدنية والتكنيك رياضى للألعاب الرياضية(بغداد،مديرية دار الكتب للطباعة والنشر،1985)
- قاسم لزام صبر؛ اثر بعض طرائق التعلم في اكتساب وتطور مستوى الأداء في المهارات المغلقة والمفتوحة (أطروحة دكتوراه ،كلية التربية الرياضية ،جامعة بغداد .1997)
- -كورت ماينل؛التعلم الحركي، ترجمة،عبد علي نصيف،ط1(الموصل ،مطبعة جامعة الموصل،1987)
- محمد محمد قشرة؛أصول ألعاب القوى مسابقات الميدان و الوثب والقفز أسس التدريب: ج 2) ب.م،ب.ص)
- محمد محمود الحيلة؛التصميم التعليمي ط1(عمان.دار المسيرة، 1999).
- مديحه سامي و آخرون؛العاب القوى للفنيات(القاهرة،مطبعة المدني.1973)
- مهدي صاحب محمد؛تأثير التدريس بأسلوبي الإتقان والمقارن في تعلم فعالية الوثب الطويل (رسالة ماجستير،الجامعة المستنصرية، كلية التربية الأساسية)
- نزار الطالب ،كامل الويس؛علم النفس الرياض: (بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر 1993)
- وجيه محجوب . موسوعة علم الحركة ، التعلم وجدولة التدريب ، بغداد : ب م ، 2002 ،
- يعرب خيون؛ التعلم بين المبدأ والتطبيق؛(بغداد ،مكتب الصخرة ،2002)

الملحق (1) استمارة التقويم

المجموعة:

اسم الطالب :

تأثير برنامج تعليمي على وفق الترابط الحركي لتطوير الأداء الفني و الرقمي لفعالية الوثب الطويل للمبتدئينم.م حيدر نوار حسين

المرحلة	الحركات	محاولة 1	محاولة 2	محاولة 3	الدرجة
الاقتراب	الذراعين				
	الذراع				
	الساقين				
الارتقاء	الذراعين				
	الذراع				
	الساقين				
الطيران	الذراعين				
	الذراع				
	الساقين				
الهبوط	الذراعين				
	الذراع				
	الساقين				

الدرجة:

الخبير:

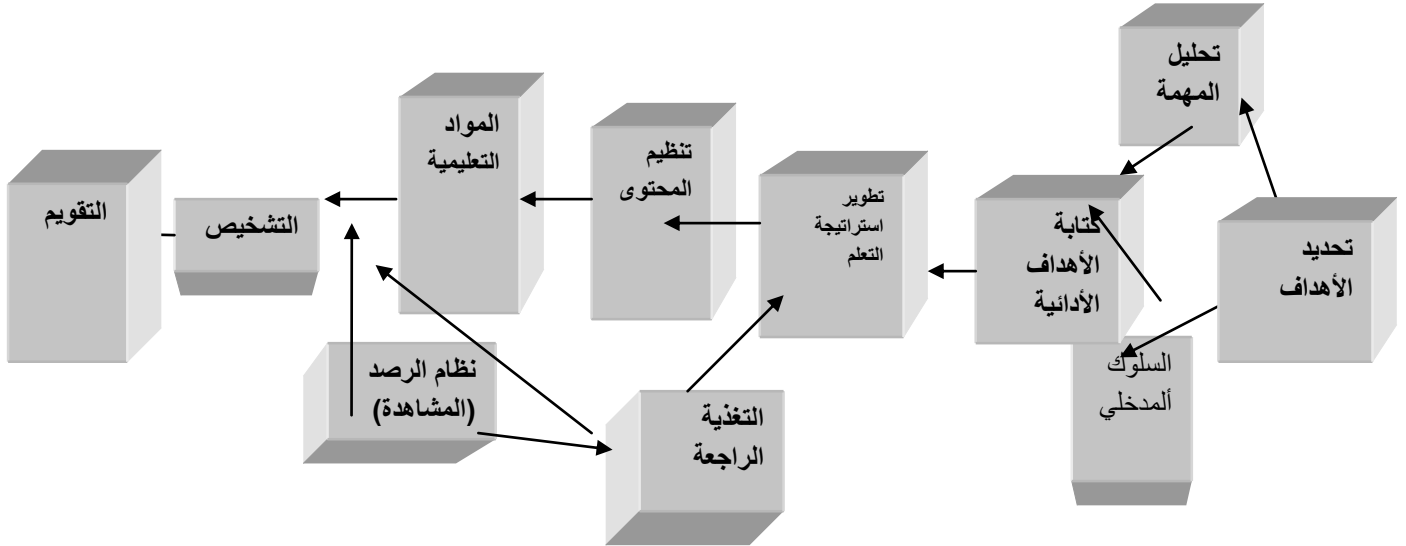
التوقيع

الملحق (2)

البرنامج التعليمي على وفق العلاقة بالحركة السابقة لفعالية الوثب الطويل للمبتدئين

خطوات التصميم التعليمي :

- الخطوة الأولى : تحديد الهدف التعليمي
- الخطوة الثانية : تحليل المهمة التعليمية
- الخطوة الثالثة : تحديد السلوك المدخلي للمتعلم
- الخطوة الرابعة:كتابة الأهداف الأدائية
- الخطوة الخامسة :تطوير إستراتيجية التعليم
- الخطوة السادسة: تنظيم المحتوى
- الخطوة السابعة :المواد التعليمية واختيارها
- الخطوة الثامنة : خطة المشاهدة أو الرصد
- الخطوة التاسعة : التشخيص
- الخطوة العاشرة : جدولة التغذية الراجعة
- الخطوة الحادي عشر : التقويم



شكل (1) يوضح التصميم التعليمي

1- تحديد الأهداف :

1- الأهداف التعليمية: تعلم فعالية الوثب الطويل

2-الأهداف السلوكية : بناء الشخصية ونمو الدافعية

2- تحليل المهمة:

تعلم فعالية الوثب الطويل من خلال إعداد برنامج تعليمي يرشد المعلم ويوجهه ويحتوي على (16) وحدة تعليمية ولوحدتان خلال الأسبوع زمن كل وحدة تعليمية (45) دقيقة ولكل وحدة تعليمية هدف هو جزء من الهدف الرئيسي وهي حسب تقسيم فعالية الوثب الطويل (الركضة التقريبية ، النهوض ، الطيران ، الهبوط) و وحدات لربط المراحل . تبدأ الوحدة التعليمية بجزء نظري حيث يتم تزويد التغذية الراجعة من اجل بناء صورة للمهمة أو للمهارة ويبدأ التوضيح أو الشرح وفق الربط الحركي المنظم وعلاقة الحركة مع الحركة السابقة للمهمة أو المهارة. والإحماء من قسمين الهولة والتمارين البدنية . إما الجزء الرئيسي يتكون من مجموعة من التمارين الأساسية لتعلم الوثب الطويل و المساعدة والتكميلية يتم تنظيم المحتوى وفق الطريقة الكلية الجزئية (المختلطة). إما طريقة رصد المعلم للمتعلمين من خلال التركيز على المهمة وفق الأخطاء الكبيرة والتشخيص و المعالجة ثم تزويد التغذية الراجعة وفق العلاقة بالحركة السابقة ويتم تقويم الأداء وفق التصميم المزدوج (القياس الكمي والنوعي) .

3- تحديد السلوك المدخلي للمتعلمين : إجراء اختبار قبلي بفعالية الوثب الطويل للمتعلمين ويتم تقويم الأداء الفني وفق القياس النوعي عن طريق الخبراء والانجاز وفق القياس النوعي وفق الإزاحة المنجزة للوثاب

4- كتابة الأهداف الأدائية :

الأهداف التعليمية:

- ا - بناء تصور للمهارة . ب - تحسين الركضة التقريبية والنهوض . ت - تثبيت الركضة التقريبية والنهوض . ث - تحسين الركضة التقريبية . ج - تثبيت الركضة التقريبية. ح - تحسين مرحلة النهوض . د - تثبيت مرحلة النهوض . ذ - تحسين الترابط بين الركضة التقريبية و النهوض والطيران والهبوط. س - تثبيت الترابط بين الركضة التقريبية و النهوض والطيران والهبوط. ش - تحسين الطيران -ص - تثبيت الطيران -ض - تحسين الهبوط . ط - تثبيت الهبوط. ع - تحسين الأداء الفني للوثب الطويل . غ - تثبيت الأداء الفني للوثب الطويل ن - تدريب حر للتلاميذ أداء المهارة .

8	7	6	5	4	3	2	1
---	---	---	---	---	---	---	---

16	15	14	13	12	11	10	9
تدريب حر	تثبيت	تحسين	تثبيت	تحسين	تثبيت	تحسين	تثبيت الترابط
للتلاميذ أداء	الأداء	الأداء	الهبوط	الهبوط	الطيران	الطيران	بين الركضة
المهارة	الفني	الفني					التقريبية و
	للوثب	للوثب					النهوض
	الطويل	الطويل					والطيران
تحسين	الترابط	تحسين	تثبيت	تحسين	تثبيت	تحسين	بناء تصور
الترابط بين	النهوض	النهوض	الركضة	الركضة	الركضة	الركضة	للمهارة
الركضة			التقريبية	التقريبية	التقريبية	التقريبية	
التقريبية و					والنهوض	والنهوض	
النهوض							
والطيران							

الشكل (2) يوضح أهداف الوحدات التعليمية

5-عناصر إستراتيجية التعلم .

ا- الجانب النظري : عبارة عن مقدمة عن المهارة أو المهمة التعليمية تساعد المتعلمين في تنمية العمليات الذهنية وبناء صورة للمهارة أو المهمة التعليمية لما ينبغي أن يقوم بها المتعلم في تطبيق المهارة والبحث في الذاكرة عن أي شيء يعرفونه عن الواجب المطلوب ويتم تزويده عن طريق :

1- معلومات مرئية : من خلال فلم أو صور

2- معلومات سمعية : من خلال الشرح والتوضيح .

يقوم المعلم بشرح المهمة التعليمية أو التمرين الأول وفق الترابط الحركي للمهمة التعليمية أو التمرين .

ب - القسم الإعدادي:(الجانب الإداري:اخذ الحضور و الغياب-الإحماء والتهيئة:)

تأثير برنامج تعليمي على وفق الترابط الحركي لتطوير الأداء الفني و الرقمي لفعالية الوثب الطويل للمبتدئين.....م.م حيدر نوار حسين

سوف يتم التركيز على أسلوب التعلم التدريبي من اجل تنمية الشخصية القيادية وتحسين الدافعية
ج - القسم الرئيسي: (-) تمارين الأساسية بتعلم الوثب الطويل - تمارين مساعدة .- تمارين تكميلية
(.

د - القسم الختامي: (- ترويجي - تهدئة).

ر - التنظيم الزمني :

- زمن البرنامج التعليمي (720) دقيقة.

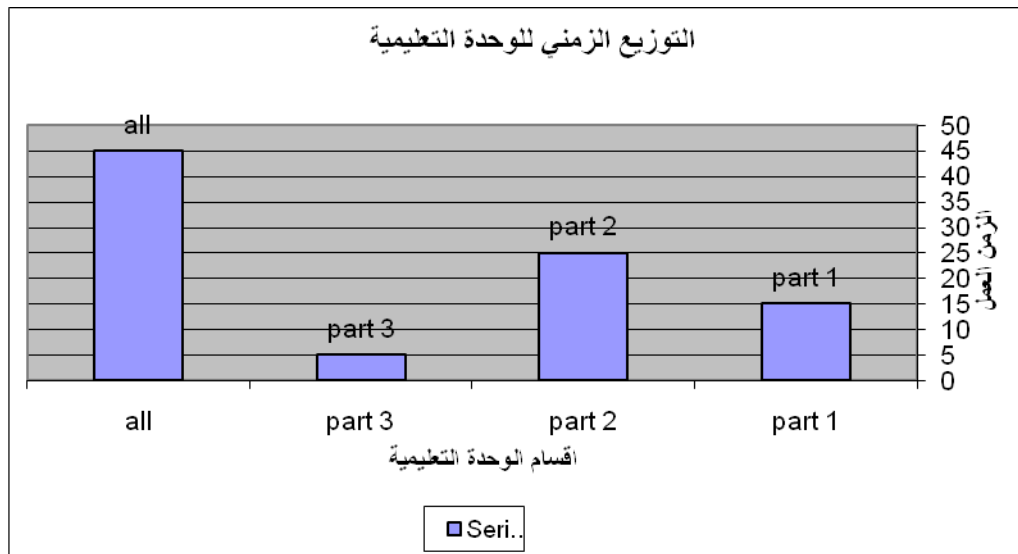
- زمن الوحدة التعليمية (45) دقيقة .

- القسم الإعدادي (15) دقيقة .- الجانب النظري (5) دقيقة .

- التهيئة (الإحماء) (10) دقيقة.)

- القسم الرئيسي (25) دقيقة .

- القسم الختامي (5) دقيقة .



القسم الإعدادي (240) دقيقة

القسم الرئيسي (400) دقيقة

القسم الختامي (80) دقيقة .

6- المواد التعليمية: (جهاز حاسوب، أفلام تعليمية لفعالية الوثب الطويل، نماذج مصورة

للمراحل التعليمية، صناديق كارتونية وخشبي، حواجز، ساحة للوثب الطويل، عصا،

تأثير برنامج تعليمي على وفق الترابط الحركي لتطوير الأداء الفني و الرقمي لفعالية الوثب الطويل للمبتدئينم.م حيدر نوار حسين

طويلة وكرة وشبكة).

7- تنظيم المحتوى:

القسم التحضيري :الجانب النظري : (التعرف على مراحل الأداء الفني ، التعرف على قانون اللعبة)

-الهولة وتمارين الإحماء (تهيئة الجسم و العضلات لأداء التمارين)

- الجزء الرئيسي:(تعلم الأداء الفني للوثب الطويل، استخدام الطريقة الكلية الجزئية)

-الجزء الختامي: ترويجي وعودة الجسم إلى وضعه الطبيعي.

نموذج لوحة تعليمية

اسم الفعالية:الوثب الطويل

الهدف:(تعلم مرحلة الطيران)

الوقت:45 دقيقة

المدرس :

المرحلة :

المحتوى	الوقت	أقسام الوحدة
شرح مرحلة الطيران وعرض فلم يوضح ذلك او عرض صور توضيحية . - اجراء الإحماء والتمارين البدنية . من الركض لمسافة 6 خطوات والارتقاء من على صندوق لأخذ أطول فترة طيران وأداء حركة رفع اليدين إلى الأعلى .	15 دقيقة	القسم الابتدائي الجزء التعليمي الجزء التطبيقي
ركضه تقريبيه من 6-8 خطوة ثم اخذ خطوة الارتفاع عن الأرض من فوق صندوق ثم سحب رجل الارتفاع	5 دقائق	التمرين الأول
محاولة مسك شي معلق أو تخيل شي يحاول مسكه بعد أداء 6 خطوات من مسافة 6-8 خطوة	5 دقائق	التمرين الثاني
أداء ثلاث خطوات ركض ثم ووثب (5) مرات لثلاث تكرارات مع وضع حاجز أو صناديق واخذ وضع التعلق	5 دقائق	التمرين الثالث
ركضه تقريبيه من 6-8 خطوة ثم اخذ وضع التعلق.	10 دقيقة	التمرين الرابع
سباق بالوثب العريض بين المتعلمين .	5 دقائق	التمرين الخامس الجزء الختامي

8- خطة المشاهدة :

- تحديد المهمة التي يراد ملاحظتها وفق الأخطاء الكبيرة للحركة .

تأثير برنامج تعليمي على وفق الترابط الحركي لتطوير الأداء الفني و الرقمي لفعالية الوثب الطويل للمبتدئينم.م حيدر نوار حسين

- طريقة الرصد :تعتمد خطة المشاهدة أو الرصد على المدرس من خلال استخدام الحواس فاختيار المكان الملائم لرصد الحركة بشكل كامل ويراعي السيطرة على المجموعة التعليمية وبما أن المهارة مغلقة فان المعلم يستطيع السيطرة على البيئة ويستطيع من تحديد نقاط الرصد المفضلة لحركة المتعلم واختيار مستوى معين من المشاهدة التي يستطيع من خلالها تتبع الحركة بحيث يكون عموديا على اتجاه حركة الجسم ويمكن أن يتغير الموقع اعتمادا على المهارة أو المهمة بحيث لا تكن قريبة ولا بعيدة جدا واختيار مكان يمكن ملاحظة البناء الحركي للمتعلم .وإستراتيجية خطة المشاهدة للتصميم التعليمي في تحديد الأخطاء الكبيرة عن طريق المقارنة بالأداء النموذجي على وفق تحليل المهارة أو المهمة ميكانيكيا .

9- **التشخيص :**الحكم على عملية التطبيق للمتعلم هل قام المتعلم بالأداء الصحيح أو الخاطئ .
يتم تشخيص الأخطاء وفق العلاقة بالحركة السابقة حيث يتم تشخيص الخطأ الكبير الذي يظهر ثم الذي يليه وبالتعاقب و هكذا.

10- تزويد التغذية الراجعة:

يتم تزويد التغذية الراجعة للتصميم وفق طريقة العلاقة بالحركة السابقة من خلال جدول التغذية الراجعة وحسب القسم أو الجزء من المهارة أو الترابط بين المهارة أو كافة المراحل الفنية :
نموذج لتزويد التغذية الراجعة وفق العلاقة بالحركة السابقة لوحدين للركضة التقريبية و النهوض :

الركضة التقريبية	النهوض
- الخطأ بعبور لوحة الاقتراب (التأكيد على تقليل طول الخطوة الأخيرة)	- زاوية نهوض غير مثالية (تصحيح عملية المد الكامل للمفاصل) .
- الوصول إلى لوحة الاقتراب وضياح بالمسافة (زيادة طول الخطوة الأخيرة والتي قبلها)	- عدم وجود مد كامل للمفاصل (تصحيح عملية الاستناد للقدم تبدأ على الكعب)
- فقدان جزء من السرعة (الركض على مقدمة القدم)	- انخفاض مركز ثقل الجسم (النهوض على مقدمة القدم)
- عدم الوصول إلى سرعة المتعلم المثالية في وسط الركضة التقريبية (اتخاذ الوضع الصحيح بحني الجذع في بداية الركضة	- طول زمن الاستناد (تقصير الخطوة الأخيرة)
	- عدم دفع الرجل الحرة بزواوية قائمة وسرعة (رفع الورك أثناء الاستناد إلى أعلى)
	- ضعف بالانسيابية خلال النهوض (اتخاذ الوضع الصحيح في الاقتراب)

11- التقييم :

ستتم عملية التقييم للتعلم على وفق التصميم المزدوج ويكون كالآتي :

- التقييم الكمي :لقياس الانجاز .

- التقييم النوعي :بتقويم الأداء الفني لمراحل الأداء الفني للمهارة عن طريق الخبراء ومن خلال استمارة خاصة عن طريق مشاهدة المتعلمين بواسطة الفيديو

Abstract

The research consist of five chapters, the first chapters contain the introduction and how importance it is , a review been taken on the education filed and programmed Instruction and how the learning process aims at preparing and developing the level of athlete who is prone to learning programs put according to scientific method , the development comes as result to used the basic principles of motor learning , and selection and design learning programming for the scientific basic and used to achieve education aims in long jump specially . the more importance point in this research in using a relation between the movement with each other (Association) subject programmed instruction for the learning indicators and jump results , the problem of this study lurks in the little interest which teacher pay to the modern programmed Instruction at some times it happened randomly ,that's why the researcher put the aims of the study and the purposes according to the research title as its been specified the human mechanic and timing levels. the second chapter contain the motor learning and programmed Instruction , a relation between the movement with each other (Association) subject ,the artistic performance of long jump skill .the third chapter contain the educational details in the research the researcher used the experimental subject to achieve the one of field procedure search , the fourth chapter contain showing the results in tables shapes and mathematic ways according to the procedures statistics . the fifth chapter one contain the recommendations final results.