

أثر تمرينات باستخدام أنموذج التعلم البنائي في تعلم مهارة قفزة اليدين الخلفية على بساط الحركات الأرضية لطلاب المرحلة الثالثة

ناظم أحمد عكاب

جامعة ديالى- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Sportqqq53@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56807/buj.v5i4.430>

الملخص

هدفت الدراسة إعداد تمارين باستخدام أسلوب التعلم البنائي لتعلم مهارة قفزة اليدين الخلفية على بساط الحركات الأرضية، إذ استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءنته حل مشكلة البحث، وتم اختيار تصميم المجموعتين ذات الاختبار القبلي والبعدي، وشملت عينة البحث طلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية علوم الرياضة جامعة ديالى، اذ بلغ عددهم 40 طالباً قسمت إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية، كل مجموعه 20 طالباً، و تم إعداد التمارين من قبل الباحث، وتوظيفها باستخدام أسلوب التعلم البنائي في تعلم مهارة قفزة اليدين الخلفية على بساط الحركات الأرضية حيث استخدام الأجهزة والأدوات المناسب، وتم اجراء التجربة الاستطلاعية للتمارين، وكذلك الاختبار القبلي، وتطبيق التمارين المعدة وفق الأسلوب البنائي، تم اجراء الاختبارات البعدية، ومن ثم تفريغ البيانات ومعالجتها إحصائياً، وعرضها وتحليلها ومناقشتها، وتوصل الباحث لعدة استنتاجات وهي:-
تطابق الأسلوب مع طريقة التجزئة للمهارة.

عملية التدرج من السهل إلى الصعب حققت التعامل مع مركز ثقل الجسم وفقاً لمراحل التعلم ودقة المسارات الحركية.

مكنت التمارين وفق الأسلوب البنائي الطلاب من الأداء والممارسة والاعتماد على أنفسهم عند التطبيق

الكلمات المفتاحية: أنموذج التعلم البنائي- تعلم مهارة قفزة اليدين الخلفية

The effect of exercises using the constructive education model on learning the skill of backhand jump on the floor mat among the third stage students

Abstract

The study aimed to prepare exercises using the constructivist learning method to learn the skill of the back hands jump on the floor movement carpet, as the researcher used the experimental method for its suitability to solve the research problem. Their number reached 40 students, divided into two groups, control and experimental, each group 20 students. The exercises were prepared by the researcher and employed using the constructivist learning method to learn the skill of the back hands jump on the floor movement mat, using the appropriate equipment and tools. The exploratory experiment of the exercises was conducted, as well as the test. The tribal, and the application of the exercises prepared according to the constructivist method, the post-tests were conducted, and then the data was unloaded and statistically processed, presented, analyzed and discussed, and the researcher reached several conclusions, which are:

- 1- Matching the style with the skill segmentation method
- 2- The gradual process from easy to difficult achieved dealing with the center of gravity of the body according to the stages of learning and the accuracy of the motor paths
- 2-The exercises according to the constructivist method enabled the students to perform, practice and rely on themselves when applying

The researcher recommends

- 1-Use the stomach exercises in the usual manner
- 2-Adopting the method with the skills that can be broken down better than the skills that require total performance when learning
- 3- Conduct similar research2

Keywords: constructive education model- learning the skill of backhand jump

حركات أكثر، تتطلب أداء قفزة اليدين الخلفية عملية الدقة في موافقة حركة مركز نقل الجسم مع طبيعة المسارات الحركي، فإن أداء الحركة لا يتطلب عملية الفوز أي إن الدفع بالرجلين يكون بمستوى واطئ، وذلك بنقل مركز نقل الجسم للخلف ومن خلال الثنائي الخفيف في الركبتين وذلك للحصول على طاقة حركية أكبر.

إذ تكمن أهمية البحث في إعداد تمارين باستخدام أنموذج العلم البنائي لتعلم مهارة قفزة اليدين الخلفية على بساط الحركات الأرضية، إذ يعتبر أسلوبًا متتطورًا يعطي القائم بعملية التعليم فسحة أكبر في عملية التغير بعيدًا عن الأساليب القديمة والمتكررة.

3- مشكلة البحث:

من خلال الخبرة الميدانية للباحث كونه مدربًا ودرِّيسًا لمادة الجمباز فإن استخدام الأساليب مثل الأمرى والمحاضنة هو السائد لدى أغلب التدريسين، وأيضاً صعوبة في تعلم مهارة قفزة اليدين الخلفية على بساط الحركات الأرضية، كون هذه المهارة تعتبر من المهارات الصعبة للمبتدئين؛ لذا أراد الباحث دراسة هذه المشكلة ووضع الحلول من خلال استخدام اسلوب التعلم البنائي من خلال إعداد التمارين.

1- أهداف البحث:

1- إعداد تمارينات باستخدام أنموذج التعلم البنائي لتعلم مهارة قفزة اليدين الخلفية على بساط الحركات الأرضية لطلاب المرحلة الثالثة.

2- معرفة تأثير تمارينات باستخدام أنموذج التعلم البنائي لتعلم مهارة قفزة اليدين الخلفية على بساط الحركات الأرضية لطلاب المرحلة الثالثة.

2- فرض البحث:

1- هناك فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية في أداء مهارة قفزة اليدين الخلفية على بساط الحركات الأرضية لطلاب المرحلة الثالثة

3- 5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

1-5-2 المجال الزماني:

من 01/10/2022 إلى 01/4/2023

1-5- المجال المكانى: قاعة الجماتن كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى

1-6 تحديد المصطلحات

التعلم البنائي: أحد النماذج والأساليب التدريسية التي تقوم على الفلسفة البنائية وهو يربط بين دور كل من المعلم والمتعلم في العملية التعليمية في أربع مراحل هي الدعوة ومرحلة الاستكشاف ومرحلة اقتراح التفسيرات والحلول، ومرحلة اتخاذ القرار (الشعيلي، 2006: 23)

الباب الأول: التعريف بالبحث

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

تمتاز بعتبر التعلم العلمي مؤشرًا لاهتمام المجتمعات بكافة ميادين الحياة، حيث تعطي الخطوات الصحيحة للتطور، ومن الميادين المهمة الأنشطة الرياضية، إذ تكمن سلامه العقول بسلامة الأجسام والتي تتحقق من خلال الممارسة الصحيحة لأنشطة الرياضية اليومية، وان التربية الحديثة تؤكد على التكافؤ بين الجسم والعقل من أجل بناء جيل يحقق الأهداف لعملية بناء الأوطان.

أن عملية التعلم حركي وطبيعة الأساليب المستخدمة والتمارين المعدة لكافة الألعاب الرياضية شكل الأساس الصحيح في طبيعة العمل الذي يسعى العاملون إلى إيجاد أفضل خطوات تحقيقها، وقد أبدع العلماء في ابتكار وايجاد الاستراتيجيات والطرق والأساليب التي حققت من الاستثمار الدقيق لكل ما يتعلق بعملية التعلم، إذن تحقيق التطور للألعاب الرياضية يعتمد على تعلم المهارات الأساسية لتلك اللعبة، فكلما اتقن تعلم المهارات الأساسية بني الأداء المهاري مستقبلاً بشكل سليم وصحيح.

إن عملية اختيار التمارين أو إعدادها وفق الطريقة والأسلوب يحقق تأثيراً دقيقاً في عملية التعلم وفق تباين مستويات المتعلمين، إذ كلما تم التعامل مع الفروق الفردية للطلاب كان تحقيق أهداف التعلم لكونها محدودة بزمن، وإن المتعلم يعتبر مبتدأ من الجانب المعرفي، وكذلك الجانب الحركي ، ان شكل التمرين كلما كان مقارباً للأداء يحقق تطوراً في عملية التعلم من خلال التركيز على المجاميع العضلية المشتركة في الأداء المهاري، وكذلك طبيعة الاستخدام الأمثل للقدرات البدنية، والحركية والعقلية من خلال دقة الإيمان العصبي وفق المسارات التي يحقها شكل التمرين.

تعتبر لعبة الجماتن من الألعاب الصعبة، ولأسباب متعددة حيث إن ممارستها يجب أن تبدأ بأعمار صغيرة، أي إن كلما كانت البداية من الأعمار الصغيرة تحقق التعلم المهاري بشكل أفضل؛ وذلك لخصوصية متطلبات لعبة الجماتن من قدرات بدنية، إن المهارات الأساسية بالجماتن بالنسبة للمبتدأ تتطلب الإعداد البدني المتكمال، أي إن يمتلك المتعلم أعلى الصفات البدنية والقدرات الحركية؛ ليتمكن من عملية الأداء وتعلم المهارات، لذلك يتطلب إعداد بدني قبل الشروع بعملية التعلم، فمن الصعوبات التي تواجه الطلبة ضعف الإعداد البدني.

إن قفزة اليدين الخلفية من المهارات الأساسية في رياضة الجمباز ، فان اللاعب يؤديها على بساط الحركات الأرضية، وتعتبر من الحركات المهمة في أداء السلال الأرضية حيث ترتبط مع القفزة العربية. وبعض الحركات كحركة تحضيرية

• شريط لاصق.

• طباشير.

• أفلام وورق متنوع.

• ابسطة اسفنجية.

• كاميرا (Sony 12 ميكا بسل).

• جهاز حاسوب.

4-3 تحديد المهارات الأساسية: تم تحديد المهارات الأساسية على وفق المناهج الخاصة بالمرحلة الدراسية (المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة)

5-3 تقييم الاختبارات الم Mayeria: فقد تم تقييم الدرجة بالنسبة لأداء الطلاب من 10 درجات وفق القانون الدولي حيث يقيّم الأداء من قبل (4) قضاة اذ يتم حذف أعلى درجة وأقل درجة واستخراج متوسط الدرجتين، وتحسب درجة التلميذ.

6-3 التجربة الاستطلاعية : تضمنت التجربة الاستطلاعية الأولى التي أجرى الباحث التجربة يوم الأحد الموافق 16/10/2022، وذلك لمعرفة ملائمة التمارين المعدة وفق الأسلوب البنائي لعينة البحث، إذ أجريت التجربة على مجموعة من التلاميذ مع وجود فريق العمل المساعد، وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية 7 التجربة الرئيسية

7-3 الاختبارات القبلية:

قام الباحث بتثبيت الظروف الخاصة بالاختبار، وطريقة اجرائها وفريق العمل المساعد، ووقت اجراء الاختبارات من أجل تحقيق الظروف نفسها، ثم أجريت الاختبارات القبلية لعينة بعد أن قام الباحث بإعطاء وحدة تعريفية عن طبيعة الأداء للمهارات قيد البحث يوم الأربعاء 19/10/2022، وتم إجراء الاختبارات الم Mayeria الساعية التاسعة صباحاً في قاعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، إذ قام الباحث بتصوير الاختبارات لغرض عرضها على المحكمين لتقويم الأداء عينة البحث.

7-3 التطبيقات في الميدان:

تم العمل بالتجربة الرئيسية على عينة البحث مدة (8) أسابيع، بدأت يوم الأربعاء الموافق 23/11/2022، الواقع وحدة تعليمية في الأسبوع، حيث تم استغلال الوقت المخصص للحركات الأرضية (20د) من القسم الرئيسي وتطبيق التمارين المعدة من قبل الباحث* وفق الأسلوب البنائي وبلغ عدد الدروس (8) وانتهت الإثنين المصادف 23/1/2023 .

7-3 الاختبارات البعيدة:

تم اجراء الاختبارات البعيدة لعينة البحث يوم الاربعاء الموافق 25 / 1/ 2023 التاسعة صباحاً تم اجراء الاختبار الم Mayeriy على عينة البحث على قاعة الجمناستك كلية التربية البدنية

2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة.

1- الدراسات النظرية:

1-1 التعلم الحركي

2- التعلم البنائي

3- التمارينات

4-1-2 الجمناستك

3-5 الحركات الأرضية (قفزة اليدين الخلفية)

3- منهج البحث واجراءاته الميدانية

3- منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجاري لملاءنته مشكلة البحث وأهدافه، إن طبيعة المشكلة هي التي تحدد منهج البحث من أجل الوصول إلى تحقيقه والكشف عنها للوصول إلى نتيجة معينة " (عبد الرحمن بدوي، 1977. ص5).

اتبع الباحث لتصميم المجموعتين ذات الاختبار القبلي والبعدي، وتخلص في قيام الباحث تقسيم العينة إلى مجموعتين الأولى تجريبية يدخل عليها المتغير التجاري بعد الاختبار القبلي، والثانية ضابطة تعتمد على المنهج المتبوع من قبل معلم المادة.

3- مجتمع البحث وعينته:

"المجتمع هو مجموعة العناصر أو الأفراد الذين ينصب عليهم الاهتمام في دراسة معينة أو مجموعة المشاهدات أو القياسات التي تم جمعها عن تلك العناصر" (صحي، 2000، ص249)

شمل مجتمع البحث طلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالي، وتكونت عينة البحث من 45 طالباً من شعبيتي (ج) و(د) قسمت العينة إلى مجموعتين كل مجموعة 20 طالباً مجموعة تجريبية، ومجموعة ضابطة وتم اختيار المجموعة التجريبية بطريقة القرعة، وتم استبعاد خمسة طلاب من الذين اشترکوا في العينة الاستطلاعية.

3-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

"أدوات البحث هي الوسائل التي يستطيع بها الباحث جمع البيانات وحل مشاكله، لتحقيق أهداف البحث مهما كانت تلك الأدوات من بيانات وعينات وأجهزة ... الخ" (محجوب، 1988:133).

3-3-1 وسائل جمع المعلومات

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية.

- المقابلات الشخصية والاختبارات والقياس.

- استمرارات تسجيل نتائج الاختبارات الخاصة باللاعبين

- شبكة الانترنت.

- الملاحظة والتجريب.

3-3-2 الادوات والاجهزة المستخدمة في البحث.

- شريط قياس 10 متر.

توصل الباحث إلى النتائج التالية باستخدام الوسائل والقوانين الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات وعلى ضوء المراجع العلمية، والتي تمكن الباحث من تحقيق فروض بحثه، وأهدافه وفق ما قام به من إجراءات تطبيقية في ميدان العمل والتي توصل عن طريقها إلى هذه النتائج، وقد قام الباحث بمناقشتها على ضوء هذه المراجع.

وعلوم الرياضية في تمام الساعة التاسعة إذ تم تصويرها لغرض عرضها على المحكمين لتقدير أداء أفراد عينة البحث.

3-8 الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث:

استخدم الباحث الحقيقة الإحصائية

الباب الرابع

4- عرض وتحليل النتائج

1-4 عرض النتائج وتحليلها:

الجدول (1) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودالة الفروق للمجموعة التجريبية في نتائج الاختبار القبلي والبعدي في الاختبار المهاري

الدالة	(t) المحسوبة	ف ع	ف	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	الاختبارات
				س ع	س ع	س ع	س ع		
.000	2.517	.44426	.25000	.64072	2.1000	.81273	1.8500	درجة	فزة يدين خلفية

قيمة (t) معنوية ≥ 0.05 عند درجة حرية (19)

الجدول (2) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودالة الفروق للمجموعة الضابطة في نتائج الاختبارات القبلي والبعدي في الاختبار المهاري

الدالة	(t) المحسوبة	ف ع	ف	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	الاختبارات
				س ع	س ع	س ع	س ع		
.000	10.255	1.46089	3.35000-	1.14248	5.4000	.82558	2.0500	درجة	فزة يدين خلفية

قيمة (t) معنوية ≥ 0.05 عند درجة حرية (19)

الجدول (3) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) لمحسوبة والمعنى الحقيقة في الاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية

نوع الفرق	المعنوية الحقيقة	قيمة t المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المتغيرات	
			س ع	س ع	س ع	س ع		
معنوي		.000	11.276	1.14248	5.4000	.64072	2.1000	فزة يدين خلفية

قيمة (t) غير معنوية ≤ 0.05 عند درجة حرية (38).

2-4 مناقشة النتائج:

يرى(عطيات وأخرون) بأن التمارين هي الأوضاع والحركات البدنية المختارة طبقاً للمبادئ والأسس التربوية والعملية بفرض تشكيل وبناء الجسم وتنمية مختلف القدرات الحركية؛ لتحقيق أحسن مستوى ممكناً في الأداء الرياضي والمهني وفي مجالات الحياة المختلفة " ،(عطيات 2006 ، 25). يضاف إلى عملية الاستكشاف وفق الأسلوب، الذي يعطي البحث عنها الغايات من التمارين وبالخصوص طبيعة الصعوبات والتي يكون لتركيب التمارين العامل المهم في عملية التدرج بالتعامل معها من خلال التعامل مع المتغيرات البيوميكانيكية وأهمها الجاذبية .

إن تعدد الأداء بعد الاكتساب المعرفي يضع الحلول لشكل الأداء، فالتمرين الأول الوقوف ووضع مراتب إسفنجية خلفه يتطلب الوقوف بمسافة تسمح له من الأداء، وهذا يتم من

من خلال الجداول (1) (2) (3) والنتائج التي توصل إليها الباحث بحدوث عملية التعلم لمجموعتي البحث؛ فان التعلم الذي حصل للمجموعة الضابطة يعزوه الباحث إلى طبيعة العمل من خلال المنهج والتمارين التي تم استخدامها من قبل مدرسي مادة الجمباز، فمن المعلوم أن الممارسة شرط من شروط عملية التعلم وأن خلال المحاضرات تمت عملية التعلم، ولكن من خلال نتائج المجموعة التجريبية وجد الباحث تباين في النتائج وكانت وفقاً للفروض التي فرضها لصالح المجموعة التجريبية، ويعزو ذلك إلى طبيعة التمارين التي أعدها وفق الأسلوب البنائي، فإن عملية الشرح للحركة بشكل متكامل والتأكيد على النقاط المهمة ومن ثم تصميم التمارين والتساؤلات التي تطرح في ذهن الطالب عن الغاية من شكل الأداء وفق التمارين، حيث إن عملية الإعداد وفق طبيعة الحركة يحمل أهدافاً متعددة، إذ

كامل صالح جمال وآخرون، تدريس التربية الرياضي، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل 1991
لمى سمير الشيخلي، تأثير استخدام الأدوات المساعدة في سرعة تعلم ودقة أداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة: (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد؛ 2000)

محمد صبحي أبو صالح، الطرق الإحصائية، ط1، عمان ، دار الباذوري العلمية للنشر والتوزيع ، 2000 ،
وحيه محجوب، طريق البحث العلمي ومناهجه، ط2، بغداد ،
دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1988 .
عطيات محمد خطاب وآخرون، أساسيات التمارينات والتتمرينات الإيقاعية، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، ط 1 ، 2006م.

قبل الطالب نفسه في تحديد طبيعة المسافة بينه وبين الأبوسطة مع التغذية الراجعة للمدرس يعطي عملية التعلم أكثر تأثيراً، وهذا لبقية التمارين "فإن التعليم باستخدام الاستكشاف يساعد المتعلم على كشف المعلومات بنفسه؛ لأن التقى والبحث عن حالة الإيجابية يكون عندها العقل في أقصى درجات نشاطه، وكلما كان المتعلم نشطاً ومنتسباً أمكنه الحصول على المعلومات كاملة وتبينها في ذهنه بدقة". (كامل 1991)

إن طبيعة التمارين حققت عملية التدرج من الصعب إلى السهل من خلال تجزتها، أين عملية التعلم تم أداؤها وفق مراحل الأداء وبشكل متسلسل، وكذلك دمج المراحل وفق طبيعة التمارين والأدوات المستخدمة لتحقيق الممارسة الحركية، إذ تعتبر الأدوات المساعدة من العوامل المهمة في عملية التعلم، وخصوصاً للمهارات في لعبة الجناشك، فإنها تحقق عملية المساعدة غير المباشرة، وبإمكان الطالب ممارسة التمارين من خلال الاعتماد على نفسه، وهذا ما تم تحقيقه حيث أثرت الأدوات المساعدة في عملية التعلم وقد وضفت وفق الأسلوب المستخدم ومراحل التعلم: "الأدوات والوسائل المساعدة تعدّ من الأشياء الهامة التي يمكن التعليم بواسطتها عن طريق العمل المباشر فاختيار الوسيلة المساعدة المناسبة عن طريق ملائمتها مع الأسلوب التدريسي وطريقة التدريب في السيطرة على الموقف التعليمي، فالأدوات وسيلة تعليمية قيمة الهدف من استعمالها هو لتيسير عملية التعلم". (الشيخلي، 2000).

باب الخامس

5- الاستنتاجات:

- 1- تطابق الأسلوب مع طريقة التجزئة للمهارة.
- 2- عملية التدرج من السهل إلى الصعب حققت التعامل مع مركز ثقل الجسم وفق مراحل التعلم ودقة المسارات الحركية.
- 3- مكنت التمارين وفق الأسلوب البنائي الطلاب من الأداء والممارسة، والاعتماد على أنفسهم عند التطبيق.

5- التوصيات

- 1- إستخدام التمارين المعدة وبالأسلوب المتبوع.
- 2- اعتماد الأسلوب مع المهارات التي من الممكن تجزتها أفضل من المهارات التي تتطلب الأداء الكلي عند التعلم.
- 3- إجراء الحوت المشابهة.

المصادر العربية

الشعيلي، علي و الغافري، فعالية استخدام نموذج التعلم البنائي في تحصيل طلبة الثانوية في الكيمياء في سلطنة عمان : (المجلة التربوية ، العدد 87 ، جامعة قطر ، 2006)
عبد الرحمن بدوي، مناهج البحث العلمي، ط، الكويت وكالة المطبوعات، 1977م.