



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تأثير استخدام تكنولوجيا الواقع الافتراضي في تحسين التحصيل المعرفي وتعلم
بعض المهارات الأساسية بالجمناستك الفني للطلاب

رسالة تقدم بها

منتظر ابراهيم فاضل ابراهيم الجبوري

الى مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة كربلاء وهي جزء من متطلبات نيل
شهادة الماجستير في التربية البدنية وعلوم الرياضة

بإشراف

أ.م.د حسن علي حسين



بِرَفْعِ اللَّهِ الْكَافِرِينَ أَتَمَنُوا مِنْكُمْ وَالْكَافِرِينَ

أَتَمَنُوا الْعِلْمَ وَكَرِهَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ

خَبِيرٌ

صدق الله العلي العظيم

إقرار المشرف

أشهد إن إعداد هذه الرسالة الموسومة بـ :

" تأثير استخدام تكنولوجيا الواقع الافتراضي في تحسين التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات الأساسية بالجمناستك الفني للطلاب"

التي تقدم بها طالب الماجستير (منتظر ابراهيم فاضل) قد تمت تحت إشرافي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء، وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في التربية البدنية وعلوم الرياضة.

التوقيع :

أ.م.د. حسن علي حسين

المشرف

2017/ /

بناءً على التعليمات والتوصيات المتوافرة أشرح هذه الرسالة للمناقشة

التوقيع :

أ.م.د. حسين حسون عباس

معاون العميد للشؤون العلمية والدراسات العليا

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء

2017 / /

إقرار المقوم اللغوي

أشهد إن هذه الرسالة الموسومة ب(تأثير استخدام تكنولوجيا الواقع الافتراضي في تحسين التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات الأساسية بالجمناستك الفني للطلاب).

التي قدمها طالب الماجستير (منتظر ابراهيم فاضل) قد تمت مراجعتها من الناحية اللغوية إذ أصبحت بأسلوب خال من الأخطاء والتعبيرات اللغوية والنحوية غير الصحيحة ولأجله وقعت.

التوقيع :

الاسم :

اللقب العلمي :

الكلية :

التاريخ : / / 2017

إقرار لجنة المناقشة والتقييم

نشهد نحن أعضاء لجنة المناقشة والتقييم، قد أطلعنا على هذه الرسالة الموسومة ب(تأثير استخدام تكنولوجيا الواقع الافتراضي في تحسين التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات الأساسية بالجمناستك الفني للطلاب).

وقد ناقشنا طالب الماجستير (منتظر ابراهيم فاضل) في محتوياتها وفيما له علاقة بها، وقد وجدنا أنها جديرة بالقبول لنيل شهادة الماجستير في التربية البدنية وعلوم الرياضية.

التوقيع :

التوقيع :

الاسم :

الاسم :

اللقب العلمي :

اللقب العلمي :

عضوًا

عضوًا

التوقيع :

الاسم :

اللقب العلمي :

رئيسًا

التوقيع :

أ.د. ولاء فاضل إبراهيم

عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة كربلاء

التاريخ : \ \ 2017

الاهداء

إلى ... رمز الحب والتفاني ... والدي العزيز.
إلى ... من أنارت لي بصيرتي بحبها وحنانها ... أُمي الغالية.
إلى ... أعز الناس أخي واختي ... أدامهم الله لي.
إلى ... من سأفتقدهم .. وأتمنى ان يفتقدوني (زملائي وزميلاتي
بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضية).

أهدي ثمرة جهدي هذا

منتظر

الشكر والتقدير

الحمد لله حمد الشاكرين والصلاة والسلام على خير الخلق النبي محمد واهل بيته الطيبين الطاهرين.

بعد حمد الله عز وجل الذي وفقني لإتمام متطلبات الدراسة يسعدني أن أتقدم بشكري وتقديري إلى عمادة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء متمثلة بعميدها الأستاذ الفاضل الدكتور ولاء فاضل ابراهيم، وفقه الله وسدد خطاه وأساتذتها وموظفيها.

كما أتقدم بوافر الشكر والعرفان إلى مشرف البحث الدكتور حسن علي حسين لما قدم لي من مساعدة وتوجيهات قيمة ورعاية مخلصه ساهمت في اتمام البحث، أسأل الله عز وجل أن يحفظه ويمنحه الصحة والعافية.

وأتقدم بشكري وتقديري أيضا إلى الدكتور حسين حسون المعاون العلمي الذي لم يبخل جهداً في تذليل الصعاب ومساعدة الباحث لإنجاز بحثه وموظفي شعبة الدراسات ومكتبة الكلية لمساعدتهم اللامحدودة.

وكذلك الشكر موصول إلى أساتذتي الأفاضل الذين انتهلت منهم الكثير من العلم في الدراسات العليا واللجنة العلمية لإقرار البحث بفكرته الحالية وهم الاستاذ الدكتور علي عبد الحسن حسين والاستاذ المساعد الدكتور وسام صلاح عبد الحسين والمدرس الدكتور امين عطا.

ولا يفوتني أن أتقدم بشكري العالي وتقديري إلى الأساتذة مدرسي مادة الجمناستيك وهم الأستاذ عثمان محمد حسين والدكتور حسين مكي محمود جزاهم الله خير الجزاء للجهود المبذولة في استكمال البحث.

كذلك الشكر موصول إلى كادر العمل المساعد وأخص منهم الدكتور ولاء فاضل والدكتور حسين مكّي والاستاذ عثمان والدكتورة عبير علي والست سجي ابراهيم فجزاهم الله خير الجزاء .

ويسعدني ويشرفني أن أقدم شكري وتقديري إلى الخبراء والمختصين الذين اغنوا الباحث بأرائهم وأخص الدكتور امين عطا والدكتور اسماعيل والدكتور عزيز كاظم نايف.

كذلك الشكر الموصول الى والدي الغالي، ووالدتي العزيزة، وأخي واختي، الذين كانوا خير عون لمؤازرتهم لي طول مدة الدراسة فجزاهم الله خير الجزاء وحفظهم ورعاهم.

وأخيراً وليس اخراً أتقدم بالشكر والعرفان إلى كل من ساعدني بفكرة أو بكلمة أو بحرف، وأعتذر ممن سقط اسمه سهواً دون قصد وجزى الله الجميع خيراً..

الباحث

مستخلص الرسالة باللغة العربية

تأثير استخدام تكنولوجيا الواقع الافتراضي في تحسين التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات الأساسية بالجمناستك الفني للطلاب

المشرف	الباحث
أ.م.د. حسن علي حسين	منتظر ابراهيم فاضل
جامعة كربلاء	جامعة كربلاء
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تجلت مشكلة البحث كون لعبة الجمناستك من الألعاب التي تتميز بتعدد أجهزتها وكثرة حركاتها ذات الصعوبات المختلفة والتي يتوجب من الطالب انتقالات وتحركات مختلفة مع المحافظة على مستوى أفضل للأداء، وأيماناً من الباحث بأهمية اعتماد تكنولوجيا التعلم واستخدام بيئات الواقع الافتراضي في عملية تعلم مهارات أجهزة الجمناستك لذلك كان على القائمين بالعملية التعليمية والتدريبية التمكن من استخدامها في تعلم واكتساب المهارات والحركات؛ لأن الفرد يمر من خلالها بخبرات قد لا يستطيع أن يمر بها ويتعلمها في الواقع الحقيقي وهدفت الدراسة الى:

- بناء اختبار تحصيلي لبعض مهارات أجهزة الجمناستك الفني لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- اعداد وحدات تعليمية باستخدام بيئات تكنولوجيا الواقع الافتراضي في تحسين التحصيل المعرفي وتعلم بعض مهارات أجهزة الجمناستك الفني.
- التعرف على تأثير استخدام تكنولوجيا الانغماس بالواقع الافتراضي في تحسين التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات على أجهزة الجمناستك لدى طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

• التعرف على تأثير استخدام تكنولوجيا نافذة الواقع الافتراضي في تحسين وتعلم بعض المهارات على اجهزة الجمناستك لدى طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية و علوم الرياضة.

• التعرف على افضلية الفروق بين استخدام بيئات الواقع الافتراضي و المنهج المعتمد من المدرس في تحسين التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات على اجهزة الجمناستك للطلاب.

تناول الباحث في الباب الثاني عددًا من الموضوعات النظرية كذلك المتغيرات المبحوثة وتناول مجموعة من الدراسات القريبة من الدراسة الحالية. وفي الباب الثالث أستخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة ذات الاختبار القبلي والبعدي وتحدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة كربلاء وتم اختيار العينة بأسلوب المعاينة العشوائية البسيطة والبالغ عددهم (45) طالبا وكل مجموعة تضم (15) طالب وقد قام الباحث ببناء أختبار التحصيل المعرفي وطبق على عينة البحث بعد اجرائها للاختبارات القبلية، وبعد انتهاء الفترة المحددة للتجربة الرئيسية أجرى الباحث الأختبارات البعدية على عينة البحث، أما ضمن الباب الرابع فقد قام الباحث بعرض وتحليل ومناقشة ما افرزته نتائج التحليل الاحصائي للبيانات، اما في الباب الخامس فقد تلخصت مجموعة من الاستنتاجات والتوصيات.

الاستنتاجات:

- وضع اداة بحث علمية معنية بتحديد التحصيل المعرفي لبعض مهارات أجهزة الجمناستك لطلاب المرحلة الثالثة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- لاستخدام تكنولوجيا بيئة الانغماس بالواقع الافتراضي تأثير فعال في تطوير التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات على أجهزة الجمناستك للطلاب.
- لاستخدام تكنولوجيا بيئة نافذة الواقع الافتراضي تأثير فعال في تطوير التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات على أجهزة الجمناستك للطلاب.

التوصيات:

- ضرورة اعتماد الأختبار التحصيلي كأداة بحث علمية في قياس التحصيل المعرفي لبعض مهارات الجمناستك لدى طلاب المرحلة الثالثة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة من قبل المدرسين والمعنيين.
- ضرورة اعتماد استخدام تكنولوجيا بيئة الأنغماس بالواقع الافتراضي في تعلم المهارات الأساسية على أجهزة الجمناستك للطلاب.
- ضرورة استخدام تكنولوجيا بيئة نافذة الواقع الافتراضي في تعلم المهارات الأساسية على أجهزة الجمناستك للطلاب.

المحتويات

الصفحة	الموضوع	التسلسل
	العنوان	
2	الآية القرآنية	
3	إقرار المشرف	
4	إقرار المقوم اللغوي	
5	إقرار لجنة المناقشة والتقييم	
6	الإهداء	
8 - 7	الشكر والتقدير	
11 - 9	مستخلص الرسالة باللغة العربية	
17 - 12	المحتويات	
18	الجداول	
20 - 19	الأشكال	
21	الملاحق	
الباب الأول		
23	التعريف بالبحث	-1
24 - 23	المقدمة وأهمية البحث	1-1

24	مشكلة البحث	2-1
25	أهداف البحث	3-1
25	فروض البحث	4-1
26	مجالات البحث	5-1
26	المجال البشري	1-5-1
26	المجال الزمني	2-5-1
26	المجال المكاني	3-5-1
26	تحديد المصطلحات	6-1
الباب الثاني		
29	الدراسات النظرية والدراسات السابقة	-2
29	الدراسات النظرية	1-2
31 - 29	تكنولوجيا التعليم	1-1-2
32 - 31	الواقع الافتراضي	2-1-2
34 - 32	أنواع الواقع الافتراضي	1-2-1-2
35 - 34	أهمية الواقع الافتراضي	2-2-1-2
36 - 35	مميزات الواقع الافتراضي	3-2-1-2
37 - 36	الأيجابيات والسلبيات في استخدام التعليم الافتراضي	4-2-1-2

38 - 37	التحصيل المعرفي	3-1-2
40 - 38	التحصيل المعرفي وعلاقته بالألعاب الرياضية	1-3-1-2
41 - 40	أهمية الاختبارات المعرفية في الألعاب الرياضية	2-3-1-2
42 - 41	الجمناستك الفني	4-1-2
42	المهارات الأساسية على أجهزة الجمناستك	1-4-1-2
47 - 42	قفزة اليدين الأمامية على بساط الحركات الأرضية	1-1-4-1-2
51 - 48	قفزة اليدين الأمامية على جهاز منصة القفز	2-1-4-1-2
55 - 51	مهارة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي	3-1-4-1-2
60 - 55	مهارة الطلوع بالكب الأمامي على جهاز العقلة	4-1-4-1-2
61	الدراسات السابقة	2-2
62 - 61	دراسة ابتهاج حسن عبد الأمير الطائي	1-2-2
64 - 63	دراسة حيدر محمود عبد الله	2-2-2
66 - 65	دراسة ظريفة ابو فخر	3-2-2
68 - 67	مناقشة الدراسات السابقة	4-2-2
الباب الثالث		
71	منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	-3
71	منهج البحث	1-3

72	مجتمع البحث وعينته	2-3
73	الوسائل والأجهزة والأدوات المستعملة في البحث	3-3
73	وسائل البحث	1-3-3
73	الأجهزة والأدوات المستعملة	2-3-3
74	اجراءات البحث الميدانية	4-3
74	اجراءات تحديد التحصيل المعرفي	1-4-3
74	تحديد المادة العلمية	1-1-4-3
74 - 75	صياغة الاهداف السلوكية	2-1-4-3
75 - 77	اعداد الخارطة الاختبارية (جدول المواصفات)	3-1-4-3
78 - 79	صياغة اسئلة الاختبار	4-1-4-3
79	اعداد تعليمات الاختبار	5-1-4-3
80	استطلاع الاختبار (التجربة الاستطلاعية الاولى)	6-1-4-3
80	تصحيح الاختبار	7-1-4-3
80 - 81	تطبيق الاختبار على افراد عينة البناء	8-1-4-3
81 - 85	التحليل الإحصائي لأسئلة الاختبار	9-1-4-3
85	الأسس العلمية للاختبار	10-1-4-3
86	صدق الاختبار	1-10-1-4-3

88 - 86	ثبات الاختبار	2-10-1-4-3
89 - 88	اجراءات تحديد المهارات الاساسية بالجمناستك	2-4-3
89	التجربة الاستطلاعية الثانية	5-3
91 - 90	الأسس العلمية لاستثمارات تقييم اداء المهارات	1-5-3
93 - 91	وضع البرنامج التعليمي للمجموعات التجريبية	6-3
93	التجربة الأساسية	7-3
93	القياس القبلي	1-7-3
96 - 94	تجانس وتكافؤ المجموعات	1-1-7-3
97	تطبيق البرامج التعليمية	2-7-3
97	القياس البعدي	3-7-3
98	الوسائل الاحصائية المستخدمة	8-3
الباب الرابع		
100	عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها	-4
100	عرض النتائج لمجاميع البحث وتحليلها ومناقشتها	1-4
102 - 100	عرض نتائج فرق القياسات القبلية والبعدية لأفراد المجموعة الضابطة للمهارات المبحوثة وتحليلها ومناقشتها	1-1-4
105 - 102	عرض نتائج فرق القياسات القبلية والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية الاولى (مجموعة الانغماس بالواقع الافتراضي) للمهارات المبحوثة وتحليلها ومناقشتها	2-1-4

108 - 105	عرض نتائج فرق القياسات القبلية والبعديّة لأفراد المجموعة التجريبية الثانية (مجموعة نافذة على العالم الافتراضي) للمهارات المبحوثة وتحليلها ومناقشتها	3-1-4
113 - 109	عرض نتائج القياسات البعديّة بين مجاميع البحث وتحليلها	2-4
الباب الخامس		
115	الاستنتاجات والتوصيات	-5
115	الاستنتاجات	1-5
116	التوصيات	2-5
المصادر والمراجع العربية والأجنبية		
121 - 118	المصادر والمراجع العربية والأجنبية	
169 - 123	الملاحق	
B - C - D - E	مستخلص الرسالة باللغة الانجليزية	

الجدول

الصفحة	عنوان الجدول	التسلسل
72	يبين توزيع مجتمع و عينات البحث	1
77	الخارطة الاختيارية (جدول المواصفات)	2
79	يبين اسئلة الاختبار ونسب الموافقين و غير الموافقين و قيم (كا ²) المحسوبة و الجدولية و الدلالة الاحصائية	3
83	يبين قيم معاملات الصعوبة والسهولة والقدرة التمييزية لأسئلة الاختبار التحصيلي لمادة الجمناستك الفني	4
85	يبين معامل ارتباط الاسئلة بالدرجة الكلية للاختبار	5
91	يبين قيم معامل ارتباط بيرسون (معامل ثبات التصحيح) لاستمارة اداء المهارات بالجمناستك	6
95	يبين الاحصائيات الوصفية للمتغيرات لإيجاد التجانس	7
96	يبين قيم تحليل التباين الاحادي F لإيجاد التكافؤ بين المجموعات	8
101	يبين الفرق بين القياسات القبالية والبعدية لأفراد المجموعة الضابطة للمهارات المبحوثة	9
103	يبين فرق القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية الاولى (الانغماس بالواقع الافتراضي)	10
106	يبين فرق القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية الثانية (مجموعة نافذة على العالم الافتراضي)	11
109	يبين الاحصائيات الوصفية للمتغيرات في القياس البعدى	12
110	يبين تحليل التباين الاحادي F بين المجموعات لإيجاد الفرق في القياس البعدى	13
111	يبين جدول المقارنات الطرفية بعد تحليل التباين باستخراج قيم الحد الاصغر للفرق في القياس البعدى LSD	14

الاشكال

الصفحة	عنوان الشكل	التسلسل
33	يوضح نظارة الواقع الافتراضي	1
43	يوضح قياسات بساط الحركات الارضية	2
44	يوضح التكنيك الصحيح لقفزة اليدين الامامية على بساط الارضية	3
45	يوضح طريقة السند من قبل الزميل	4
45	يوضح طريقة المساعدة ودفع اللاعب من الكتف لتجنب السقوط	5
47	يوضح استخدام القفاز في التدرج في تعلم المهارة	6
47	يوضح استخدام الصندوق الخشبي اثناء التدرج في تعلم الاداء	7
48	يوضح القياسات القانونية لجهاز منصة القفز	8
49	يوضح الاداء الصحيح لقفزة اليدين الامامية على منصة القفز	9
52	يوضح القياسات القانونية لجهاز المتوازي	10
53	يوضح الخطوات التعليمية لمهارة الوقوف على اليدين على المتوازي	11
54	يوضح الوضع النهائي للوقوف على اليدين على جهاز المتوازي	12
56	يوضح القياسات القانونية لجهاز العقلة	13
57	يوضح اقسام مهارة الكب على العقلة	14

60	يوضح طريقة السند لأداء مهارة الكب على جهاز العقلة	15
60	يوضح التقدم بأداء مهارة الكب	16
71	يبين التصميم التجريبي لمجاميع البحث	17

الملاحق

الصفحة	الموضوع	التسلسل
126 - 123	استمارة استبيان لتحديد صلاحية الاهداف السلوكية بحسب تصنيف بلوم للمجال المعرفي	1
130 - 127	الاهداف السلوكية بصورتها النهائية	2
131	اسماء الخبراء الذين عرض عليهم استمارة الاختبار التحصيلي	3
132	استمارات جمع البيانات	4
134 - 133	استمارة استبيان لتحديد صلاحية استمارة التقييم	5
135	استمارة تقييم الاداء بصورتها النهائية	6
136	اسماء الخبراء الذين عرض عليهم استمارة التقييم	7
137	الخبراء والمقومين	8
144 - 138	استمارة استبيان لتحديد صلاحية فقرات اختبار التحصيل المعرفي	9
145	اسماء الخبراء الذين عرض عليهم استمارة الاهداف السلوكية	10
149 - 146	فقرات اختبار التحصيل المعرفي بصورتها النهائية	11
169 - 150	الوحدات التعليمية	12

الباب الاول

1- التعريف بالبحث

1-1- المقدمة و اهمية البحث

1-2- مشكلة البحث

1-3- اهداف البحث

1-4- فروض البحث

1-5- مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري

1-5-2 المجال الزماني

1-5-3 المجال المكاني

1-6- تحديد المصطلحات

الباب الاول

1-التعريف بالبحث

1-1-المقدمة واهمية البحث:

ان التقدم العلمي الذي شمل جميع مجالات الحياة ومنها المجال الرياضي وفي اغلب دول العالم لم يكن وليد الصدفة وانما تتبنى تلك الدول العديد من مقومات هذا التقدم ويأتي في مقدمتها اعتماد اسس ومبادئ البحث العلمي ولكون الرياضة احدى اهم مظاهر الحياة وتقدم الدول وحجم رقيها لاهتمامها ببناء الانسان ذهنيا وبدنيا وحركيا ولتتمكن الرياضة من تحقيق هذه الاهداف في اقل وقت وباقل كلفة لابد من الاعتماد على تكنولوجيا التعليم وباعتبار رياضة الجمناستك من الرياضات الصعبة في ادائها وقواعد لعبها فهي تخضع للعديد من المتغيرات البدنية والحركية والعقلية والنفسية وبما يتماشى مع حاجات ومتطلبات قواعد اللعب في هذه الرياضة وهذا مادعى المعنيون والمختصون الى اعتماد البحث والتقصي عن كل ما هو جديد يساعد في تقدم وتطور رياضة الجمناستك ومنها استخدام التكنولوجيا؛ لأنها تؤدي دورا مهما في تمكين المدرس وتساؤه وتساهم بصورة فعلية في تطور وتعلم المهارات والأداء الفني للمتعلم والاستثمار الجيد للوقت المخصص للتعلم بكفاءة عالية فمن خلالها يستطيع الطالب ان يتعلم الحركة وقواعد اللعب عن كل ثني أو سقوط وبهذا يكون لدى المتعلم فكرة عن ادائه للمهارات كما انها تولد مشاركة فعلية لدى الطلبة تؤدي الى كسر الجمود في الدرس من خلال خلق بيئة افتراضية تمكن الطالب من رؤية اداء الحركات والمهارات بصورة أفضل وبشكل مجسم مما يجعله ان يتعرف على الاخطاء الحاصلة في الأداء وهي بهذا تقلل من عمل النموذج لأن تطور طرائق واساليب التدريس وتنوعها يساهم بشكل أفضل في عملية تعلم واكتساب الطلبة للجوانب المعرفية والمهارية والحركية وتكون ذات فاعلية أكثر في تحقيق اهداف العملية التعليمية والتدريبية؛ فالواقع الافتراضي له من الاهمية في مجال العملية التعليمية اذ يعمل على اختصار الوقت والجهد المبذول والتكلفة اضافة الى انه من التقنيات التي تساعد على تطبيق

الطرق العلاجية في محاولة تحسين مستوى تحصيل الطلبة، وبهذا تكسب هذه الدراسة اهميتها والحاجة اليها من خلال العمل البحثي وفق الطابع العلمي في اعداد البرامج باستخدام بيئات تكنولوجيا الواقع الافتراضي لتطوير التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات الأساسية على أجهزة الجمناستك لطلاب المرحلة الثالثة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة.

1-2-مشكلة البحث:

يؤدي التقدم العلمي والتكنولوجي دورًا كبيرًا في الارتقاء بالمستوى المعرفي والمهاري لأي لعبة ومنها لعبة الجمناستك؛ وما تمتاز به من تعدد في فعاليتها وكثرة حركاتها ذات الصعوبات المختلفة والتي يتوجب من الطالب انتقالات وتحركات مختلفة مع المحافظة على مستوى افضل للأداء ومن خلال خبرة الباحث كونه ممارسًا للعبة وجد ان طريقة التعليم المتبعة او مايسمى بالطريقة التقليدية هي الشائعة بالتدريس وهي مستمرة حتى وقتنا الحاضر ولايمكن الاستغناء عنها الا ان التغيرات المعاصرة والانفجار المعرفي والتقدم الهائل في مجال تكنولوجيا الكمبيوتر والاتصال جعل تحديات ومتطلبات العملية التعليمية اكبر من ان تلبىها طريقة التعليم المتبعة من قبل المدرس بمفردها لعدة عوامل منها قلة توفر الامكانيات او البيئة الدراسية او الاجتماعية او اسلوب عرض المحتوى وغيرها.

وعليه يريد الباحث دراسة هذه الظاهرة والوقوف على واقعها الحقيقي عبر استخدام بيئة الانغماس بالواقع الافتراضي وبيئة نافذة الواقع الافتراضي في تطوير التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات الأساسية على أجهزة الجمناستك لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

1-3-اهداف البحث:

- 1-بناء اختبار تحصيلي لبعض مهارات أجهزة الجمناستك الفني لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- 2-اعداد وحدات تعليمية باستخدام بيئات تكنولوجيا الواقع الافتراضي في تحسين التحصيل المعرفي وتعلم بعض مهارات أجهزة الجمناستك الفني.
- 3-التعرف على تأثير استخدام تكنولوجيا الانغماس بالواقع الافتراضي في تحسين التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات على أجهزة الجمناستك لدى طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية و علوم الرياضة.
- 4-التعرف على تأثير استخدام تكنولوجيا نافذة الواقع الافتراضي في تحسين وتعلم بعض المهارات على أجهزة الجمناستك لدى طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية و علوم الرياضة.
- 5-التعرف على افضلية الفروق بين استخدام بيئتي الواقع الافتراضي و المنهج المعتمد من المدرس في تحسين التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات على أجهزة الجمناستك للطلاب.

1-4 فروض البحث:

- 1-هناك تأثير معنوي لاستخدام تكنولوجيا الانغماس بالواقع الافتراضي في تحسين التحصيل المعرفي و أداء بعض المهارات على أجهزة الجمناستك.
- 2-هناك تأثير معنوي لاستخدام تكنولوجيا نافذة الواقع الافتراضي في تحسين التحصيل المعرفي و أداء بعض المهارات على أجهزة الجمناستك.
- 3-هناك فروق ذات دلالة احصائية بين التعلم باستخدام بيئات تكنولوجيا الواقع الافتراضي و البرنامج المعتمد من قبل المدرس في تحسين التحصيل المعرفي و أداء بعض المهارات على أجهزة الجمناستك .

5-1 مجالات البحث:

1-5-1- المجال البشري/ طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية و علوم الرياضة-
جامعة كربلاء للعام الدراسي 2016 - 2017.

1-5-2- المجال الزمني/ 2016/10/26 لغاية 2017/5/15

1-5-3- المجال المكاني/ القاعة المغلقة - كلية التربية البدنية و علوم الرياضة- جامعة
كربلاء.

6-1 تحديد المصطلحات:

الواقع الافتراضي: "عالم بديل يتشكل في ذاكرة الحاسبات يخلق حالة من التواجد المكتمل
ويعطي افقا اخر لتطور البشرية.

و يعمل الواقع الافتراضي على نقل الوعي الإنساني إلى بيئة افتراضية يتم تشكيلها إلكترونياً،
من خلال تحرر العقل للغوص في تنفيذ الخيال"⁽¹⁾.

وكذلك يمكن تعرفه "برنامج تمثيل بيانات تخيلية ثلاثية الابعاد ويستطيع المستخدم ابتكار
شخصيات افتراضية تجسده وكذلك بناء وتصميم المباني والمجسمات والقيام بمختلف انواع
الانشطة والتعرف والتواصل مع اشخاص اخرين من مختلف بقاع العالم"².

¹هايدي محمد: التصميم والتطوير للواقع الافتراضي- تحليل التحديات التي يواجهها المربون-، رسالة ماجستير، كلية التربية قسم
تكنولوجيا التعليم، جامعة الاسكندرية، 2009.

² ايناس السيد ناسه: تقنيات التعليم من الاصاله الى الحداثة، ط1، الرياض، مكتبة الرشيد، 2014، ص142.

الباب الثاني

2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة

1-2 الدراسات النظرية

1-1-2 تكنولوجيا التعليم

2-1-2 الواقع الافتراضي

1-2-1-2 انواع الواقع الافتراضي

2-2-1-2 أهمية الواقع الافتراضي

3-2-1-2 مميزات الواقع الافتراضي

4-2-1-2 الايجابيات والسلبيات في استخدام التعليم الافتراضي

3-1-2 التحصيل المعرفي

1-3-1-2 التحصيل المعرفي وعلاقته بالألعاب الرياضية

2-3-1-2 أهمية الاختبارات المعرفية في الألعاب الرياضية

4-1-2 الجمناستيك الفني

1-4-1-2 المهارات الأساسية على أجهزة الجمناستيك

1-1-4-1-2 قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية

2-1-4-1-2 قفزة اليدين الامامية على جهاز منصة القفز

2-1-4-1-3 مهارة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي

2-1-4-1-4 مهارة الطلوع بالكب الامامي على جهاز العقلة

2-2 الدراسات السابقة

2-2-1 دراسة ابتهاج حسن عبد الامير الطائي

2-2-2 دراسة حيدر محمود عبد الله

2-2-3 دراسة ظريفة ابو فخر

2-2-4 مناقشة الدراسات السابقة

الباب الثاني

2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة:-

2-1 الدراسات النظرية:-

2-1-1 تكنولوجيا التعليم:

تكنولوجيا التعليم تعرّف بأنها "علم" و "ممارسة" . هي علم و ممارسة إدارة (تسهيل) التعليم وتحسين أداء الطلاب من خلال خلق واستخدام وإدارة العمليات والموارد التكنولوجية الملائمة لكل هدف تربوي وتعليمي.

تجدر الإشارة الى أن تكنولوجيا التعليم هي مجال واسع جدا ولذلك يمكن أن نجد عدة تعريفات، قد يكون بعضها متناقضا مع البعض الآخر. ومع ذلك فهناك سمتان لتكنولوجيا التعليم يتفق عليها معظم الباحثين و الدارسين:

1- أن استخدام التكنولوجيا هو شيء مبدئي، والتكنولوجيا هي منهجية تطبيق المعرفة العلمية في المهام العملية. ولهذا فإن تكنولوجيا التعليم تستند على المعرفة النظرية المستمدة من مختلف التخصصات (اللغات، الرياضيات علم النفس ، الفلسفة، علوم الكمبيوتر وغيرها) بالإضافة إلى المعرفة التجريبية المستمدة من الممارسات التربوية.

2- تهدف تكنولوجيا التعليم الى تحسين التعليم. وينبغي على تكنولوجيا التعليم أن تسهل عمليات التعلم وأن تزيد كفاءة وفعالية النظام التعليمي.

كثيرا ما يتبادر الى الذهن عند التحدث عن الوسائل التعليمية ان مفهوم هذا الاصطلاح لا يتعدى حدود استعمال الوسائل الايضاحية البسيطة التي تستعمل في عملية التعليم كالنماذج البسيطة والمصورات والمجسمات المختلفة والعينات والرسوم والخرائط وابتكارات بدائية اخرى يستوحىها المعلم من بيئته ولا تكلف كثيرا من القابلية الابداعية والجهد او الكلفة المادية هذا من

ناحية ومن ناحية اخرى فأن كثيرا من المعلمين يعتقدون ان جميع الوسائل التعليمية انفة الذكر لا يستفاد من استعمالها الا في المراحل الدراسية الاولى دون الجامعية.

وبالإضافة الى توافر الوسائل التعليمية البسيطة للاستعمال في غرفة الصف كالمسبورات واللوحات والمصورات العلمية والخرائط والرسوم البيانية والمخططات والنماذج وغيرها ونرى كذلك العديد من الاجهزة والمواد التعليمية الحديثة والتي منها البرامج التعليمية المحوسبة التي اصبح في مستطاع كل معلم استعمالها في غرفة الصف او قاعة المختبر في اثناء قيامه بعملية التعليم او التدريب حيث اثبتت هذه الوسائل اهمية بالغة في تحقيق الاهداف التعليمية.

اما المفهوم الحالي للتقنيات فيمكن تحديده بانه: منحنى نظامي يهدف الى تطبيق المعرفة والخبرة (بضمنها الاجهزة والمعدات) العلمية في مجالات الحياة المختلفة ونستطيع استعارة هذا المفهوم لنطبقه في مجال التربية والتعليم. ونعرف التقنيات التربوية بأنها: منحنى نظامي في التربية يهدف الى زيادة فعالية محاور العملية التربوية ورفع كفايتها الانتاجية وتطويرها وتجديدها من خلال اعادة تخطيطها وتنظيمها وتنفيذها.

وعرفت ايضا بأنها: تحليل واعٍ لأساليب التعليم وادارته ونشاطه وادواته وتنظيمها واعادة تنظيمها بما يجعلها بيئات افضل لانتاج تعليم بصورة مستمرة وعلى نحوٍ اكثر فاعلية.

اما التقنيات التعليمية فقد عرفت على أنها: عملية منهجية منظمة في تصميم عملية التعليم والتعلم وتنفيذها وتقويمها في ضوء اهداف محددة تقوم اساسا على نتائج البحوث في مجالات المعرفة المختلفة وتستخدم جميع المواد المتاحة البشرية وغير البشرية للوصول الى تعليم اكثر فاعلية وكفاية.

وعليه فأن التقنيات التعليمية لم تعد موضوعا هامشيا او جانبيا في العملية التعليمية او التدريبية جزءا لا يتجزأ منها ومن اعمدها ومقوماتها واكبر دليل على ذلك سعة انتشار استعمالها واستخدامها في شتى اقطار العالم.

ان التقنيات التعليمية يراد بها تحقيق اكبر قدر ممكن من الكفاية التعليمية والتدريبية في المجالين الكمي والنوعي مستهدفة بنية التعليم والتدريب ومحتواهما، ان التقنيات التعليمية ليست في ذاتها غايات تعليمية وانما هي ادوات تعلم وتعليم تساعد على تحصيل خبرات وافكار ومعلومات متنوعة ومهارات فنية لتحقيق الاهداف التعليمية والتدريبية الموضوعية مسبقاً.⁽¹⁾

2-1-2 الواقع الافتراضي:

تعد البيئات الافتراضية احدى افرازات عصر المعرفة والتكنولوجيا والاتصالات الكثير من التغيرات في جميع نواحي الحياة ولم تكن النظم التربوية بصفة عامة بمنأى عن هذه التغيرات بل نكاد نجد انها تحولت الى مسرح لتلقي المعرفة ونموها وتحليلها والربط بينها وبين تطبيقاتها المختلفة المتمثلة في مساحات تعليمية افتراضية تترأسها الحياة الثانية (Second Life) والتي لم تعد حكراً على المستخدمين النمطيين كما انها ليست مجرد تقنية او حاجة تشبع فضول مدمني الشبكات الاجتماعية ويبدو من الواضح ان العوالم الافتراضية في اي شكل او سياق كانت ستستخدم على نطاق واسع كأدوات للمعرفة والتفاعل الاجتماعي لتكمل جزءاً اخر من نظم التقنية الاجتماعية المستخدمة في التعليم والتعلم في المستقبل القريب وهذا يؤكد حقيقة ان الانظمة التربوية تشهد تحولات كبيرة في العديد من مركزاتها واسسها سواء ما يتعلق بمحتويات برامجها او خياراتها البيداغوجية او انماطها التقييمية، ومما لا شك فيه يرجع مردها الى النقطة المجتمعية التي احدثها التطور العلمي وخاصة في جانبه التكنولوجي⁽²⁾.

يعد العالم الافتراضي عالم بديل يتشكل في ذاكرة الحاسبات حيث يخلق حالة من التواجد المكتمل ويعطي افقا اخر لتطور البشرية وهو مصطلح ابتكره العالم (جورن لا ينر) ويعمل الواقع الافتراضي على نقل الوعي الانساني الى بيئة افتراضية يتم تشكيلها الكترونياً من خلال تحرر العقل للغوص في تنفيذ الخيال بعيداً عن مكان الجسد وهو عالم ليس وهمي وليس حقيقي بديل حدوثه ومعايشة بيئته ففيه يتم تنفيذ الاحداث في الواقع المفترض لكن ليس في

¹ محمد محمود الحيلة: تكنولوجيا التعليم بين النظرية والتطبيق، ط1، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع، 1998م، ص55- ص57.
² محمد دسوقي موسي رايح: الوسائط المتعددة في (السكند لايف) كأحد مستحدثات الواقع الافتراضي في التعليم، بحث مشارك في مؤتمر افاق في تكنولوجيا التعلم، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، 2014.

الحقيقة⁽¹⁾ كما يستخدم عادة مصطلح "العالم الافتراضي" لوصف الأماكن التي يقطنها الناس في بيئات بواسطة الكمبيوتر والتي من الممكن ان تتفاعل مع الأشياء والآخرين عبر النص والصوت والحركة او صور الكمبيوتر⁽²⁾ .

ويذكر (نبيل جاد عزمي) ان المحاكات نظام او جزء من نظام او موقف ما بدرجة كبيرة من الواقعية وهو اسلوب يمكن المتعلمين من تعلم مواقف متنوعة بدون ان يخاطروا او يضرروا بأنفسهم او هي نوع من البرامج التي تمثل مواقف حقيقية في الحياة وذلك من خلال الكمبيوتر⁽³⁾ .

وتؤكد معظم التعريفات على ان "العالم الافتراضي" هو بيئة محاكاة تفاعلية يستطيع المستخدم الوصول اليها من خلال واجهة الموقع او برنامج العرض وتسمى العوالم الافتراضية احيانا بالعوالم الرقمية "digital worlds" "عوالم المحاكاة" العاب متعددة اللاعبين MMOGs وهناك العديد من العوالم الافتراضية المختلفة والمتنوعة⁽⁴⁾ .

2-1-2-1 انواع الواقع الافتراضي:

يحتوي الواقع الافتراضي على ثلاث انواع وهي⁽⁵⁾:

اولا/ نافذة على العالم:

يعرف هذا النوع للمتعاملين مع ألعاب الفيديو ومسارح المقعد المتحرك (motion theaters) حيث يتم استخدامه فيها، فمن خلال نافذة الواقع الافتراضي يشارك المشاهد في الواقع الافتراضي وهو جالس على مقعده في العالم الحقيقي فيسافر المشاهد خلال فيلم ثلاثي

¹ احمد محمد سالم: وسائل وتكنولوجيا التعليم، ط2، الرياض، مكتبة الرشد، 2006م.

² محمد دسوقي رابع: مصدر سبق ذكره، ص8.

³ زينب بن يسعد ومصطفى هشام السنوسي: التعليم داخل الواقع الافتراضي، رسالة ماجستير، جامعة عبد الحميد مهري قسطنطينة (2)، الجزائر، 2015.

⁴ هايدي محمد: التصميم والتطوير للواقع الافتراضي- تحليل التحديات التي يواجهها المربون- ، رسالة ماجستير، كلية التربية قسم تكنولوجيا التعليم، جامعة الاسكندرية، 2009.

⁵ احمد محمد سالم: مصدر سبق ذكره، ص74.

الأبعاد بسرعة عالية في طريق وعمر؛ وذلك اعتماداً على المشاهدة التي يولدها الكمبيوتر لإيجاد مواقف تكون فيها المشاهدة أكثر تفاعلاً.

ثانياً/ الانغماس - الاحتجاب بالواقع الافتراضي:

وهو نظام يعمل بشاشة عروض رأسية وبيئة افتراضية ثلاثية الأبعاد، وتسمح للمشاركة فيها بالدخول إلى بيئة الواقع الافتراضي، والانغماس بها حيث يصبح مغموراً بالواقع الافتراضي، والفرق بين هذا النوع والأنواع الأخرى أن المشارك فيه يمكنه أن يتحرك من كل جانب كما يمكنه أن ينظر إلى الخلف لمشاهدة أشياء في العالم الحقيقي متواجدة بالمكان، إلا أنه واقع افتراضي ثلاثي الأبعاد وشامل المكونات كما في شكل (1).



شكل (1) يوضح نظارة الواقع الافتراضي

ثالثاً/ الشخص الآخر بالواقع الافتراضي:

حيث أنه يتم توفير مع الواقع الافتراضي والمخاطب كاميرا لالتقاط صورة المشارك بالبرنامج- الطالب مثلاً- وإدخالها في الواقع الافتراضي ،ومن ثم يشاهد المشاركون صورهم بشاشة العرض حيث يتعاملون مع الأشياء المتواجدة بالواقع الافتراضي.

2-2-1-2 أهمية الواقع الافتراضي:

حيث يمكن للفرد من خلالها أن يمر بخبرات قد لا يستطيع أن يتعلمها في الواقع الافتراضي لعوامل عدة مثل الخطورة ، أو الكلفة العالية أو ضيق الوقت أو غيرها من الأسباب . إن هذه التقنية تقوم على مزج بين الخيال والواقع من خلال خلق بيئات صناعية حية تخيلية قادرة على أن تمثل الواقع الحقيقي وتهيئ للفرد القدرة على التفاعل معها. وتستخدم هذه التقنية في مجالات شتى كالطب والهندسة والعمارة والتدريب العسكري والقضاء والتعليم، فهي لا تقتصر على مجال بعينه لكنها تفيد جميع الميادين خاصة الميادين التي تحتاج إلى تدريب قبلي . ويلعب البعد الثالث أو التجسيم دوراً رئيسياً في تقنية الواقع الافتراضي حيث تحيل المخرجات إلى نماذج شبيهة بالواقع وتجعل المتعامل معها يندمج تماماً كأنما هو مغموس في بيئة الواقع ذاته . وفي هذه التقنية تشترك فيها حواس الإنسان كي يمر بخبرة تشبه الواقع بدرجة كبيرة لكنها ليست حقيقية يتم خلالها توصيل بعض الملحقات بالحاسب الآلي تمكن الفرد من رؤية البرنامج بصورة مجسمة ذات أبعاد ثلاثة، ويرتدي الفرد خلالها قفازات وغطاء للرأس تمكنه من اللمس والشعور والرؤية والسمع، والبرنامج يدور بالتفاعل مع الخبرة المطروحة والتحكم فيها وكأنه الواقع تماماً، وفي مجال التعليم تستخدم هذه التقنية فمثلاً قد يسافر الطالب من خلال الواقع الافتراضي عبر الماضي أو المستقبل لمشاهدة صفحات التاريخ والتعامل مع أشخاص شكلوا تاريخ البشرية أو ساهموا في نهضتها⁽¹⁾.

¹ منى هادي صالح: دراسة امكانية تطبيق بيئة تعليم افتراضية في المؤسسات التعليمية، كلية التربية بنات (قسم علوم الحاسبات)، جامعة بغداد، 2013.

2-1-2-3 مميزات الواقع الافتراضي:

هناك مجموعة مميزات تتميز بها تكنولوجيا الواقع الافتراضي وهي⁽¹⁾:

- 1- تقديم بيئة افتراضية للإبحار فيها من خلال فراغ ثلاثي الأبعاد يسمح بالتحول والنظر والطيران بداخلها ومعايشة واقعها.
- 2- يعرض العالم الافتراضي بالمقاييس الحقيقية والشكل الطبيعي الذي يتناسب مع الرؤية البشرية للأحجام.
- 3- استخدام قفاز المعلومات للاتصال الحقيقي المحسوس مع مواد افتراضية حقيقية مما يسمح بمعالجة وإخضاع عوامل أخرى للمعالجة الافتراضية.
- 4- تعزز الصور المجسمة الإدراك الحسي لعمق وأبعاد الفراغ.
- 5- يعرض صور وهمية تشعر المستخدم أنه مغمور في عالم افتراضي صناعي، ومعرزاً بالتكنولوجيا السمعية المرئية وغير الافتراضية.
- 6- استخدام شبكات المعلومات المحلية والعالمية يسمح ببيئات افتراضية مشاركة مع أشخاص من مختلف أنحاء العالم.
- 7- البيئة الافتراضية تحقق الأمان لمستخدمها عند دراسة معلومات خطيرة أو يصعب الحصول عليها زماناً ومكاناً.
- 8- تمكن المستخدم من التحرك داخل الزمن وتعرض مواقف من الزمن الماضي أو تسرع بعرض المستقبل.
- 9- تساعد المستخدم على تحقيق المستوى المرغوب لديه من المهارة بدقة عالية.
- 10- تفاعل المستخدم مع الواقع الافتراضي يساوى أو يتجاوز ما يمكن أن يتحقق بالواقع الافتراضي.

¹ زينب بن يسعد ومصطفى هشام السنوسي: مصدر سبق ذكره، ص48.

11- جرأة البيئة الافتراضية ساعدت على التحكم بالقوانين الفيزيائية التقليدية مما يساعد على إيجاد فهم أكبر لوظائفها.

2-1-2-4 الايجابيات والسلبيات في استخدام التعليم الافتراضي:

استخدام التعليم الافتراضي في منظومة البيئات التعليمية -هناك مجموعة من الإيجابيات والسلبيات وهي كما يلي⁽¹⁾:

اولا/ الايجابيات:

- 1- إمكانية الحصول على التعليم من أي مكان وفي أي وقت، وخصوصاً في المناطق النائية التي لا تتوفر فيها الخدمات التعليمية.
- 2- سهولة مراقبة التلاميذ والطلاب من قبل القائمين على العملية التعليمية وكذلك أولياء الأمور، وبالتالي التغلب على مشكلة التسرب وخصوصاً في مراحل التعلم الأولية.
- 3- توفير الوقت والجهد المهدر في الوصول إلى أماكن التعلم وخصوصاً في المناطق المزدحمة.
- 4- توفير الكثير من الأموال التي تستخدم في البناء المادي للبيئات التعليمية، بسبب تقلص الفراغات المادية ويمكن الاستفادة منها في التجهيزات المختلفة للتعليم الرقمي والتعليم الافتراضي.

¹ محمد دسوقي رابع: مصدر سبق ذكره، ص 23.

ثانياً/ السلبيات:

- 1- الحاجة إلى التثقيف الرقمي للمستخدمين سواء الطلاب أو المعلمين أو الإداريين أو حتى أولياء الأمور.
- 2- ارتفاع تكلفة التجهيزات الرقمية والافتراضية حالياً.
- 3- عدم مناسبة تقنيات التعليم الرقمي والافتراضي لمدارس المراحل الأولية - على الأقل في هذا الوقت - حيث تتطلب متابعة مباشرة من المعلم، بعكس التعليم الثانوي والجامعي.

2-1-3 التحصيل المعرفي:-

ان التحصيل المعرفي يشكل جزءاً أساسياً ومهماً من حياة الانسان يستخدمها اذا اراد مواجهة الصعوبات وايجاد الحلول البديلة لها، فهي الى جانب ذلك تعد جزءاً مهماً وعنصراً أساسياً اذا لا يمكن الاستغناء عنه في اعداد برنامج للفرد وتهيئته بدنياً وعقلياً ونفسياً وارادياً. فالطالب يجب ان يعرف اولاً ويمارس ثانياً اي ان الممارسة هي واقعية بمقدار ما اكتسبه من معرفة وفهم في مجال اختصاصه الذي يمنحه القدرة على التحليل والتعليل والاستنتاج والربط بغية اتخاذ القرار المناسب لحل الموقف ومواجهته بأسلوب علمي مبرمج اساسه التفكير الواعي العميق الملموس المركز لاختيار الاستجابة الصحيحة من اجل الحصول على النتائج الجيدة ويعرفها (قاسم حسن) "هي المعرفة التي يحصل عليها الرياضي عن طريق الحواس اولاً ثم التحليل العقلي، وهي خاضعة للاختبارات الحسية او العملية"⁽¹⁾ ويعرفها (امين الخولي ومحمود العنان) هي "تعليم وترتيب المدركات الى افكار وبنيان معلومات كي يستخدمها الرياضي في تشكيل استجابات لمواجهة متطلبات اللعب المتغيرة"⁽²⁾ وتؤكددها (ليلي السيد) هي "تلك التي تقوم باختزال المعلومات اي ملكة التذكر وتجهزها ملكة الفكر اذا تمتد من الاستدعاء البسيط لجزئية

¹ قاسم حسن حسين: علم التدريب الرياضي في الاعمار المختلفة، ط1، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، 1998، ص19.

² امين الخولي ومحمود العنان: المعرفة الرياضية، ط1، دار الفكر العربي، 1999، ص16.

من معلومات الى العمليات الابداعية التي تحتاج الى تركيب الافكار والربط بينها بغية تكوين استجابة صحيحة للمواقف المختلفة⁽¹⁾

2-1-3-1 التحصيل المعرفي وعلاقته بالألعاب الرياضية:

اخذت المعرفة العلمية في الآونة الاخيرة حيزاً كبيراً في اهتمام الاختصاصيين والعلماء في مجال المعرفة الرياضية؛ كونها تشكل حجر الزاوية في بناء المعرفة الخاصة بالمادة الرياضية بصورة رئيسية في عملية اعداد الطالب وكذلك الرياضي لا يقف عند اكتسابه لياقة بدنية ومستوى مهاري وخططي ونفسي جيد وانما يتعدى ابعد من ذلك، انها عملية الحصول على المعلومات والحقائق العلمية التي تساهم في سرعة عملية التعلم واستيعاب وهضم المعلومات وبالتالي تسارع في عملية الاستيعاب للمهارات المختلفة وتنظيم المعلومات والتوافق العضلي العصبي للأداء مما يؤدي الى ارتفاع مستوى ودرجة الاداء للمهارة. ان التوافق بين حالة الاعداد الفني والبدني والخططي تساهم في زيادة ترابط الادراك المعرفي ورفع مستوى الاداء المهاري للفعالية. "فالتحليل الدائم المستمر والتفكير يؤدي الى توقع صحيح"⁽²⁾.

وقد يساهم في حل متطلبات المنافسة التي تشكل المحك الرئيس للوقوف على مستوى فهم الطالب وادراكه المسائل الحركية وكيفية الاستجابة لها. وعليه فإن الترابط الحاصل بين المعرفة العلمية ومستوى الاداء يشكل واحداً من المرتكزات المهمة لأحداث مستوى عالٍ من التطور⁽³⁾. وقد اكد (Siclovan) "انه مهما بلغ مستوى التطور في المهارة او الاعداد البدني فإنه يبقى في حالات كثيرة عاجزاً عن استيعاب الكثير من الحالات وتحليلها وخاصة خلال المباريات المهمة ان لم يقترن بمستوى جيد من المعلومات في ايجاد حلول مناسبة لمعالجة اللعب"⁽⁴⁾.

¹ ليلي السيد فرحات: القياس المعرفي الرياضي، ط1، القاهرة، مركز الكتاب والنشر، 2001 ، ص31.

² ليلي السيد فرحات: نفس المصدر السابق، ص35.

³ قاسم حسن حسين: اسس التدريب الرياضي، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، 1998، ص748.

⁴ Siclovan, Conculul National De-educatia Fizica Si Sporti, (Bucureti – Romania, Editera, 2001) p.115.

ان المعرفة العلمية التي يمتلكها المدرس او المدرب والتي تقترن بمفاهيم علمية ذات طابع تجريبي هي الاساس الذي يستند اليه في بناء الرياضي. مما لاشك فيه ان الاعداد المعرفي يؤدي دورا مهما وفاعلا في عملية البناء كون ان زيادة المعرفة تؤثر بشكل ايجابي في تطور المقدرة العلمية والعملية. لاسيما ان تلك المقدرة تعني "ان يستخدم الطالب عقله وذكاءه في تطبيق الخطط التكتيكية ومحاولة اكتشاف اخطائه التكتيكية"⁽¹⁾ بغية التصحيح وهذا ما يحتاج الى متطلبات عقلية عالية يوفرها امتلاك المعلومات والمعارف التي تعمق الرؤيا في متطلبات الاداء مما يزيد من قدرة الطالب على اختيار الاستجابة المناسبة للوصول الى افضل انجاز. والاعداد المعرفي لا يعني تراكم المعرفة، بل يعني كيفية استخدامها وتوظيفها بشكل مبدع في الجانب التطبيقي فتعلم المهارات المختلفة وحده لا يكفي لامتلاك قدرات ذهنية عالية مالم يقترن ذلك بالتعلم النظري المتسلسل بدءًا من السهل الى الصعب واعتماد التحليلات البسيطة وانتهاءً بالتحليلات المعقدة وعمليات الربط ما بين الحركات الجديدة والسابقة للوصول الى مستوى عالٍ من القدرات العقلية التي يمكن بها تحقيق نتائج متعددة.

ويهدف الشروع بالأعداد المعرفي فأن هنالك خطوات تعليمية تضمن ما يأتي⁽²⁾:

- 1- معرفة تاريخ الرياضة والابطال.
- 2- معرفة المفاهيم والمصطلحات الرياضية السائدة في النشاط الممارس.
- 3- معرفة فن الاداء الحركي الصحيح لكل نشاط رياضي (تكنيك).
- 4- معرفة قوانين وقواعد اللعب ومعرفة المعلومات الصحيحة العامة.
- 5- معرفة قواعد الامن والسلامة لتفادي الاصابات.
- 6- معرفة اللياقة البدنية الخاصة بالنشاط الممارس.
- 7- معرفة القيم الاجتماعية المكتسبة في الممارسة وكذلك السلوك المميز.

¹ محمد عثمان: التعلم الحركي والتدريب الرياضي، ط1، الكويت، دار العلم للنشر والتوزيع، 1987، ص224.
² عادل عبد البصير: التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص263.

وعليه فإن الذي " يحدد مدى اكتساب الطالب لهذه المعارف والمعلومات هي قدرته على الاداء العملي الذي يسهم في ربط التصورات السمعية والبصرية التي اكتسبها بالتصورات الحركية. اذ ان الاداء العملي ما هو الا تطبيق للمعارف والمعلومات المكتسبة"⁽¹⁾، بما يحقق افضل اداء مع ملاحظة مستوى الاستيعاب الذي يكون في حالاتٍ كثيرة ليس بالمستوى المطلوب وهذا ناتج عن القدرة البدنية والمهارية والعقلية المختلفة، مما يتطلب معالجة لكل حالة ، وهذا ما يفعله التدريسيين.

2-3-1-2 اهمية الاختبارات المعرفية في الالعب الرياضية⁽²⁾:-

تعد الاختبارات احدى ادوات التقويم في المجال الرياضي والتي يستطيع المدرس او الطالب او المعلم معرفة مدى التقدم الحاصل والوقوف على النقاط الايجابية والسلبية لكل حالة تعليمية او تدريسية. فهي التي من خلالها يمكن الوقوف على الفروق الفردية للطلاب ومعرفة من هو الافضل وكيف تم استيعاب المعلومات الملقاة عليه ولعل اهمها ما يأتي:-

1- تمدنا بالمعلومات والمعارف عن المادة الدراسية او اللعبة من حيث اللوائح والقوانين الخاصة بالألعاب.

2- تمدنا بالمعلومات عن حالة الطالب مما يفيد تصنيف الطلاب وفقاً لنتائج هذه الاختبارات المعرفية.

3- تمدنا بالمعلومات المناسبة من العوامل البيئية التي يمكن ان تؤثر في الاداء.

4- المام الطالب بالمعلومات التي تخص اللعبة التي يمارسها خلال الدرس المخصص لها بالإضافة الى الخبرات التي يكتسبها من الممارسة اذ تبقى في ذاكرته حتى بعد ان ينتقل الى مرحلة دراسية اخرى او يخفض مستواه المهاري مما يعطي الفرصة بالتمتع باللعبة خاصةً عند مشاهدته لها.

¹ عادل عبد البصير: نفس المصدر السابق، ص265.

² ليلى السيد فرحات: مصدر سبق ذكره، ص37.

5- يجب ان يشمل برنامج دروس ومناهج التربية الرياضية على المعلومات الرياضية اذ تؤثر في تعليم المهارات الحركية المختلفة مما تؤدي الى رفع مستوى التحصيل المعرفي لدى الطلاب.

6- ان الاختبار المعرفي يساعد في التأكيد على مدى اكتساب الطالب للمعلومات من خلال امكانية استخدامها نظرياً او عملياً.

2-1-4 الجمناستك الفني:

يتضمن الجمناستك الفني كلا من الجمناستك الفني للرجال والجمناستك الفني للنساء على اجهزة محددة تختلف من جنس لآخر ويشمل الجمناستك الفني للرجال اداء مهارات محددة وواضحة وتحت شروط تنافس لتمييز قدرات اللاعبين عند ادائهم على اجهزة الجمناستك الفني وتتطلب بطولات الجمناستك الفني للرجال تنفيذ المهارات طبقاً لما حدده القانون الدولي للجمناستك وحسب نوع البطولة (فرقي، فردي، عام، اجهزة)⁽¹⁾.

حيث تتم عملية تعليم مهارات الجمناستك الفني عندما يصل الى المخ اثاره محددة فيصدر اوامر للعضلات لاستجابة نوعية بانقباض او استرخاء وتساهم الحواس في انجاز عملية التعلم واتقان اداء المهارة فبواسطة حاسة السمع يستفيد المتعلم من شرح المهارة ومن حاسة البصر عند عرض نموذج للمهارة وان الهدف النهائي لعملية التعلم هو اتقان المهارة الحركية فالتعلم الحركي يتأسس عليه الوصول بمستوى الطالب الى اعلى مستوى في رياضة الجمناستك الفني؛ لأنه مهما بلغ مستوى الصفات البدنية للطالب من تطور فانه لا يحقق النتائج المرجوة مالم يرتبط ذلك كله بالإتقان التام للمهارات الحركية التي تتمثل في حركات الجمناستك على مختلف الاجهزة⁽²⁾ وهي:

1- بساط الحركات الارضية.

2- جهاز طاولة القفز.

¹ محمد ابراهيم شحاته. تدريب الجمناسك المعاصر. ط1. دار الفكر العربي. القاهرة. 2003. ص80.
² سالم احمد بني حمدان. الجمناسك الفني من الالف الى الياء. ط1. عمان. مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع. 2012. ص53.

3- جهاز المتوازي.

4- جهاز العقلة.

5- جهاز الحلق.

6- جهاز حسان المقابض.

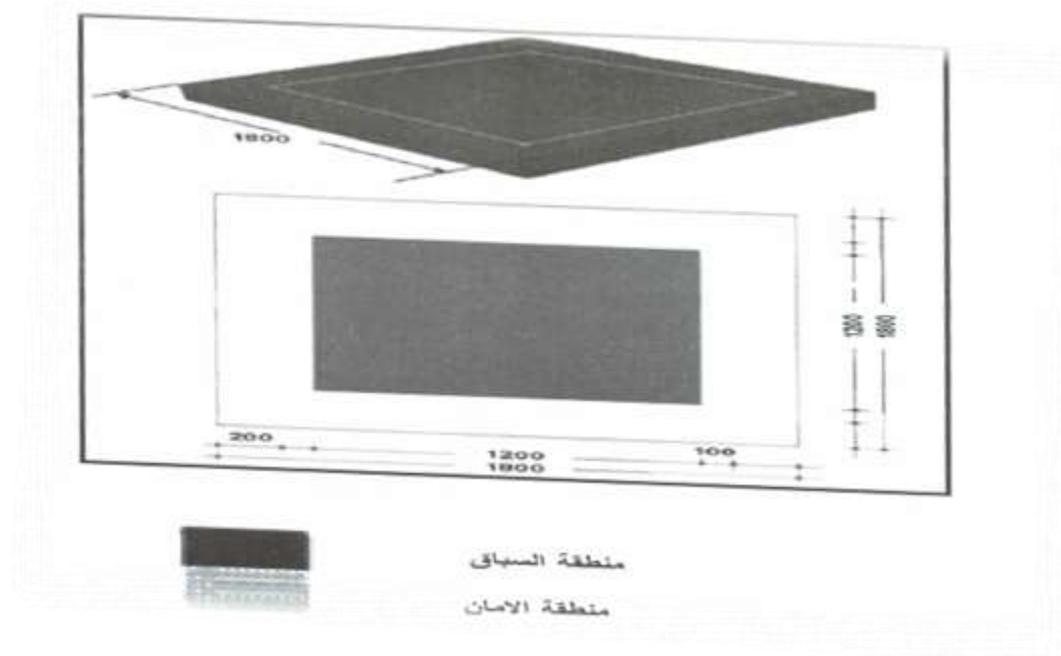
2-1-4-1 المهارات الاساسية قيد الدراسة:

تساهم الحواس في انجاز عملية التعلم واتقان اداء المهارة فبواسطة حاسة السمع يستفيد المتعلم من شرح المهارة ومن حاسة البصر عند عرض نموذج للمهارة وان الهدف النهائي لعملية التعلم هو اتقان المهارة الحركية فالتعلم الحركي يتأسس عليه الوصول بمستوى الطالب الى اعلى مستوى في رياضة الجمناستك الفني.

2-1-4-1-2 قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية:

تتشابه هذه المهارة في ادائها الفني مع مهارة الوقوف على اليدين الا ان مرجحة الرجلين هنا تكون اكبر مع الدفع باليدين للأرض وارجاع الرأس الى الوراء في القسم الرئيس للمهارة ويجب التأكيد هنا على الدفع القوة لليدين مع بقاء زاوية الكتف مفتوحة الى النهاية مع الخطف السريع للرجلين ، وتؤدي هذه المهارة من الوقوف الى الوقوف⁽¹⁾، والشكل (2) يوضح قياسات بساط الحركات الارضية.

¹ صالح مجيد العزاوي وبسمان عبد الوهاب البياتي: الجمناستك الفني التطبيقي، ط1، العراق، النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة، 2012، ص69.



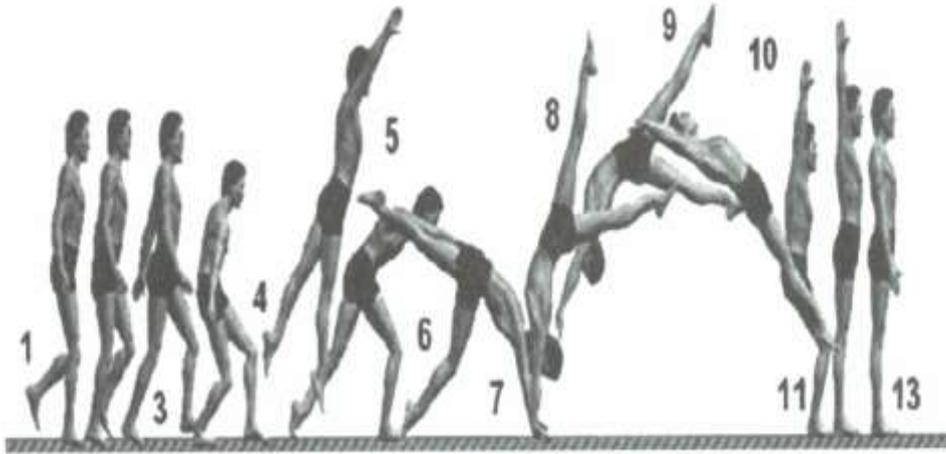
شكل (2) يوضح قياسات بساط الحركات الارضية

الاداء الفني (التكنيك الحركي)⁽¹⁾:

يجب المحافظة على زاوية اليدين مفتوحة بشكل كامل ويجب تحريك الصدر الى الاسفل نحو الفخذ للرجل الامامية المثنية في وضع الطعن اما الرجل الخلفية تتساق وتقفز بشكل قوي جدا وذلك تماما عند تحريك الصدر الى الاسفل نحو الفخذ وعند وصول الرجل الخلفية للأعلى ووضعها على خط مستقيم مع الجسم فان الرجل المثنية تبدأ بالاستقامة بشكل سريع لإضافة دوران اكبر مع الرجل الاولى وتكمل الرجلين انسياقها بشكل قوي في الوضع العمودي وبشكل فعلي فان الرجلين لا يلتقيان معا حتى قبل ملامسة الارض بلحظة.

ويجب ان يكون هناك دفع قوي من اليدين مضافا من ثني اليدين بشكل خفيف جدا ومدهما وايضا من دفع الكتفين وذلك قبل وضع الوقوف على اليدين في الشقلبة وهذا الدفع باليدين يضمن اداء الارتفاع الضروري للطيران ويجب المحافظة على وضع الرأس في الحالة الطبيعية مع الميل قليلا للخلف خلال اداء الحركة كاملة كما في شكل (3).

¹ احمد جاسر: الجمباز دليل المدرب والرياضي، ط1، سورية، حلب، شعاع للنشر و العلوم، 2000، ص164.

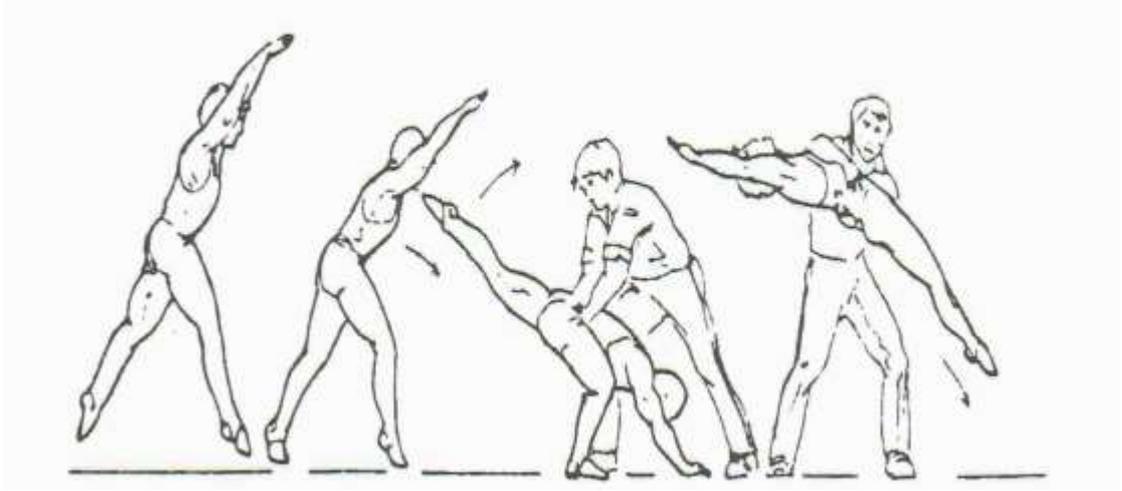


شكل (3) يوضح التكنيك الصحيح لقفزة اليدين الامامية على بساط الارضية

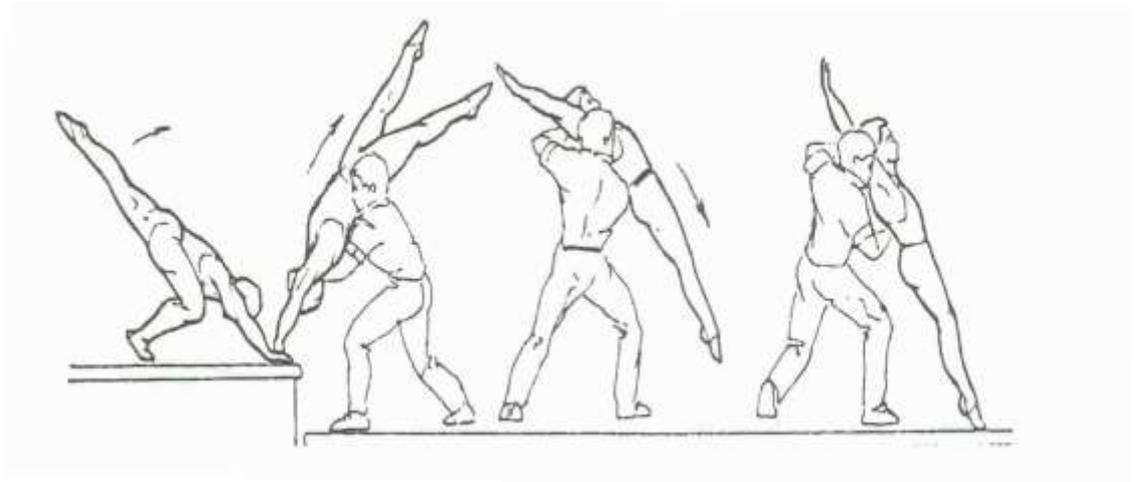
الخطوات التعليمية⁽¹⁾:

- 1- تعليم الارتقاء وذلك من خطوة واحدة، خطوتين ثم من الجري العادي.
- 2- تعليم الدفع باليدين.
- 3- مرجحة الرجل الحرة للوقوف على اليدين .
- 4- زيادة المرجحة بالرجل الحرة امام الحائط.
- 5- اداء المهارة امام زميل مواجه والاستناد على ذراعه كما في شكل (4).
- 6- اداء المهارة بالسند مع زميلين وملاحظة التقاء القدمين عند الوقوف على اليدين.
- 7- مساعدة الزميل عن طريق دفعه لأعلى من الكتف خوفا من النزول خلفا كما في شكل (5).
- 8- اداء المهارة بالشكل النهائي بالسند والمساعدة.
- 9- اداء المهارة بدون سند او مساعدة.

¹ عبد المنعم سليمان برهم. موسوعة الجميز العصرية. ط1. دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع. عمان. 1995، ص85.



شكل (4) يوضح طريقة السند من قبل الزميل



شكل (5) يوضح طريقة المساعدة ودفع اللاعب من الكتف لتجنب السقوط

اولا/ النواحي الفنية:

- 1- اليدين باتساع الصدر ومفرودة والاصابع متجهة وتشير للأمام.
- 2- الرأس بين الذراعين بوضعها الطبيعي.
- 3- الجسم مفرد .
- 4- دفع الارض باليدين بعد الوصول الى وضع الوقوف على اليدين .
- 5- زيادة المرجحة بالرجل الحرة.
- 6- الهبوط يكون على الامشاط والركبتين مفرودة والذراعين عاليا.

ثانيا/ الاخطاء الشائعة:

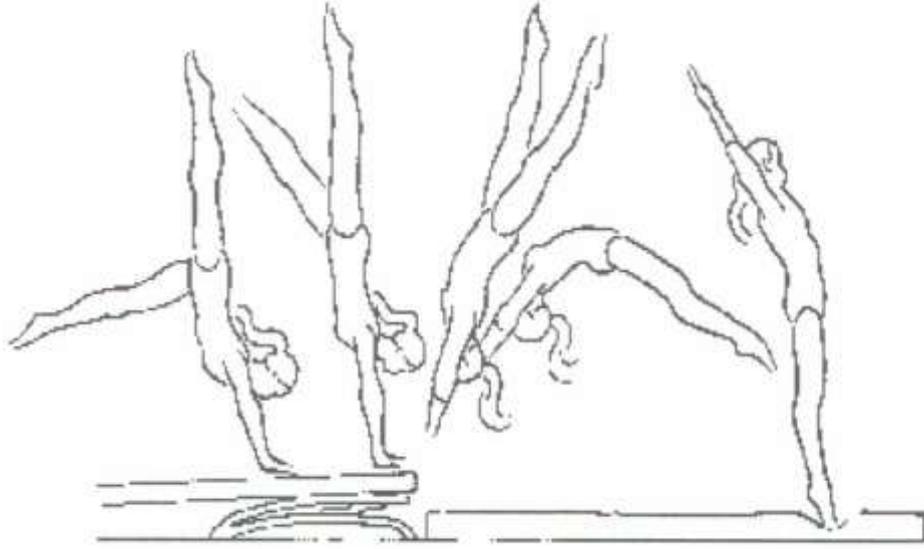
- 1- عدم مرجحة الرجل الحرة .
 - 2- ثني الذراعين.
 - 3- النظر للداخل اثناء الوقوف على اليدين.
 - 4- اليدين اوسع او اضيق من اتساع الصدر.
 - 5- ثني الركبتين اثناء الهبوط ويكون الهبوط على الكعبين وليس على الامشاط.
- اضافة الى ذلك هناك اخطاء اخرى هي⁽¹⁾:

- 1- الدفع القليل للأرض مما يسبب عدم اكتمال الدوران.
- 2- ثني الذراعين اثناء الدفع مما يؤدي الى عدم استثمار القوة وطول فترة بقاء اليدين على الارض مما يسبب ضياع في قوة الدفع.
- 3- عدم فتح زاوية الكتفين بشكل كامل مما يعيق اتمام الدوران او الانتقال.

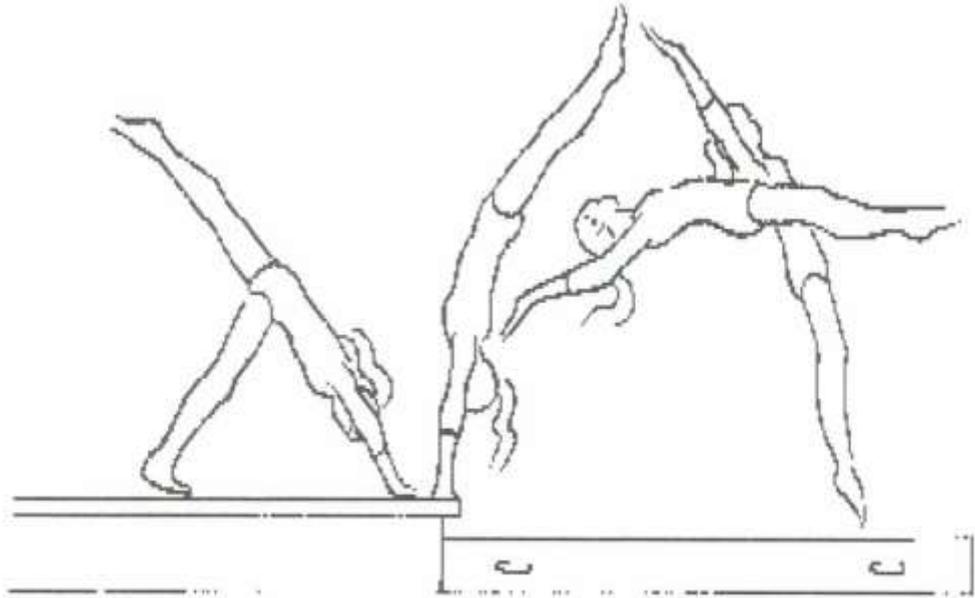
التدرج في تعليم مهارة قفزة اليدين:

- 1- دفع قوي باليدين لأجل الطيران مع مرجحة الرجلين.
- 2- استخدام القفاز في التأكيد على الدفع باليدين سوف يكون فعال جدا في تعليم هذه المهارة كما في شكل (6).
- 3- استخدام الصندوق الخشبي من الطبقات العليا وصولا الى اخر طبقة لزيادة مدى الحركة كما في شكل (7).

¹ صالح مجيد العزاوي، وبسمان عبد الوهاب البياتي: مصدر سبق ذكره، ص70.



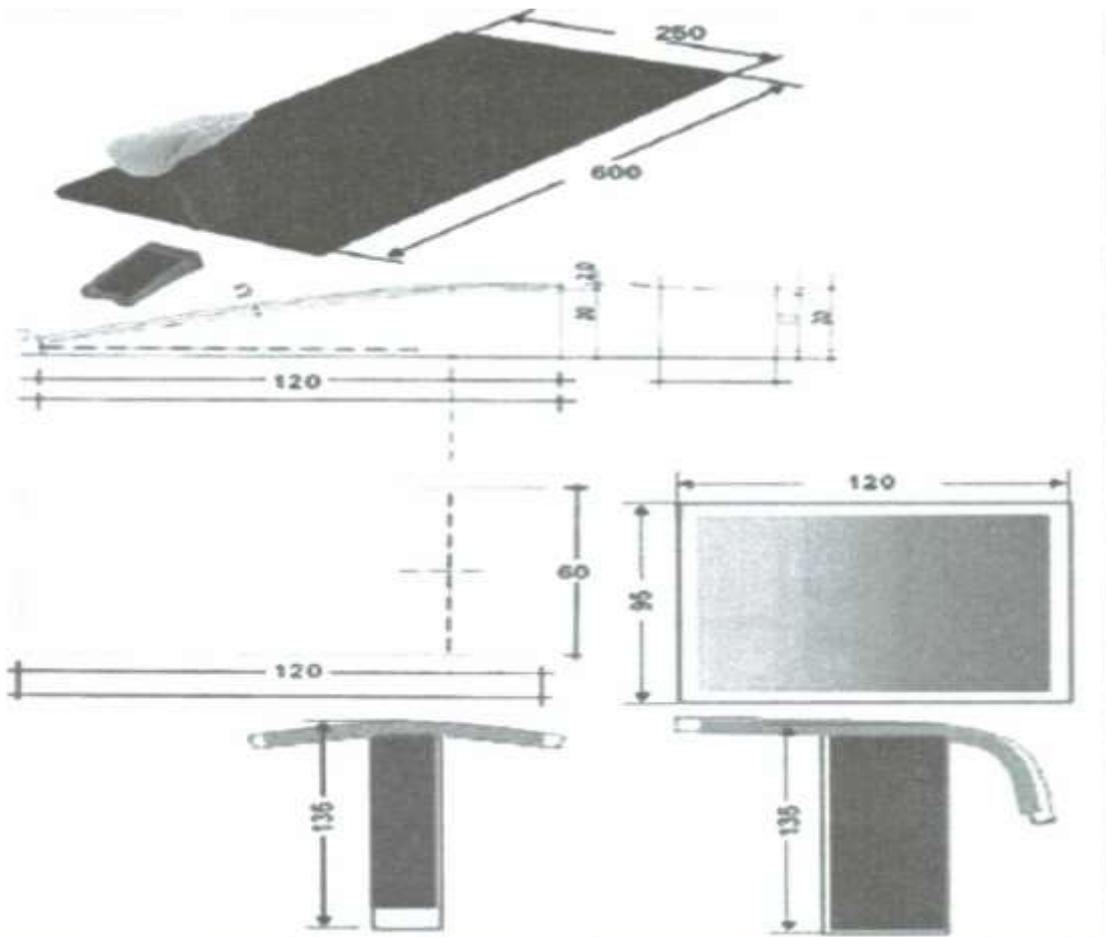
شكل (6) يوضح استخدام القفاز في التدرج في تعلم المهارة



شكل (7) يوضح استخدام الصندوق الخشبي اثناء التدرج في تعلم الاداء

2-1-4-1-2 قفزة اليدين الامامية على جهاز منصة القفز⁽¹⁾:

تحتاج هذه المهارة الى ان يكون اللاعب يتقن اداء مهارة قفزة اليدين على بساط الحركات الارضية بشكل كامل لكي يستطيع من اداءها على منصة القفز بسهولة وبدون تردد ان مفتاح النجاح في هذه المهارة هو السرعة العالية اثناء الاداء بشكل كامل وبشكل خاص اثناء عملية الدفع باليدين على نهاية المنصة بسرعة وقوة عالية وبمدين ممدودتين مما يمكن اللاعب من تحقيق ارتفاع عالي اثناء الطيران الثاني لإتمام متطلبات المهارة الكاملة، والشكل (8) يوضح القياسات القانونية لجهاز منصة القفز.



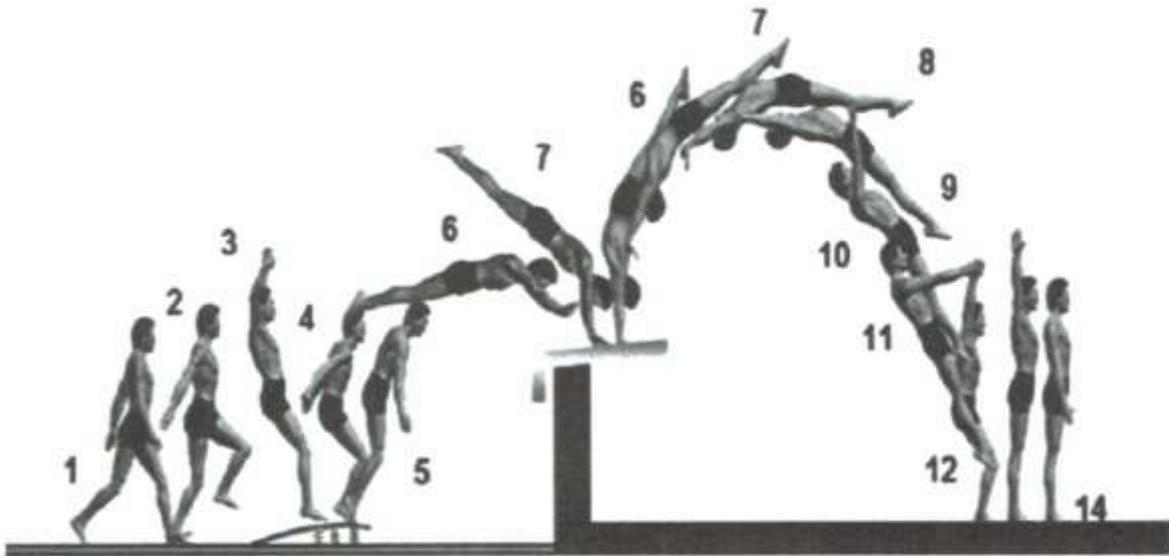
شكل (8) يوضح القياسات القانونية لجهاز منصة القفز

¹ صالح مجيد العزاوي، وبسمان عبد الوهاب البياتي، مصدر سبق ذكره، ص 122-123.

العناصر الفنية وطريق الاداء كما في شكل (9):

- 1- بعد ترك القفاز بالرجلين معا يجب قذف الرجلين معا الى الخلف الاعلى بقوة فينتج عن ذلك تقوس في الظهر ويكون الرأس مرفوعا للأعلى والكتف عموديا على حسان القفز.
- 2- الصدر يكون للداخل واثناء وضع اليدين على ظهر المنصة يجب الدفع للأسفل من مفصل الكتفين والذراعان ممدودتين.
- 3- بعد دفع المنصة يجب استقامة الجسم وذلك بتوقيف الرجلين اثناء مرورها في الوضع العمودي للحسان حتى يرتفع الجسم الى الاعلى.
- 4- طيران الجسم دون زوايا ثم الاستعداد للهبوط اما الرأس فيكون طبيعيا ثم يتم ثني الركبتين قليلا لامتصاص الصدمة.

قفزة اليدين الامامية (Handspring)



شكل (9) يوضح الاداء الصحيح لقفزة اليدين الامامية على منصة القفز

الايخطاء الشائعة:

- 1- الطيران الاول بزاوية من مفصلي الورك بسبب عدم مرجحة الرجلين للخلف.
- 2- سقوط الكتفين للأمام مما له تأثير على ارتفاع الجسم.
- 3- ثني مفصلي المرفقين اثناء مرور الجسم في وضع الوقوف على اليدين (ارتكاز على الطاولة).

مراحل التدريب وتطوير اداء هذه الحركة⁽¹⁾:

- 1- ان اتقان اداء الشقلبة الامامية بواسطة اليدين على الارض يمكن ان يكون من الاساسيات المساعدة على فهم واستيعاب قفزة الشقلبة الامامية على اليدين على جهاز القفز.
- 2- يمكن تطوير وتحسين قذف القدمين القوي والضروري باستخدام تمارين نظامية للأعداد البدني كالتمارين التالية والتي ستقوي عضلات الرجلين مع عضلات اسفل الظهر.
- 3- التأكيد على مرحلة الطيران الاول وذلك بالأداء على مرتبة تدريبية مرتفعة مع مساعدة المدرب.
- 4- الهدف من هذا التمرين هو التأكيد على عملية قذف القدمين في مرحلة الطيران الاول الى الجهاز ويكون الاداء على مرتبة تدريبية مرتفعة.
- 5- البدء بأداء الحركة بشكل كامل وذلك لكي يتمكن اللاعب باتخاذ الاحساس الحركي بشكل اولي ومن هنا ايضا يتمكن المدرب من معرفة نقاط الضعف في اداء اللاعب ويسعى الى تقويمها وذلك من خلال التمارين اللاحقة.
- 6- التأكيد على مرحلة الطيران الثاني وتقويته ويجب على المدرب اتخاذ الحذر الشديد اثناء الاداء لعدم زيادة الدوران الامامي .
- 7- تقوية اداء الحركة بشكل كامل من خلال التأكيد على الطيران الاول و الثاني والارتفاع والاداء بشكل عام ويفضل الاداء على الترامبولين وذلك للسماح بمحاولات متعددة.

¹ احمد جاسر: مصدر سبق ذكره، ص235.

8- الانتقال من الاداء على الترامبولين الى الاداء على المقفز النظامي وذلك ليعتاد اللاعب على الدفع في الاحوال النظامية ويجب على المدرب تامين المساعدة في مرحلة الطيران الاول للتأكيد دائما على استقامة الجسم.

9- يمكن تقوية دفع اليدين وذلك بوضع مقفز مغطى بمرتبة تدريبية ويجب على المدرب تامين منطقة الهبوط وذلك تحسبا لزيادة الدوران الامامي .

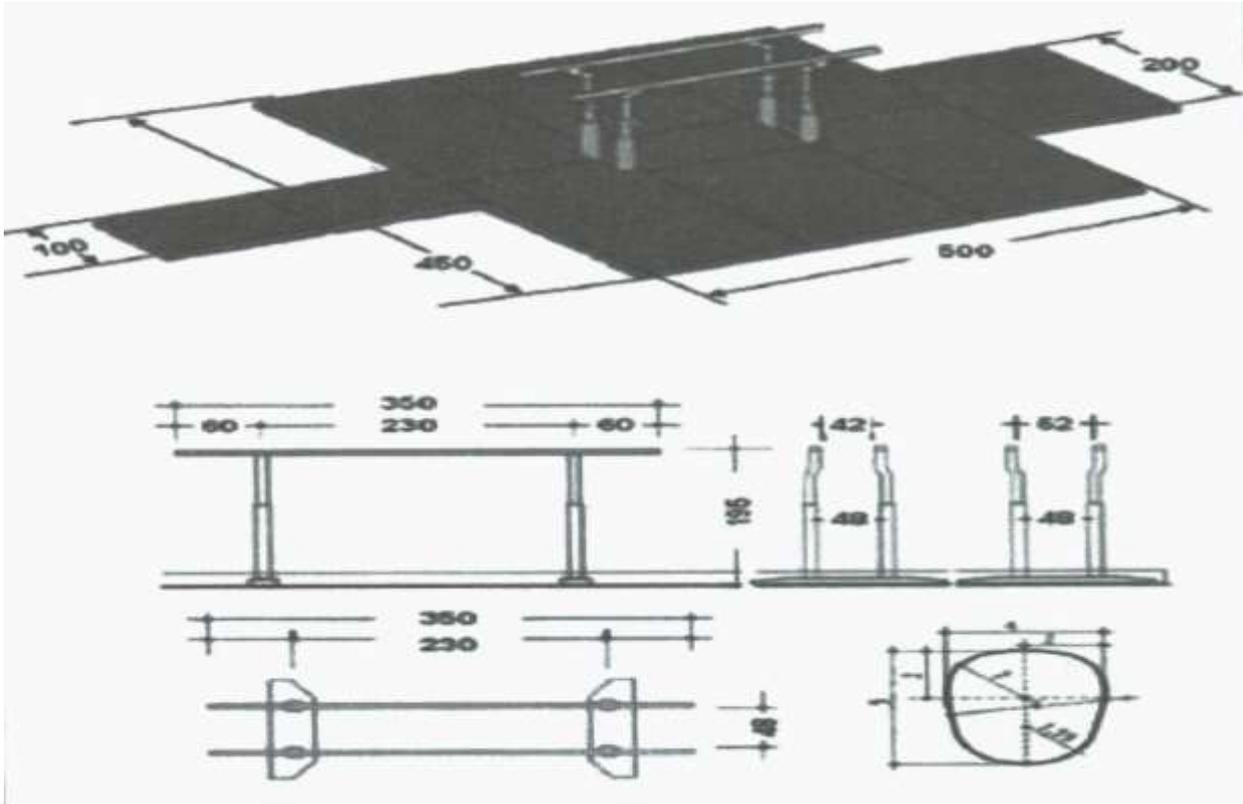
10- عند تأكد المدرب من جودة الاداء لدى اللاعب وشعوره بالثقة في الاداء يمكن الانتقال الى الاداء على الجهاز النظامي والبدء اولا بالدفع من الترامبولين وعلى المدرب الحذر دائما من وضع الهبوط او زيادة الدوران.

11- بعد هذه المراحل التدريبية المتعددة والاداء الجيد بكل مرحلة وقبل الانتقال الى المرحلة التالية فلا شك ان اللاعب جاهز الان للأداء بشكل نظامي على طاولة القفز ولكن لأبأس من مساعدة المدرب فالمحاولات الاولى وخاصة اذا طلب اللاعب ذلك وفقا للحذر او الخوف وتكون المساعدة مركزة على تجاوز الحصان فقط.

2-1-4-1-3 مهارة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي:

ان الشرط الاساسي للوقوف على اليدين هو اتقان الوقوف على اليدين على الارض في الوقوف على اليدين على المتوازي يكون الرأس مرفوع قليلا للأعلى والذراعين ممدودة مدا كاملا والجسم مشدودا شدا كاملا والموازنة (المحافظة على البقاء في الوقوف على اليدين) تتم من مفصل الكتف ففي حالة سقوط الجسم للأمام نعمل على ارجاع مفصلي الكتفين للخلف وعندما تسقط الرجلين خلفا نميل بالكتف للأمام للمحافظة على التوازن ان هذه السيطرة على مفصل الكتف ضرورية واساسية لإتقان الوقوف على اليدين على المتوازي وعلى جهاز الحلق في

الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي نتجنب التقوس في الظهر، والشكل (10) يوضح القياسات القانونية لجهاز المتوازي⁽¹⁾.



شكل (10) يوضح القياسات القانونية لجهاز المتوازي

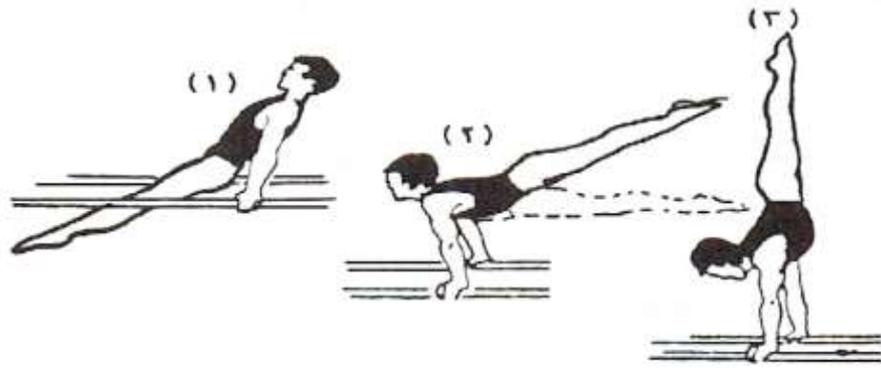
الخطوات التعليمية:

هناك عدة خطوات تعليمية لمهارة الوقوف على اليدين وهي⁽²⁾

- 1- الارتكاز المتقاطع مرجحة الجسم اماما وخلفا والوصول بالمرجحة اماما وخلفا الى مستوى اعلى من مستوى العارضتين .
- 2- نفس التمرين السابق مع زيادة مستوى المرجحة خلفا لتصل الرجلين خلفا لتصل الى مستوى اعلى من مستوى الارتكاز الافقي.

¹ صانِب عطية احمد العبيدي: الجمناستك، العراق، بغداد، مطبعة دار الكتب للطباعة والنشر جامعة الموصل، 1989، ص460.
² عبد المنعم سليمان برهم: موسوعة الجُمباز العصرية، ط1، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، 1995، ص206.

- 3- تكرر نفس التمرين السابق مع زيادة المرجحة خلفا للوصول بالرجلين الى مستوى عمودي فوق قاعدة الارتكاز والثبات في هذا الوضع بفرد الذراعين والنظر للأمام قليلا.
- 4- اداء المهارة مترابطة من مرجحة الجسم اماما وخلفا للوصول الى وضع الوقوف على اليدين والثبات في هذا الوضع بالسند المساعد ثم التقدم بالأداء بدون سند ومساعدة حيث يكفي بالسند الوقائي.



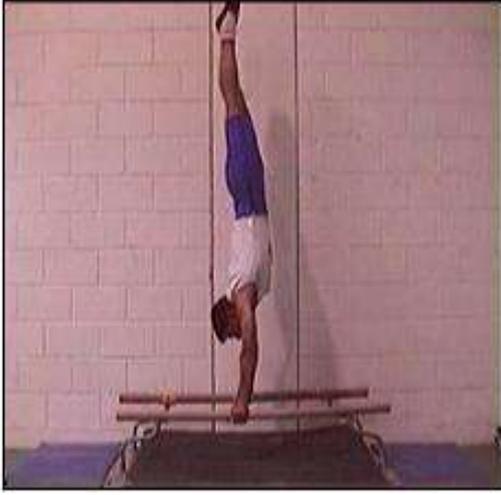
شكل (11) يوضح الخطوات التعليمية لمهارة الوقوف على اليدين على المتوازي

النواحي الفنية⁽¹⁾:

- 1- مراعاة النواحي الفنية الخاصة بوضع الارتكاز المتقاطع.
- 2- مراعاة النواحي الفنية الخاصة بالمرجحة اماما وخلفا من وضع الارتكاز المتقاطع.
- 3- مرجحة الرجلين خلفا عاليا لأبعاد مركز ثقل الجسم عن محور الارتكاز للحصول على اكبر طاقة وضع ممكنة.
- 4- الثبات في وضع الاتزان (الوقوف على اليدين) مشطي الرجلين عموديان على قاعدة الارتكاز.
- 5- الجسم مفرد وعلى استقامة واحدة والنظر قليلا للأمام.

¹ عبد المنعم سليمان برهم: مصدر سبق ذكره، ص 207.

6- فرد الذراعين اثناء الاداء واثناء الوصول الى الوضع النهائي (الوقوف على اليدين) كما في شكل (12).



شكل (12) يوضح الوضع النهائي للوقوف على اليدين على جهاز المتوازي

الايخطاء الشائعة:

- 1- عدم مراعاة الشروط والنواحي الفنية الخاصة بوضع الارتكاز المتقاطع.
- 2- عدم مراعاة النواحي الفنية الخاصة بالمرجحة اماما وخلفا من وضع الارتكاز المتقاطع.
- 3- عدم مرجحة الجسم خلفا الى اقصى مدى ممكن يصعب معه الوصول الى الوضع الرأسي.
- 4- الجسم ليس على استقامة واحدة.
- 5- ثني الذراعين اثناء الاداء واثناء الوقوف على اليدين.
- 6- ضم الرأس على الصدر والنظر اسفل قاعدة الارتكاز.

طريقة السند:

تتم طريقة السند المساعد بالوقوف المواجه والموازي لاحد جانبي اللاعب وعلى ارتفاع مستوى اللاعب بمسك اللاعب باليدين من عضلات الفخذ الامامية والخلفية وتثبيتته في وضع الوقوف على اليدين.

ويكون السند الوقائي بالوقوف بنفس الطريقة ومتابعة خط سير الحركة اللاعب اثناء الاداء.

التقدم بالمهارة:

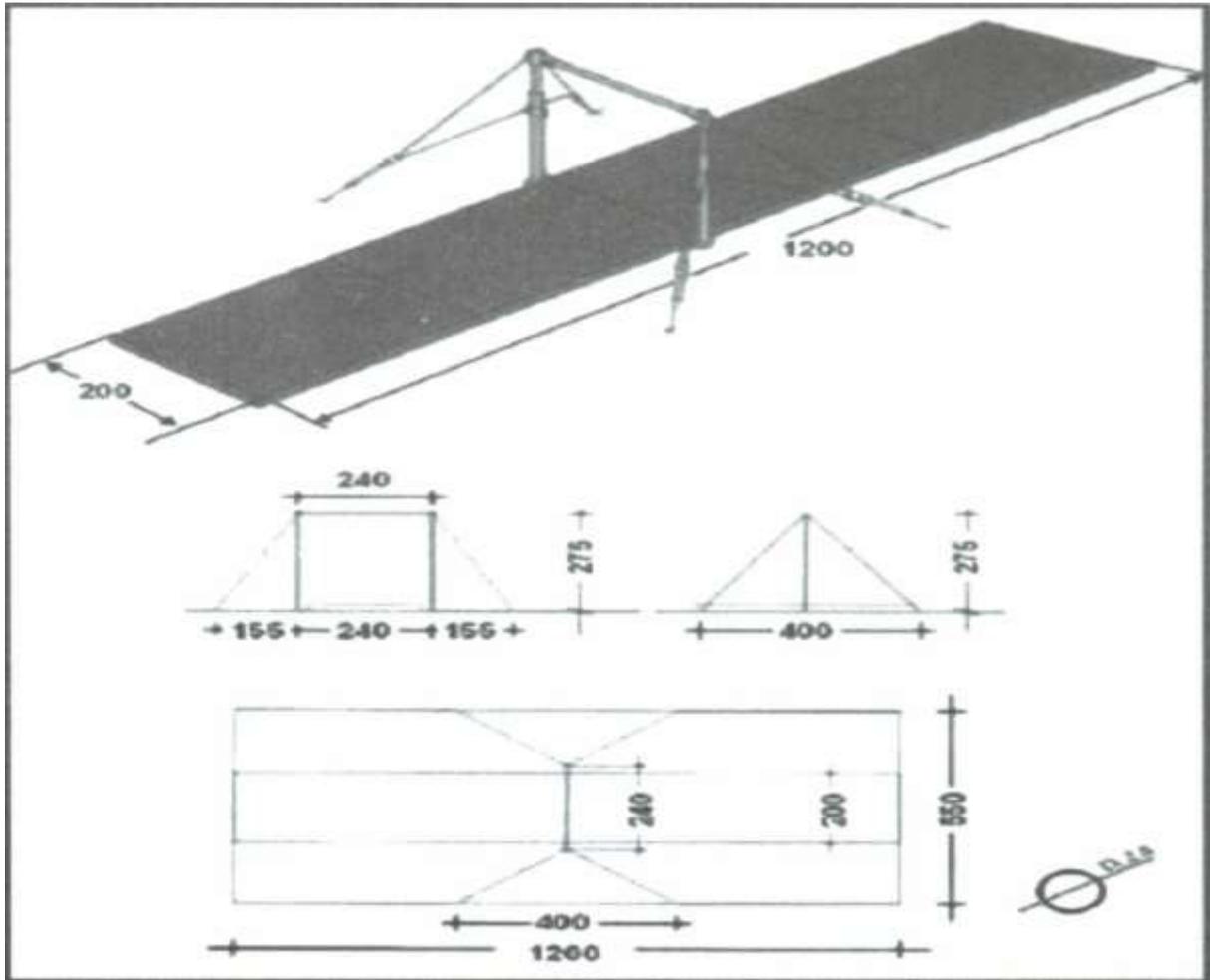
يكون التقدم بمهارة الوقوف على اليدين يربطها بمهارات تسبق الاداء من وضع الارتكاز المتقاطع ومهارات تعقب الاداء.

2-1-4-1-4 مهارة الطلوع بالكب الامامي على جهاز العقلة:

ان الهدف او الغرض الرئيس من حركة الكب وهو الوصول بالجسم من المستوى الواطئ الى المستوى العالي عن طريق ثني ومد الجسم من مفصل الورك.

تعد حركات الكب من اهم حركات الربط ومع اختلاف اسلوب البدء والمسك نجد ان تكنيك الاداء دائما يتمايل طاقة المرجحة تنتقل الى الجذع عند توقفها ومع استعمال رد فعل الارتكاز يمكن للجسم ان يرتفع اعلى من الجهاز⁽¹⁾، والشكل (13) يوضح القياسات القانونية على جهاز العقلة.

¹ حيدر محمود عبدالله: تأثير التمرين (المكثف والموزع) بأسلوب المحطات واستعمال اجهزة مساعدة في تطوير اهم القدرات الحركية وتعلم بعض المهارات الاساسية بالجمناستك الفني للرجال، اطروحة، جامعة بابل، 2015.



شكل (13) يوضح القياسات القانونية لجهاز العقلة

اقسام حركة الكب على جهاز العقلة:

تقسم النواحي الفنية لحركة الكب الى ثلاث اقسام هي (1):

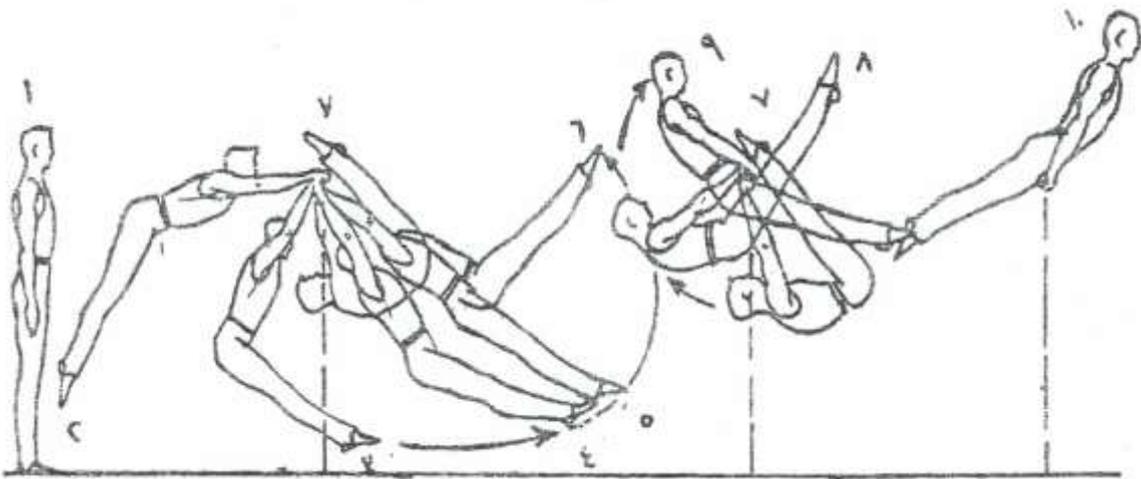
1- القسم التحضيري: يرفع الطالب الذراعين اماما وهما ممدودتان ليمسك العقلة المسكة العلوية ثم يدفع الارض بالقدمين معا ويرفع الحوض وذلك بثني مفصل الورك قليلا بعد ذلك يتمرجح الجسم للأمام والرجلان قريبتان من الارض حتى يمد الطالب مفصل الورك ويستقيم الجسم تقريبا (اي لا يصل الى مد تام).

¹ صائب عطية احمد، و ابراهيم خليل مراد: الجمناستك الصفوف الثانية، مطابع جامعة بغداد، 1985، ص 89-90.

2- القسم الرئيس: عندما تصل المرجحة الى نقطة السكون اماما يثني الطالب مفصل الورك اذ يقترب مشطا القدمين من العقلة - مع بقاء الذراعين ممدودتين وتوجيه النظر الى العقلة بذلك قد وصل الطالب الى وضع الكب.

وفي النهاية مرجحة الجسم الى الخلف يمد الطالب مفصل الورك مع تزللق الرجلين قريبا من العارضة حتى مفصلي الورك تقريبا وهنا يبدأ الضغط باليدين على العقلة لرفع الجسم الى الاعلى يصبح الكتفان فوق العقلة.

3- القسم النهائي: بإيقاف حركة المد تنتقل مرجحة الرجلين الى الجذع ويصل الطالب الى وضع الارتكاز الامامي، والشكل (14) يوضح اقسام المهارة على جهاز العقلة.



شكل (14) يوضح اقسام مهارة الكب على العقلة

الخطوات التعليمية:

هناك عدة خطوات تعليمية لمهارة الطلوع بالكب الامامي على جهاز العقلة وهي:⁽¹⁾

- 1- تعلق - ثني الذراعين وقذف القدمين اماما عاليا للوصول بالمرجحة اسفل البار الى مستوى افقي للقدمين مع البار اثناء المرجحة اماما وخلفا.
- 2- ايقاف المرجحة خلفا بعمل ثني في مفصلي الفخذين.
- 3- نفس التمرين السابق وايقاف المرجحة اماما بفرد مفصلي الفخذين والوصول بالجسم الى وضع مقوس (البطن) اول نقطة متقدمة في الجسم.
- 4- ثني مفصلي الفخذين في نهاية المرجحة اماما بعد ايقافها ولمس البار بمشطي القدمين .
- 5- نفس التمرين السابق وبعد ملامسة مشطي القدمين للبار فرد مفصلي الفخذين بمرجحة الرجلين بقوة للأسفل.
- 6- نفس التمرين مع اضافة جذب البار باليدين للأسفل واليدين مفرودة لرفع الجسم للأعلى في مستوى اعلى من المستوى الافقي للبار.
- 7- اداء المهارة مترابطة من المرجحة اسفل البار للوصول بمهارة الكب الى وضع الارتكاز الامامي فوق البار.

النواحي الفنية:

- 1- ايقاف مرجحة الرجلين خلفا بعمل زاوية في مفصلي الفخذين.
- 2- ايقاف المرجحة اماما بعمل تقوس بالظهر تمهيدا لثني مفصلي الفخذين عقب ايقاف المرجحة وفي نهايتها للأمام.
- 3- ثني مفصلي الفخذين بسرعة لتقليل الزاوية المحصورة بين الجذع و الرجلين.
- 4- مرجحة الرجلين بقوة للأسفل عقب ثني مفصلي الفخذين.

¹ عبد المنعم سليمان برهم: موسوعة الجيمناز العصرية، ط1، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، 1995، ص316.

5- جذب البار باليدين للأسفل وتغيير قبضة اليدين للوصول الى وضع الارتكاز الامامي الناتج عن حركة الكب بالرجلين وانتقال اثر السرعة من الرجلين الى الجذع.

6- الرجلين مضمومة الى بعضها.

الايخطاء الشائعة:

1- استمرار مرجحة الرجلين اماما وهذا ناتج عن عدم ايقاف مرجحة الرجلين اماما بعمل تقوس بالظهر.

2- عدم ثني مفصلي الفخذين لينتج عنه عدم ملامسة مشطي القدمين للعارضة.

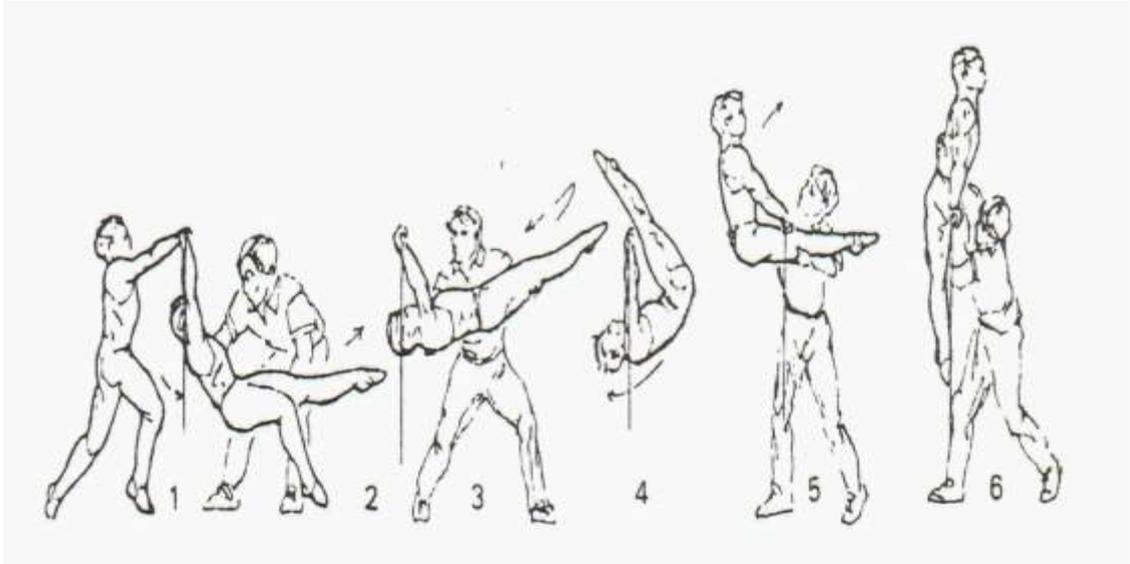
3- عدم جذب العارضة باليدين للأسفل للاستفادة من انتقال اثر السرعة من الرجلين الى الجذع.

4- ثني الذراعين اثناء جذب البار للأسفل مما لا يتيح للجسم الوصول الى وضع الارتكاز.

5- عدم تثبيت الكتفين بعد الوصول لوضع الارتكاز واستمرار مرجحة الرجلين خلفا.

طريقة السند:

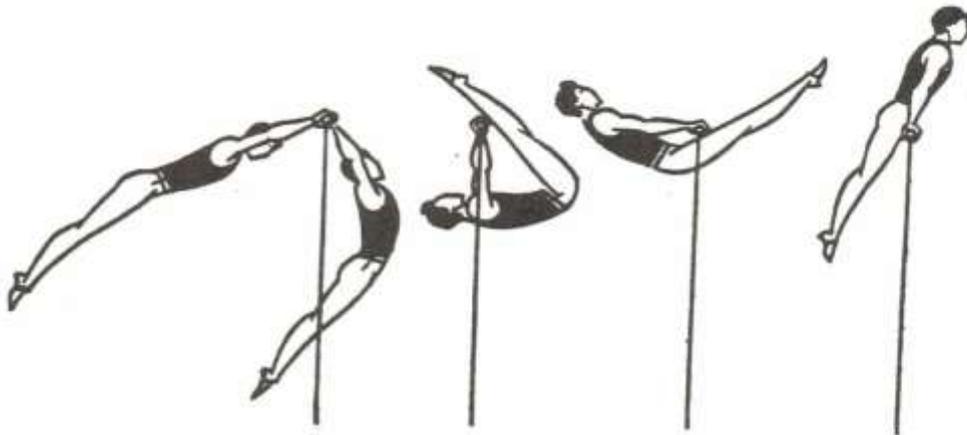
تتم طريقة السند بان يقف الساند على احد جانبي اللاعب بان يضع يده الخارجية على ظهر اللاعب واليد الداخلية على عضلات الفخذ الخلفية اسفل المقعدة للمساعدة في ثني مفصلي الفخذين ودفع اللاعب للأعلى في اتجاه خط سير المهارة عقب الكب لمساعدته على الطلوع والوصول الى وضع الارتكاز الامامي (يمكن السند بشخصين) ومع التقدم بالسند يكتفي بالسند بيد واحدة لرفع اللاعب وتتم طريقة السند على العقلة المنخفضة بنفس الطريقة كما في شكل (15).



شكل (15) يوضح طريقة السند لأداء مهارة الكب على جهاز العقلة

التقدم بالمهارة:

تعتبر هذه المهارة اساس المهارات للوصول الى وضع الارتكاز حيث تعتبر تمهيدا لأداء العديد من المهارات فوق مستوى البار واسفله ويتم التقدم بربطها بغيرها من المهارات كما في شكل (16).



شكل (16) يوضح التقدم بأداء مهارة الكب

2-2 الدراسات السابقة:-

2-2-1 دراسة ابتهاج حسن عبد الامير الطائي⁽¹⁾

(اثر ترمينات خاصة على وفق التفضيلات الحسية في تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الارضية ومنصة القفز بالجمناستك الفني للطلاب)

اهداف الدراسة:

1- بناء مقياس للتفضيلات الحسية لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

2- اعداد ترمينات خاصة على وفق التفضيلات الحسية في تعلم بعض الحركات على بساط الحركات الارضية ومنصة القفز بالجمناستك الفني للطلاب.

3- التعرف على تأثير الترمينات على وفق التفضيلات الحسية في تعلم بعض الحركات على بساط الحركات الارضية ومنصة القفز بالجمناستك الفني للطلاب.

4- التعرف على افضلية تعلم المهارات المبحوثة بين افراد المجموعة التجريبية وافراد المجموعة الضابطة.

اجراءات الرسالة:

استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذات القياس القبلي والبعدي لملائمته طبيعة المشكلة اشتملت عينة البحث على (40) طالبا من المجتمع الكلي (77) طالبا حيث قام الباحث بتقسيم عينة البحث الى مجموعتين الاولى ضابطة والثانية تجريبية.

¹ ابتهاج حسن عبد الامير الطائي: اثر ترمينات خاصة على وفق التفضيلات الحسية في تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الارضية ومنصة القفز بالجمناستك الفني للطلاب، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء، 2016.

وقد توصل الباحث الى اهم الاستنتاجات والتوصيات:

الاستنتاجات:

1- وضع اداة معنية بقياس التفضيلات الحسية لدى طلبة المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

2- تفضيل طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لنمط التعلم الحس - حركي.

3- ان للتمرينات الخاصة على وفق التفضيلات الحسية كان لها الاثر الايجابي في تعلم المهارات المبحوثة (الدحرجة الامامية المتكورة، الدحرجة الخلفية المتكورة، الوقوف على اليدين، العجلة البشرية، القفزة الامامية، القفز فتحا على منصة القفز، القفز ضما على منصة القفز).

4- ان المجموعة التجريبية ذات التفضيل (الحس - حركي) افضل من المجموعة الضابطة في تعلم المهارات المبحوثة (الدحرجة الامامية المتكورة، الدحرجة الخلفية المتكورة، الوقوف على اليدين، العجلة البشرية، القفزة الامامية، القفز فتحا على منصة القفز، القفز ضما على منصة القفز).

التوصيات:

1- اعطاء تمرينات تعليمية حسب تفضيل الطلاب لتعلمهم المهارة الرياضية.

2- التأكيد على استخدام التفضيلات الحسية (بصري، سمعي، حسي) في تعلم الاداء الفني للمهارات الاساسية بالجمناستك مع الطلاب.

2-2-2 دراسة حيدر محمود عبد الله⁽¹⁾

" تأثير اسلوب الاكتشاف الموجه والحاسوب في تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الارضية بالجمناستك الفني للرجال "

اهداف البحث:

- 1- التعرف على تأثير اسلوب الاكتشاف الموجه والاسلوب المتبع من قبل المدرس في تعليم بعض المهارات على بساط الحركات الارضية بالجمناستك الفني للرجال.
- 2- التعرف على تأثير استعمال الحاسوب في تعزيز اداء بعض المهارات على بساط الحركات الارضية.
- 3- التعرف على الفروق بين نتائج اختبارات بعض المهارات على بساط الحركات الارضية (القبليّة والبعديّة) للمجموعتين التجريبية والضابطة.
- 4- التعرف على الفروق بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) في نتائج اختبارات متغيرات البحث.

اجراءات الدراسة:

استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبار القبلي والبعدي، اشتمل مجتمع البحث على طلاب المرحلة الثانية بكلية التربية الرياضية - جامعة بابل للعام الدراسي (2008 - 2009) والبالغ عددهم (60) طالب حيث بلغت النسبة المئوية (33.70)، تم اختيار عينة البحث بالأسلوب العشوائي بواقع (60) طالبا بعد استبعاد الراسبين ولاعبى الجمناستك، وقسم المجتمع الى مجموعتين ضابطة وتجريبية بواقع (30) طالب لكل مجموعة.

¹ حيدر محمود عبد الله: تأثير اسلوب الاكتشاف الموجه والحاسوب في تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الارضية بالجمناستك الفني للرجال، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بابل، 2010م.

وقد توصل الباحث الى الاستنتاجات والتوصيات الاتية:

الاستنتاجات:

- 1- ساهم اسلوب الاكتشاف الموجه والحاسوب بصورة كبيرة على فهم المتعلم الاجزاء التفصيلية لمهارات بساط الحركات الارضية في الجمناستك الفني للرجال.
- 2- ان لاستخدام الحاسوب في العملية التعليمية تأثيرا كبيرا وفعالا في اكتساب تعلم الاداء المهاري لمهارات جهاز الحركات الارضية في الجمناستك نتيجة استقلالية الطالب واعتماده على نفسه في الاكتشاف والتقويم.
- 3- امكانية جهاز الحاسوب في عرض اداء الطالب وتعزيز ادائه اعطت للمتعلم فرصة للتعرف على اخطائه افضل من عدم استخدامه مع الاساليب التي يتبعها المدرس.

التوصيات:

- 1- ضرورة استخدام اساليب الاكتشاف في تعلم مهارات الجمناستك لكونها تؤمن للطالب نجاحه في اكتشاف مبادئ ومفاهيم عملية جديدة وتساعد المدرس على تحقيق الاهداف المرجوة في ترتيب وتنظيم البيئة التعليمية.
- 2- على المدرس مشاركة الطالب والحاسوب في عمليات التغذية الراجعة اثناء تنفيذ الحركة وذلك لتعزيز استجابة الطالب.
- 3- التأكيد على ادخال اسلوب الاكتشاف الموجه واستخدام الحاسوب في العملية التعليمية والتعلمية لفائدتها الكبيرة في تعزيز عملية التعلم لمختلف المراحل العمرية وبكافة التخصصات.

2-2-3 دراسة ظريفة ابو فخر⁽¹⁾

"اثر التعلم الافتراضي في تحصيل مادة طرائق تدريس علم الاجتماع لدى طلبة دبلوم التأهيل التربوي في الجامعة الافتراضية السورية"

اهداف البحث:

- 1- التعرف على اثر التعلم الافتراضي في تحصيل طلبة دبلوم التأهيل التربوي في مادة طرائق تدريس علم الاجتماع وفق متغير الطريقة.
- 2- التعرف على اثر التعلم الافتراضي في تحصيل طلبة دبلوم التأهيل التربوي في مادة طرائق تدريس علم الاجتماع وفق متغير الجنس.

اجراءات الدراسة:

استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبار القبلي والبعدي، اشتمل مجتمع البحث على طلبة دبلوم التأهيل التربوي في الجامعة الافتراضية السورية والبالغ عددهم (1600) طالب وطالبة، وطلبة دبلوم التأهيل التربوي في كلية التربية/ جامعة دمشق والبالغ عددهم (1028) طالب وطالبة للعام الدراسي (2006 - 2007)، وتم اختيار عينة البحث بأسلوب المعاينة العشوائية البسيطة بواقع (60) طالب وطالبة وقد مثل (30) طالب وطالبة من طلبة دبلوم التأهيل التربوي تخصص علم الاجتماع في الجامعة الافتراضية السورية كلية التربية/ جامعة دمشق حيث مثلوا المجموعة التجريبية، ومثل (30) طالب وطالبة يدرسون مادة طرائق تدريس علم الاجتماع في كلية التربية/ جامعة دمشق وهم المجموعة الضابطة.

¹ ظريفة ابو فخر: اثر التعلم الافتراضي في تحصيل مادة طرائق تدريس علم الاجتماع لدى طلبة دبلوم التأهيل التربوي في الجامعة الافتراضية السورية، كلية التربية، جامعة دمشق، سوريا، 2007م.

وقد توصل الباحث الى الاستنتاجات والتوصيات الاتية:

الاستنتاجات:

- 1-الاهتمام بتدريب الطلبة على استخدام تقنيات التعلم الافتراضي (حاسوب، شبكة انترنت،) من خلال اعداد أنشطة تتطلب من الطلبة استخدام البريد الالكتروني والعودة الى صفحات الانترنت.
- 2-الاهتمام بأعداد دورات لتدريب المعلمين في اثناء الخدمة على استخدام تقنيات التعلم الافتراضي في اعداد المناهج وتدريسها.
- 3-التوسع في الاعتماد على التعلم الافتراضي وخصوصا في المرحلة الجامعية.
- 4-ضرورة الاخذ بنظم تقويم حديثة تتماشى مع تطور التعلم الافتراضي التي تنمي القدرة على حل المشكلات بدلا من الحفظ واللقاء.
- 5-اجراء مزيد من البحوث الاكاديمية لتحديد اثر التعلم الافتراضي على متغيرات اخرى مثل اتجاهات الطلبة ومهاراتهم ومستوياتهم الاكاديمية.

التوصيات:

- 1-التاكيد على اجراء البحوث في مجال التعلم الافتراضي في جميع الاختصاصات.
- 2-ضرورة استثمار التعلم الافتراضي في جميع المراحل التعليمية والدراسات العليا والبحوث العلمية.
- 3-انشاء شبكة معلومات محلية تربط بين الجامعات لتبادل الخبرات والمعلومات بين المتخصصين والمهتمين بأعمال البحث العلمي.
- 4-تنويع مصادر المعرفة المرتبطة بالتعلم الافتراضي للوصول الى اكبر عدد ممكن من المتعلمين.
- 5-تنويع التخصصات في التعلم الافتراضي وزيادة عددها.

2-2-4 مناقشة الدراسات السابقة:

بعد اطلاع الباحث على مجموعة من الدراسات السابقة لقربها من موضوع الدراسة الحالية من حيث الاجراءات وبعض المتغيرات والوسائل الاحصائية والمنهجية المستخدمة في البحث، والتي ساهمت في توجيه الباحث في بعض الامور لإنجاز بحثه، اما ما تميزت به الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة فيمكن بالاتي:

1- تتفق الدراسة الحالية مع دراسة (ابتهال حسن عبد الامير الطائي) بأنها استخدمت المنهج التجريبي والعينة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وايضا من حيث بعض الاجهزة مثلا بساط الحركات الارضية ومنصة القفز وكذلك بعض المهارات مثل قفزة الالدين الامامية على بساط الحركات الارضية، كما اختلفت الدراسة من حيث عدد المجاميع استخدم الباحث مجموعتان تجريبيتان وواحدة ضابطة اما الدراسة السابقة استخدمت تجريبية مع ضابطة وايضا في عدد المهارات والاجهزة حيث استخدم الباحث اربعة اجهزة اختار مهارة من كل جهاز اما الدراسة السابقة استخدمت جهازان وخمس مهارات مع ثلاث مهارات وايضا من حيث استخدام الباحث لتكنولوجيا الواقع الافتراضي اما الدراسة السابقة استخدمت التفضيلات الحسية.

2- تتفق الدراسة الحالية مع دراسة (حيدر محمود عبد الله) بأنها استخدمت المنهج التجريبي والعينة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وايضا اتفقت مع هذه الدراسة مع الدراسة الحالية من حيث استخدام بساط الحركات الارضية، كما اختلفت الدراسة من حيث عدد المجاميع استخدم الباحث مجموعتان تجريبيتان وواحدة ضابطة اما الدراسة السابقة استخدمت تجريبية مع ضابطة وايضا في عدد المهارات والاجهزة حيث استخدم الباحث اربعة اجهزة اختار مهارة من كل جهاز اما الدراسة السابقة استخدمت جهاز واحد وثلاث مهارات مختلفة مع المهارات المختارة بالدراسة الحالية وايضا من حيث استخدام الباحث لتكنولوجيا الواقع الافتراضي اما الدراسة السابقة استخدمت اسلوب الاكتشاف الموجه والحاسوب.

3- تتفق الدراسة الحالية مع دراسة (ظريفة ابو فخر) بأنها استخدمت المنهج التجريبي والعينة من طلاب الجامعة وايضا اتفقت من حيث استخدام الواقع الافتراضي، واختلفت الدراسة من حيث الاختصاص حيث تم اجراء الدراسة الحالية على كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة كربلاء اما في الدراسة السابقة كانت على طلبة دبلوم التأهيل التربوي تخصص علم الاجتماع في الجامعة الافتراضية السورية كلية التربية/ جامعة دمشق والطلبة الذين يدرسون مادة طرائق تدريس علم الاجتماع وايضا اختلفت من حيث عدد المجاميع البحثية في الدراسة الحالية استخدم الباحث ثلاث مجاميع واما في الدراسة السابقة تم استخدام مجموعتان وكذلك في الدراسة الحالية تم اختيار الطلاب فقط اما في الدراسة السابقة تم اختيار الطلاب والطالبات ايضا.

الباب الثالث

3- منهجية البحث و اجراءاته الميدانية

3-1- منهج البحث

3-2- مجتمع البحث وعينته

3-3 الوسائل والاجهزة و الادوات المستعملة في البحث

3-3-1 وسائل البحث

3-3-2 الاجهزة و الادوات المستعملة

3-4 اجراءات البحث الميدانية

3-4-1 اجراءات تحديد التحصيل المعرفي

3-4-1-1 تحديد المادة العلمية

3-4-1-2 صياغة الاهداف السلوكية

3-4-1-3 اعداد الخارطة الاختبارية (جدول المواصفات)

3-4-1-4 صياغة اسئلة الاختبار

3-4-1-5 اعداد تعليمات الاختبار

3-4-1-6 استطلاع الاختبار (التجربة الاستطلاعية الاولى)

3-4-1-7 تصحيح الاختبار

8-1-4-3 تطبيق الاختبار على افراد عينة البناء

9-1-4-3 التحليل الاحصائي لأسئلة الاختبار

10-1-4-3 الاسس العلمية للاختبار

1-10-1-4-3 صدق الاختبار

2-10-1-4-3 ثبات الاختبار

2-4-3 اجراءات تحديد المهارات الاساسية بالجمناستك

5-3 التجربة الاستطلاعية الثانية

1-5-3 الاسس العلمية لاستمارات تقييم اداء المهارات

6-3 وضع البرنامج التعليمي للمجموعات التجريبية

7-3 التجربة الاساسية

1-7-3 القياس القبلي

1-1-7-3 تجانس وتكافؤ المجموعات

2-7-3 تطبيق البرامج التعليمية

3-7-3 القياس البعدي

8-3 الوسائل الاحصائية المستخدمة

الباب الثالث

3- منهجية البحث و اجراءاته الميدانية

3-1- منهج البحث:-

هو الطريق الذي يسلكه الباحث لتحقيق اهدافه مستندا على جملة من القواعد و الاسس لعل اهمها معرفة طبيعة المشكلة قيد الدراسة و التي تفرض على الباحث اختيار المنهج المناسب للكشف عن المشكلة المطروحة اذ استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة (المجموعة التجريبية الاولى والمجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة) ذات القياس القبلي و البعدي الذي يتلاءم مع طبيعة مشكلة البحث و تحقيق الاهداف المنشودة.

شكل (17)

يبين التصميم التجريبي لمجاميع البحث

المجموعة	القياس القبلي	المعالجة التجريبية	القياس البعدي
المجموعة التجريبية الاولى الانغماس بالواقع الافتراضي	اختبار التحصيل المعرفي + قياس المهارات	الانغماس او الاحتجاب بالواقع الافتراضي باستخدام نظارة ال (VR)	اختبار التحصيل المعرفي + قياس المهارات
المجموعة التجريبية الثانية نافذة الواقع الافتراضي	اختبار التحصيل المعرفي + قياس المهارات	نافذة الواقع الافتراضي باستخدام الشاشة ثلاثية الابعاد	اختبار التحصيل المعرفي + قياس المهارات
المجموعة الضابطة	اختبار التحصيل المعرفي + قياس المهارات	المنهج المتبع من قبل المدرس	اختبار التحصيل المعرفي + قياس المهارات

3-2- مجتمع البحث وعينته:-

تحدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء للعام الدراسي (2016 - 2017) والبالغ عددهم (76) طالبا مقسمين على ثلاث شعب (A ، B ، C) وتم اختيار عينة استطلاعية بأسلوب المعاينة العشوائية البسيطة بواقع (20) طالب شكلت ما نسبته (26%) من عناصر المجتمع واختيار عينة بناء الاختبار التحصيلي بأسلوب المعاينة العشوائية البسيطة بواقع (50) طالبا شكلت ما نسبته (65,78%) من عناصر المجتمع واختيار العينة الرئيسية للبحث بأسلوب المعاينة العشوائية البسيطة بواقع (45) طالبا شكلت ما نسبته (59.21%) من المجتمع اذ مثل (15) طالب من شعبة (أ) المجموعة التجريبية الاولى مجموعة الانغماس بالواقع الافتراضي باستخدام نظارة الـ (VR) و مثل (15) طالب من شعبة (ب) المجموعة التجريبية الثانية نافذة على العالم الافتراضي باستخدام شاشة ثلاثية الابعاد و مثل (15) طالب من شعبة (ج) المجموعة الضابطة و كما مبين في الجدول(1).

جدول (1)

يبين توزيع مجتمع و عينات البحث

ت	الشعب	حجم المجتمع	عينة البناء	عينة التجربة الاستطلاعية	عينة التجربة الرئيسية	الملاحظات
1	شعبة (أ)	25	17	7	15	هنالك تداخل بين افراد عينة البناء والعينة الاساسية
2	شعبة (ب)	27	17	6	15	هنالك تداخل بين افراد عينة البناء والعينة الاساسية
3	شعبة (ج)	24	16	7	15	هنالك تداخل بين افراد عينة البناء والعينة الاساسية
		76	50	20	45	
المجموع						

3-3 الوسائل والاجهزة و الادوات المستعملة في البحث:

1-3-3 وسائل البحث:

- 1- الملاحظة.
- 2- استمارة الاستبيان.
- 3- المصادر و المراجع العربية.
- 4- استمارات جمع البيانات*.
- 5- استمارة تقويم الاداء**.
- 6- شبكة الانترنت.

2-3-3 الاجهزة و الادوات المستعملة:

- 1- جهاز حاسوب نوع (Dell).
- 2- كامرة فيديو عدد (2) صيني الصنع.
- 3- ساعات توقيت الكترونية نوع (Casio) عدد (2).
- 4- اقلام عدد (38).
- 5- اجهزة جمناستك قانونية.
- 6- قاعة الجمناستك.
- 7- شاشة عرض ثلاثية الابعاد عدد (1).
- 8- نظارات (VR) عدد (15).

* ملحق (4)
** ملحق (6).

3-4 اجراءات البحث الميدانية:

3-4-1 اجراءات تحديد التحصيل المعرفي:

لغرض قياس التحصيل المعرفي لدى طلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية و علوم الرياضة - جامعة كربلاء لمادة الجمناستك الفني تطلب ذلك من الباحث القيام ببناء اختبار تحصيلي للكشف عن الجوانب المعرفية بالجمناستك الفني الذي يمتلكها كل طالب من افراد العينة وفق مراحل و خطوات.

3-4-1-1 تحديد المادة العلمية:

حدد الباحث المادة العلمية التي تدرس في الفصل الدراسي الاول بعد اطلاعه على المقررات الدراسية لمادة الجمناستك لطلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والاستعانة بمجموعة من اساتذة المادة من ذوي الخبرة والاختصاص* للإفادة منهم في هذا المجال و اعتماد (مهارة قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية وقفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز والوقوف على اليدين على جهاز المتوازي والكب على جهاز العقلة والقانون) وهي تمثل اغلب محاور البحث باعتبارها المهارات التي تدرس في الفصل الدراسي الاول والتي تتلاءم مع العينة وكذلك تناول الاخطاء القانونية الشائعة عند تنفيذ المهارات.

3-4-1-2 صياغة الاهداف السلوكية:

يعد الهدف السلوكي نوع من انواع الصياغة اللغوية التي تصف سلوكا معيناً يمكن ملاحظته وقياسه ويتوقع من المتعلم ان يكون قادراً على ادائه في نهاية اي نشاط تعليمي اي بمعنى انه يصف الحاصل التعليمي او السلوك النهائي الذي يمكن تحقيقه من تدريس وحدة تعليمية معينة وقد يكون السلوك حركياً او معرفياً او انفعالياً وتساعد الاهداف السلوكية في تقويم الطالب بشكل محدد او تصبح هذه الاهداف بمثابة المحكات التي يكون في ضوئها الحكم

*أ.د علي عبد الحسن حسين، بايوميكانيك - جمناستك، جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
أ.د ولاء فاضل ابراهيم، طب رياضي - جمناستك، جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
أ.م.د حسين مكي محمود، فلسفة - جمناستك، جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

على اداء الطالب وتجعل الطالب على بينه من مستواه. وقد صاغ الباحث (80) هدفا سلوكيا* اعتمادا على الاهداف العامة ومحتوى المادة الدراسية التي تدرس للمرحلة الثالثة بالجمناستك الفني ضمن الفصل الدراسي الاول (مدة التجربة) موزعة على المستويات الستة من تصنيف بلوم (BLOOM) وهي (المعرفة ، الفهم ، التطبيق ، التحليل ، التركيب ،التقويم) وبواقع (28) هدفا سلوكيا للمعرفة حيث شكلت ما نسبته (35%) من مجموع الاهداف السلوكية و (20) هدفا سلوكيا لمستوى الفهم حيث شكلت ما نسبته (25%) من مجموع الاهداف السلوكية و(12) هدفا سلوكيا لمستوى التطبيق حيث شكلت ما نسبته (15%) من مجموع الاهداف السلوكية و (10) اهداف سلوكية لمستوى التحليل حيث شكلت ما نسبته (12%) من مجموع الاهداف السلوكية و (6) اهداف لمستوى التركيب حيث شكلت ما نسبته (0.08%) من مجموع الاهداف السلوكية و (4) اهداف سلوكية لمستوى التقويم حيث شكلت ما نسبته (0.5%) من مجموع الاهداف السلوكية.

3-4-1-3 اعداد الخارطة الاختبارية (جدول المواصفات):

يعد جدول المواصفات من المتطلبات الرئيسية في اعداد الاختبارات التحصيلية لأنها تضمن توزيع اسئلة الاختبار على المفهومات الاساسية للمادة وعلى الاهداف السلوكية التي يسعى الاختبار لقياسه اهمية كل منهما كما ان لجدول المواصفات فوائد كبيرة اهمها انه يعطي للمادة الدراسية وزنها الحقيقي ويساعد على قياس اهدافها السلوكية⁽¹⁾.

وقد اعد الباحث الخارطة الاختبارية الجدول (3)، لمحتوى المادة الدراسية للجمناستك الفني لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وللمستويات (السته) من تصنيف بلوم (BLOOM) المعرفية.

* ملحق (1).
¹ صباح العجيلي (واخرون): التقويم والقياس في التربية و علم النفس، النجف، دار الضياء للطباعة و النشر، 2002، ص63.

تم تحديد نسبة اهمية المحتوى لكل موضوع في المادة الدراسية والذي يتوقف على عدد ساعات التدريس التي يتطلبها المحتوى الدراسي وبحسب المعادلة الاتية.

$$\text{الاهمية النسبية للمحتوى} = \frac{\text{عدد الساعات الدراسية}}{\text{عدد الساعات الكلية}} \times 100$$

يتم تحديد النسبة المئوية لكل مستوى و بحسب المعادلة الاتية:

$$\text{نسبة اهمية كل محتوى} = \frac{\text{مجموع الاهداف السلوكية للمستوى}}{\text{مجموع الاهداف السلوكية الكلي}} \times 100$$

يتم تحديد عدد الاسئلة الاختبارية لكل محتوى بحسب المعادلة الاتية:

$$\text{عدد الاسئلة لكل محتوى} = \frac{\text{عدد الاسئلة الكلي} \times \text{الاهمية النسبية للمحتوى}}{100}$$

يتم تحديد الاسئلة لكل خلية فيحسب على وفق المعادلة الاتية:

$$\text{عدد الاسئلة لكل خلية} = \frac{\text{عدد الاسئلة لكل محتوى} \times \text{نسبة الهدف السلوكي}}{100}$$

جدول (2)

الخارطة الاختيارية (جدول المواصفات) لتوزيع مفردات الاختبار التحصيلي لمادة

الجمناستك لطلاب المرحلة الثالثة

المجموع	مستويات المعرفة						الاهمية النسبية	عدد الساعات	محتوى المادة الدراسية
	تقويم %5	تركيب %8	تحليل %12	تطبيق %15	فهم %25	معرفة %35			
5	-	-	1	1	1	2	%12	3	قفزة اليدين الامامية على بساط الارضية
5	-	-	1	1	1	2	%12	3	قفزة اليدين الامامية على طاولة القفز
6	-	-	1	1	2	2	%16	4	الوقوف على اليدين على المتوازي
8	1	1	1	1	2	2	%20	5	الكب على العقلة
17	1	2	2	2	4	6	%40	10	القانون
41	2	3	6	6	10	14	%100	25	المجموع

3-4-1-4 صياغة اسئلة الاختبار:

قام الباحث بصياغة (45) سؤال معني بقياس المستويات الستة من تصنيف بلوم (BLOOM) وهي (المعرفة ، الفهم ، التطبيق ، التحليل ، التركيب ، التقويم) من انواع الاختبارات الموضوعية وهي مجموعة من (الاختبار من متعدد) وقد فضل الباحث هذا النوع من الاسئلة الموضوعية؛ لأنها تمتاز بالشمولية واختصار للوقت والجهد كما انها تغطي مساحة كبيرة من محتوى المادة الدراسية وتقلل من اثر التخمين عند الطالب المختبر فضلا عن انها تكون اكثر صدقا وثباتا ، وادراجها في استمارة استبيان* لبيان صلاحيتها في قياس ما وضعت من اجله وبعد جمع الاستمارات و تفرغ بياناتها ومعالجتها احصائيا باستخدام اختبار (كا²) و اظهرت النتائج ان معظم اسئلة الاختبار التحصيلي كانت فيها قيم (كا²) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) و بدرجة حرية (1). هذا يؤكد انها صالحة في قياس المستويات المعرفية والاهداف السلوكية المعنية بقياسها ما عدا سؤالين من الاسئلة وهي (44- 45) كانت قيمة (كا²) المحسوبة اقل من قيمتها الجدولية و عدت اسئلة غير صالحة في قياس ما وضعت من اجل قياسه حسب راي (10) من الخبراء و المختصين* حيث ان السؤال (44) ضمن مهارة قفزة اليدين الامامية على طاولة القفز ويقع في مستوى (التطبيق) ضمن مستويات المعرفة حسب تصنيف بلوم والسؤال (45) ضمن مهارة الكب على جهاز العقلة ويقع في مستوى (الفهم) ضمن مستويات المعرفة حسب تصنيف بلوم والجدول (3) يبين ذلك . وبهذا اصبح عدد الاسئلة الكلي (43).

جدول (3)

يبين اسئلة الاختبار ونسب الموافقين و غير الموافقين و قيم (كا2) المحسوبة و الجدولية و

الدلالة الاحصائية

رقم السؤال	عدد الاسئلة	الموافقين	النسبة المئوية	غير الموافقين	النسبة المئوية	قيمة (كا2)	الدالة الاحصائية
42,5,4,3,2,1	6	10	%100	صفر	صفر	10	معنوي
39,9,8,7,6	5	9	55.55	1	صفر	6.4	معنوي
41,15,14,13,12,11,10	7	10	%100	صفر	صفر	10	معنوي
21,20,19,18,17,16	6	9	66.66	1	صفر	6.4	معنوي
43,40,38,37,36 35,34,33,32,31,30,29,28 27,26,25,24,23,22,	19	10	%100	صفر	صفر	10	معنوي
44,45	2	6	%60	4	%40	0.40	غير معنوي

* القيمة الجدولية ل(كا2) عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) تساوي (3.84)

3-4-1-5 اعداد تعليمات الاختبار :

من اجل ان تكتمل الصورة الاولى للاختبار حتى يتم استطلاعها على مجموعة من طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء قام الباحث بوضع عدة تعليمات تبين لهم طريقة الاجابة والوقت المخصص للإجابة وهي كالآتي:-

- 1- اكتب اسمك وشعبتك في ورقة الاجابة.
- 2- امامك (ثلاثة) اختيارات لكل سؤال، المطلوب اختيار الاجابة الصحيحة.
- 3- الاجابة عن جميع الاسئلة مع ضرورة عدم الاستعانة بزميل.
- 4- وقت الاجابة على الاسئلة (90) دقيقة*.

* بعد نتائج التجربة الاستطلاعية ثبت ان الوقت الملائم للإجابة على الاسئلة يتراوح بين (50 - 90) دقيقة.

3-4-1-6 استطلاع الاختبار (التجربة الاستطلاعية الاولى):-

قام الباحث بتنفيذ التجربة الاستطلاعية الاولى لغرض معرفة وضوح الاسئلة والتعليمات من قبل عينة البحث فضلا عن معرفة الوقت اللازم للإجابة على اسئلة الاختبار والتعرف على الصعوبات التي قد تواجه الباحث استطلع الاختبار في يوم (الاربعاء) المصادف 2016/11/2/ على عينة مكونة من (20) طالب من طلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء تم اختيارهم بطريقة المعاينة العشوائية البسيطة من عناصر المجتمع وقد تبين من خلال التجربة الاستطلاعية ان اسئلة الاختبار وتعليماته كانت واضحة للأفراد المختبرين وان متوسط الوقت المستغرق للإجابة عن الاسئلة كان (60) دقيقة.

3-4-1-7 تصحيح الاختبار:

ان عملية تصحيح الاختبار تتم بوضع درجة مناسبة لكل سؤال حسب اجابة المختبر من خلال مفتاح تصحيح معد لهذا الغرض و الذي هو " الاداة التي يكشف بها الفاحص عن الاجابات التي تدل على وجود النتيجة التي تقاس"⁽¹⁾ حيث تكون الاختبار من (43) سؤال حيث خصص الباحث درجة (واحدة) للسؤال الذي تكون اجابته صحيحة و(صفر) للسؤال الذي تكون اجابته غير صحيحة وجميعها تضمنت الاختيار من متعدد.

3-4-1-8 تطبيق الاختبار على افراد عينة البناء:-

بعد استكمال الاجراءات التي تؤهل القيام بتطبيق اختبار التحصيل المعرفي لمادة الجمناستك المرحلة الثالثة المكون من (43) سؤال على افراد عينة البناء البالغ عددهم (50) طالبا من طلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء و بواقع (17) طالب من شعبة (أ) و (17) طالب من شعبة (ب) و (16) طالب من شعبة (ج) في يوم

¹ صلاح الدين محمود علام: القياس و التقويم التربوي و النفسى (اساسياته و اتجاهاته المعاصرة)، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000، ص61.

(الاحد) الموافق (2016/11/6) وبعد الانتهاء من تطبيق الاختبار قام الباحث بجمع الاستمارات الخاصة بأفراد العينة تمهيدا لتحليل البيانات احصائيا والكشف عن كفاءة الاسئلة من خلال التحليل الاحصائي لكل سؤال.

3-4-1-9 التحليل الاحصائي لأسئلة الاختبار:-

تعتمد جودة الاختبارات على الاسئلة التي تتألف منها فمن الضروري ان تحل كل الاسئلة ويكشف عن كفاءتها وان تبقى الاسئلة التي تتلاءم مع الاسس المنطقية التي بنيت من اجلها⁽¹⁾ وهناك عدة اساليب لتحليل اسئلة الاختبارات التحصيلية منها الكشف عن مستوى سهولة وصعوبة الاسئلة واستخراج معامل تمييز الاسئلة (القدرة التمييزية للأسئلة) "وهو قدرة الاسئلة على تمييز الفروق الفردية بين الطلاب المختبرين"⁽²⁾ وقد استخدم الباحث التحليل الاحصائي لأسئلة الاختبار التحصيلي لمادة الجمناستك لطلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة اسلوب الكشف عن مستوى سهولة وصعوبة اسئلة الاختبار واستخراج معامل تمييز الاسئلة من اجل تحسين الاختبار و معرفة مدى صلاحيته للتطبيق والكشف عن المستويات المعرفية لمحتوى المادة الدراسية ولأجل ذلك قام الباحث بعد تصحيح اجابات طلاب العينة والبالغ عددهم (50) طالبا وترتيب درجاتهم بشكل متسلسل تنازلي من اعلى درجة الى ادنى درجة.

- تم اخذ مجموعتين من الدرجات تمثل الاولى الافراد الذين حصلوا على اعلى الدرجات والثانية تمثل الذين حصلوا على ادنى الدرجات في كل سؤال.
- تم اخذ نسبة (27%) من الدرجات العليا والدنيا وهذه النسبة تمثل افضل نسبة يمكن اخذها لأنها تقدم لنا مجموعتين بأقصى ما يمكن من حجم التمايز اذ بلغ عدد افراد كل مجموعة (14) طالبا. و بعد اتباع الخطوات تم تحليل اسئلة الاختبار عن طريق:-

¹ اخلاص عبد الحميد و مصطفى حسين باهي: طرق البحث العلمي و التحليل الاحصائي في المجالات التربوية و النفسية، ط1، القاهرة، مركز الكتاب و النشر، 2000، ص291.

² احمد محمد الزغبى: علم نفس الفروق الفردية و تطبيقاته التربوية، ط1، دمشق، دار الفكر، 2007، ص190.

اولا:- حساب مستوى سهولة و صعوبة الاسئلة:-

يفيد استخراج معامل سهولة و صعوبة السؤال في ايضاح مدى سهولة او صعوبة السؤال في الاختبار وهو عبارة عن النسبة المئوية من المختبرين الذين اجابوا اجابات خاطئة من الاجابات الكلية على السؤال. وقد حسب الباحث صعوبة و سهولة كل سؤال ووجد انها تتراوح بين (30% - 70%) والجدول (4) يبين ذلك.

ثانيا:- القدرة التمييزية للأسئلة:-

يقصد بمعامل التمييز قدرة السؤال على التمييز بين الفروق الفردية لطلاب المختبرين اي الذين يعرفون الاجابة الصحيحة والذين لا يعرفون الاجابة الصحيحة. وقد حسب الباحث القدرة التمييزية لأسئلة اختبار التحصيل لمادة الجمناستك لطلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء وقد تراوحت قيمة القدرة التمييزية لاسئلة الاختبار التحصيلي ما بين (40% - 65%) اذ كانت نسبة (40%) تمثل القدرة التمييزية للسؤال تسلسل (2) ونسبة (65%) تمثل القدرة التمييزية للسؤال تسلسل (14) و بهذا تعد اسئلة الاختبار التحصيلي ذات قدرة تمييزية جيدة جدا وصالحة للتطبيق وفقا لمحكات ايبيل والذي يشير الى ان الاسئلة التي تكون قدرتها التمييزية (40%) فاكثر تتميز بقدرة تمييزية جيدة جدا والجدول (4) يبين ذلك

جدول (4)

يبين قيم معاملات الصعوبة والسهولة والقدرة التمييزية لأسئلة الاختبار التحصيلي

تقويم الفقرة	القدرة التمييزية	معامل السهولة	معامل الصعوبة	ت
تصلح	0.45	0.35	0.65	1
تصلح	0.42	0.43	0.57	2
تصلح	0.54	0.41	0.59	3
تصلح	0.48	0.35	0.65	4
تصلح	0.40	0.45	0.55	5
تصلح	0.47	0.41	0.59	6
تصلح	0.55	0.40	0.60	7
تصلح	0.59	0.41	0.59	8
تصلح	0.51	0.47	0.53	9
تصلح	0.46	0.42	0.58	10
تصلح	0.43	0.40	0.60	11
تصلح	0.50	0.27	0.73	12
تصلح	0.44	0.45	0.55	13
تصلح	0.65	0.43	0.57	14
تصلح	0.59	0.44	0.56	15
تصلح	0.42	0.51	0.49	16
تصلح	0.56	0.35	0.65	17
تصلح	0.60	0.45	0.55	18
تصلح	0.40	0.46	0.54	19
تصلح	0.49	0.30	0.70	20
تصلح	0.51	0.48	0.52	21
تصلح	0.56	0.49	0.51	22
تصلح	0.60	0.39	0.61	23
تصلح	0.47	0.47	0.53	24
تصلح	0.58	0.42	0.58	25
تصلح	0.52	0.31	0.69	26
تصلح	0.47	0.35	0.65	27
تصلح	0.56	0.39	0.61	28
تصلح	0.50	0.37	0.63	29
تصلح	0.54	0.33	0.67	30
تصلح	0.49	0.31	0.69	31
تصلح	0.65	0.48	0.52	32
تصلح	0.52	0.47	0.53	33
تصلح	0.48	0.26	0.74	34
تصلح	0.55	0.45	0.55	35
تصلح	0.60	0.35	0.65	36
تصلح	0.56	0.40	0.60	37
تصلح	0.51	0.30	0.70	38

تصلح	0.58	0.36	0.64	39
تصلح	0.53	0.31	0.69	40
تصلح	0.48	0.52	0.48	41
تصلح	0.55	0.48	0.52	42
تصلح	0.57	0.45	0.55	43

ثالثاً: علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للاختبار (الاتساق الداخلي):-

وهي علاقة ارتباط درجة كل سؤال مع الدرجة الكلية للاختبار و الهدف من هذا الاجراء معرفة ما اذا كانت الاجابات في مجملها بالنسبة للأسئلة بعينها متسقة بطريقة معقولة مع اتجاهات السلوك المعني بالقياس⁽¹⁾ وان استخدام هذا الاسلوب يقدم اختبارا متجانسا في اسئلته اي ان لكل سؤال في الاختبار يسير بنفس اتجاه الاختبار وهو من الوسائل الدقيقة في استخراج الاتساق الداخلي لمواقف الاختبار⁽²⁾ وقد تم استخراج معامل الاتساق الداخلي هذا باستخدام معامل ارتباط (بيرسون) بين درجات افراد العينة على كل سؤال و بين درجاتهم الكلية على الاختبار لاستخراج العلاقة الارتباطية ثم الاعتماد على بيانات عينة البناء والجدول (5) الذي يبين نتائج معامل الارتباط و التي تراوحت بين (0.30 - 0.71) ولمعرفة دلالتها الاحصائية قورنت مع قيم معامل الارتباط الجدولية البالغة (0.273) وفي ضوء هذا المعيار كانت جميع الفقرات دالة عند درجة حرية (48) وبمستوى دلالة (0.05).

¹ احمد محمد عبد الخالق: استخبارات الشخصية، ط2، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية، 1993، ص195.
² عبد الرحمن محمد عيسوي: القياس و التجريب في علم النفس التربوي، القاهرة، دار النهضة العربية، 1974 ، ص51.

الجدول (5)

يبين معامل ارتباط الاسئلة بالدرجة الكلية للاختبار

معامل الارتباط	ت السؤال	معامل الارتباط	ت السؤال
0.305	23	0.350	1
0.461	24	0.528	2
0.502	25	0.509	3
0.714	26	0.611	4
0.317	27	0.434	5
0.376	28	0.305	6
0.448	29	0.662	7
0.475	30	0.570	8
0.490	31	0.514	9
0.411	32	0.506	10
0.544	33	0.691	11
0.375	34	0.312	12
0.623	35	0.385	13
0.401	36	0.384	14
0.657	37	0.470	15
0.692	38	0.651	16
0.614	39	0.411	17
0.488	40	0.592	18
0.515	41	0.499	19
0.643	42	0.381	20
0.435	43	0.390	21
		0.333	22

قيمة معامل الارتباط الجدولية (0.273) عند درجة حرية (48) و تحت مستوى دلالة (0.05).

3-4-1-10 الاسس العلمية للاختبار:-

يعد الصدق والثبات من اهم الخصائص القياسية التي يجب توافرها في الاختبار التحصيلي ومهما كان الغرض من استخدامه وعليه يجب التحقق من هذه الخصائص و الشروط من اجل ضمان جودة صلاحية الاختبار المستخدم بالقياس والتقويم.

3-4-1-10-1 صدق الاختبار:-

يشير صدق الاختبار الى الصحة او صلاحية الى ان الاختبار يقيس بالفعل الوظيفة المخصص لقياسها دون ان يقيس وظيفة اخرى الى جانبها⁽¹⁾ وقد تحقق الباحث من صدق الاختبار التحصيلي لمحتوى مادة الجمناستك من خلال مؤشر صدق المحتوى عندما عرضت اسئلة الاختبار على مجموعة من الخبراء والمختصين* لإقرار صلاحية الاسئلة في قياس ما وضعت لأجله ومن خلال التحليل الاحصائي لأسئلة الاختبار تم التحقق من صدق البناء باستخدام اسلوب حساب معاملي مستوى سهولة وصعوبة الاختبار فضلا عن حساب القدرة التمييزية لأسئلة الاختبار والذي يعد من اكثر انواع الصدق شيوعا في مجال البحوث التربوية والرياضية.

3-4-1-10-2 ثبات الاختبار:-

يعد مفهوم الثبات من المفاهيم الاساسية في الاختبارات التحصيلية والنفسية و يجب توافرها في الاختبارات لكي تكون صالحة للاستخدام ولتحقق من ثبات الاختبار التحصيلي لمادة الجمناستك لطلاب المرحلة الثالثة جامعة كربلاء استخدم الباحث طريقتي التجزئة النصفية وطريقة كيودر - ريتشاردسون⁽²⁾.

اولا: طريقة التجزئة النصفية:-

قد يكون من الصعب على الباحث ان يطبق اختبارين متكافئين على الافراد المختبرين او قد يتعذر عليه فحص المختبرين مرتين بالاختبار نفسه تحت نفس العوامل والظروف لذلك لجأ الباحث الى استعمال طريقة الانصاف وفي هذه الطريقة يعطي الاختبار كاملا ثم يقسم عند التصحيح الى قسمين متساويين بحيث يتحقق تساوي كل المتوسطات والانحرافات المعيارية في كلا النصفين وعادة يحتوي القسم الاول على الاسئلة ذات الارقام الفردية و القسم الثاني على

¹ صلاح الدين محمود علام: الاختبارات و المقياس التربوية و النفسية، ط1، عمان، دار الفكر ناشرون و موزعون، 2006، ص28.

* ملحق (9).

² صلاح الدين محمود علام: نفس المصدر السابق، ص29.

الاسئلة ذات الارقام الزوجية وتجمع درجات كل قسم على حده فتصبح لنا درجتان لكل مختبر وقد اعتمد الباحث طريقة الارقام الفردية والزوجية في تقسيم اسئلة الاختبار التحصيلي ال(40) سؤال الى نصفين ضم النصف الاول الاسئلة الفردية وكان عددها (20) سؤال وضم النصف الثاني الاسئلة الزوجية و كان عددها (20) سؤال وبعد التأكد من تجانس النصفين باستخدام اختبار (f) من خلال استخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والتباين لكل قسم اذ بلغت قيمة (f) المحسوبة (1.09) و عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (1.59) عند درجة حرية (49 - 49) مما يؤكد عشوائية الفروق بين نصفي الاختبار وانهما متجانسين بنسبة جيدة وجرى بعد ذلك حساب معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين انصاف الاختبار والتي اظهرت ان قيمة معامل ارتباط نصفي الاختبار قد بلغت (0.894) وبما ان هذه القيمة تمثل ثبات نصف الاختبار لذلك سعى الباحث لاستخدام معادلة (سبيرمان - براون) للتعديل واستخراج قيمة ثبات الاختبار كاملا بعد تطبيق معادلة التصحيح و الحصول على درجة ثبات الاختبار التحصيلي وقد بلغت (0.944) مما يؤكد تمتع الاختبار بدرجة ثبات عالية وموثوق بها.

ثانيا: طريقة كيودر - ريتشاردسون:-

استخدم الباحث طريقة (كيودر - ريتشاردسون) لايجاد ثبات الاختبار التحصيلي وهي طريقة تستخدم عندما تكون بدائل الاجابة على الاختبارات ثنائية كما تتطلب معرفة نسبة الاجابات الصحيحة على كل سؤال من اسئلة الاختبار بمعنى ان معادلة (كيودر - ريتشاردسون) "تطلب معلومات عن صعوبة كل سؤال في الاختبار وهي بهذا تصلح مع الاختبارات التحصيلية بحيث تكون اجابة الطالب عن السؤال اما صحيحة او غير صحيحة وبالتالي نأخذ التباين عن كل سؤال"⁽¹⁾ وقد بلغ معامل ثبات الاختبار التحصيلي لمادة الجمناستك لطلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية و علوم الرياضة جامعة كربلاء عند استخدام معادلة (كيودر - ريتشاردسون) (0.913) وهو معامل ثبات عال و موثوق به.

¹ صلاح الدين محمود علام: مصدر سبق ذكره، ص31.

ثالثاً: الخطأ المعياري للاختبار:-

الخطأ المعياري هو تقدير كمي لهذه الأخطاء والذي يتم الحصول عليه عادة من الثبات اذ ان هناك علاقة عكسية بين الثبات والخطأ المعياري⁽¹⁾ وهذا يعني كلما زاد الثبات قل الخطأ المعياري اذ بلغت قيمة الخطأ المعياري للاختبار لثبات التجزئة النصفية (1.39) وقيمة الثبات كانت (0.94) بينما بلغت قيمة الخطأ المعياري لثبات معادلة (كيودر - ريتشاردسون) (1.73) وقيمة الثبات كانت (0.91) وهما معاملان للثبات عاليان و موثوق بهما.

3-4-2 اجراءات تحديد المهارات الاساسية بالجمناستك:-

بعد ان قام الباحث باعتماد بعض المهارات الاساسية بالجمناستك الفني والتي تم تدريسها ضمن المقررات الدراسية لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء للعام الدراسي (2016 - 2017) وهي:

- قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية.
- قفزة اليدين الامامية على طاولة القفز.
- الوقوف على اليدين بجهاز المتوازي.
- مهارة الكب على جهاز العقلة.

بعدها قام الباحث بتصميم استمارة* تقييم اداء تتضمن اعطاء درجة لكل جزء من اجزاء المهارة (التحضيرية، الرئيسي، الختامي) وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين* في رياضة الجمناستك لبيان صلاحيتها في قياس وتحديد المهارات الاساسية المعنية بالدراسة والبحث، وبعد جمع الاستمارات وتفرغ البيانات وتحليل اراء الخبراء اظهرت النتائج ان هناك اتفاق تام حول صلاحية الاستمارة وبنسبة (100%) بعد اجراء بعض التعديلات الطفيفة عليها، وبعدها

¹ سامي محمد ملحم: القياس و التقويم في التربية وعلم النفس، ط1، عمان، دار المسيرة للنشر و التوزيع، 2005، ص208.

* ملحق (5).

** ملحق (7).

تم الاستعانة والاعتماد على تقييم محكمين* لأداء كل طالب عند أداء المهارات على اجهزة الجمناستيك الفني والمعنية بالدراسة والبحث.

3-5 التجربة الاستطلاعية الثانية:-

تعد التجربة الاستطلاعية واحدة من اهم الاجراءات الضرورية التي يقوم بها الباحث قبل قيامه بتجربته النهائية بهدف اختبار اساليب البحث وادواته وتأشير متطلبات العمل الدقيق والصحيح الخالي من الصعوبات حيث تعد التجربة الاستطلاعية "تدريب عملي للباحث للوقوف بنفسه على السلبيات والايجابيات التي تقابله اثناء اجراء الاختبارات لتفاديها مستقبلا"⁽¹⁾ قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية على عينة من الطلاب في كلية التربية البدنية و علوم الرياضة جامعة كربلاء و البالغ عددهم (20) طالبا في يوم (الثلاثاء) الموافق (8 / 11/ 2016) وكان الهدف منها:

- 1- التأكد من ملائمة الاجهزة و المهارات للعينة.
- 2- التعرف على الوقت الذي يستغرقه كل طالب في تأدية المهارات.
- 3- كفاءة فريق العمل المساعد.
- 4- معرفة الصعوبات التي قد تواجه الباحث لتلافيها مستقبلا.
- 5- معرفة الاسس العلمية المتمثلة (بالصدق و الثبات) لاستمارات تقييم أداء المهارات.

* ملحق (8).
¹ قاسم المندلاوي و اخرون: الاختبارات و القياس و التقويم في التربية الرياضية، بغداد، دار الحكمة، 1989، ص 107.

3-5-1 الاسس العلمية لاستمارات تقييم اداء المهارات:-

اولا:- صدق الاستمارات:-

تعد درجة الصدق هي العامل الاكثر اهمية لجودة الاختبارات والمقاييس⁽¹⁾ وقد كسبت استمارات تقييم اداء المهارات لطلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة احد انواع الصدق وهو صدق المحتوى والذي يعد من اكثر انواع الصدق شيوعا و استخداما في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة عندما قام الباحث بعرض استمارات تقييم اداء المهارات على مجموعة من الخبراء والمختصين لبيان صلاحيتها في تحديد درجة كل طالب في اداء المهارات المعنية بالدراسة والبحث.

ثانيا: ثبات الاستمارات:-

لثبات اهمية خاصة في اختيار واستخدام اي اختبار لغرض معين اذ يشير الى "قدر الثقة التي يمكننا ان نضعه في نتائج اختباراتنا"⁽²⁾ وقد قام الباحث باستخراج معامل ثبات المصححين والذي يعد احد المصادر الرئيسية لتباين الخطأ في الدرجة على الاختبار في المقاييس التي تعتمد على تقييم المصحح وليس على مفتاح التصحيح عندما تم اعتماد تقييم اداء طلاب العينة الاستطلاعية ل(20) طالب من خلال تقييم ثلاثة محكمين* لأداء المهارات من قبل الطلاب بعدها سعى الباحث الى استخراج معامل ارتباط (بيرسون) بين تقديرات الحكم الاول وتقديرات الحكم الثاني وكذلك تقديرات الاول والثالث وتقديرات الحكم الثاني والثالث وكما مبين في الجدول (6)

¹ محمد حسن علاوي و عمر نور الدين: القياس في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي، ط2، القاهرة، دار القلم، 2000، ص254.

² محمد احمد عمر (و اخرون): القياس النفسي و التربوي، ط1، عمان، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة، 2010، ص215. * أ.م.د. ولاء فاضل ابراهيم، أ.م.د. حسين مكي، م.د. عبير علي حسين.

جدول (6)

يبين قيم معامل ارتباط بيرسون (معامل ثبات التصحيح)

لاستمارة اداء المهارات بالجمناستك

ت	المهارات	قيم ارتباط الحكم الاول و الثاني	قيم ارتباط الحكم الاول و الثالث	قيم ارتباط الحكم الثاني و الثالث
1	مهارة قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية	0.932	0.906	0.908
2	مهارة قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز	0.894	0.903	0.878
3	مهارة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي	0.912	0.889	0.924
4	مهارة الكب على جهاز العقلة	0.898	0.906	0.907

3-6 وضع الوحدات التعليمية للمجموعات التجريبية:

قام الباحث بمسح المصادر والمراجع العلمية والدراسات السابقة باعداد وحدات تعليمية لكل مجموعة تجريبية (مجموعة نافذة الواقع الافتراضي من خلال شاشة ثلاثية الابعاد) ومجموعة (الانغماس بالواقع الافتراضي من خلال استخدام كامرة VR).

اولا:- تضمنت نماذج تدريبات مجموعة مستخدمي الشاشة ثلاثية الابعاد والتي شملت مهارات الجمناستك الفني المطبقة بالدراسة والبحث وقد راعى الباحث في اختياره للتمرينات ان تتفق مع اهداف البحث وان تتناسب في محتواها مع خصائص العينة وان يراعى فيها التشويق والاثارة وان تتناسب مع الامكانيات ومراعات عوامل الامن والسلامة كما تم تحديد معايير التدريب والتعلم وفقا لكل من (المسافة، الزمن، التكرار) اولا وقد تضمنت الوحدات التعليمية لهذه المجموعة (مجموعة مستخدمي الشاشة ثلاثية الابعاد) في القسم التعليمي البالغ زمنه (25) دقيقة عدت نقاط منها مراعاة النواحي الفنية الخاصة بكل مهارة فضلا عن شرح المعلومات العامة عن كل مهارة وشروط ادائها بالشكل الصحيح والتذكير بمراحل اداء المهارات وجميع الخطوات التعليمية تتم من خلال استخدام شاشة العرض الثلاثية الابعاد ومن ثم يقوم الطلبة

بتطبيقها عمليا ضمن النشاط التطبيقي بزمان قدره (45) دقيقة وفق عدة مراحل وخطوات اهمها اداء المهارات بمساعدة الزميل والتركيز على الثبات والاتزان ومن ثم اداء المهارات مع الاخذ بنظر الاعتبار القواعد القانونية للأداء مع تصحيح الاخطاء.

ثانياً:- تضمنت تدريبات مجموعة الانغماس بالواقع الافتراضي من خلال استخدام نظارة الـ (VR) في القسم التعليمي البالغ زمنه (25) دقيقة بشرح المعلومات العامة عن المهارات الاساسية بالجمناستك الفني وشروط ادائها بالشكل الصحيح باستخدام نظارة الـ (VR) فضلا عن التذكير بمراحل اداء كل مهارة من خلال مشاهدة المراحل بمقاطع فيديو ويتم مشاهدتها من قبل الطلبة ومشاهدة اداء كل مهارة كاملةً عن طريق استخدام (النظارة VR) ومن ثم يقوم الطالب بتطبيقها عمليا ضمن النشاط التطبيقي بزمان قدره (45) دقيقة وفقا لعدة مراحل وخطوات منها اداء المهارات بمساعدة الزميل والتركيز على اداء المهارات والثبات والاتزان ومن ثم اداء المهارات مع الاخذ بنظر الاعتبار القواعد القانونية للأداء الصحيح وتصحيح الاخطاء.

وبناءً على ذلك تتطلب اجراء تنفيذ الوحدات التعليمية لكل مجموعة تجريبية (12) اسبوع بواقع (وحدة تعليمية اسبوعية) وبهذا يكون عدد الوحدات التعليمية (12) وحدة تعليمية وقد تم تقسيم الوحدات التعليمية الى ثلاثة اقسام وهي:-

1- القسم الاعدادي:- الغرض منه اعداد وتهيئة الجسم والاجهزة الوظيفية ويحتوي على مجموعة من تمارين الاحماء العام من خلال اداء حركات اثناء السير و ثم الهرولة وحركة اجزاء الجسم وتمارين الاحماء الخاص وتتضمن تمارين بدنية متخصصة برياضة الجمناستك تعنى بتهيئة اجزاء الجسم الذي يقع عليها اداء المهارات الاساسية بالجمناستك.

2- القسم الرئيسي:- ويتم شرح المعلومات الخاصة بكل مهارة ضمن النشاط التعليمي وبعدها يتم التطبيق العملي للمهارات بصورة بطيئة وبحركة سريعة وكاملة والتدرج من الحركات البسيطة الى الحركات الصعبة والمركبة.

3- القسم الختامي:- وفيه تمارين استرخاء وتهدئة الجسم مع استخدام بعض الحركات البسيطة التي تبدأ بالمشي ثم حركات الاكتاف والرأس والاطراف العليا والسفلى.

3-7 التجربة الاساسية:-

بعد استكمال اجراءات بناء اختبار التحصيل المعرفي لمادة الجمناستك الفني لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء للعام الدراسي (2016-2017) وفقا لعدة مراحل وخطوات علمية والمتضمن (40) سؤال توزعت على المستويات المعرفية وفقا لتصنيف بلوم ومحتوى المادة الدراسية لطلبة المرحلة الثالثة فضلا عن استكمال تصميم استمارة تقييم اداء بعض المهارات الاساسية بالجمناستك الفني وفقا لعدة مراحل وخطوات علمية، بعدها قام الباحث بتطبيقها على افراد عينة البحث الاساسية البالغ عددهم (45) طالبا والذين يمثلون طلاب (شعبة A، شعبة B، شعبة C) وقد قسموا الى ثلاث مجموعات (مجموعة تجريبية اولى سميت مجموعة الانغماس بالواقع الافتراضي باستخدام نظارة VR) و (مجموعة تجريبية ثانية سميت مجموعة نافذة الواقع الافتراضي باستخدام الشاشة ثلاثية الابعاد) و (مجموعة ضابطة) وضمت كل مجموعة (15) طالبا.

3-7-1 القياس القبلي

باشر الباحث بتنفيذ الاختبار التحصيلي وتقييم اداء الطلبة في اداء المهارات المعنية بالدراسة والبحث على افراد المجموعات الثلاثة في يوم (الاربعاء) الموافق/23/11/2016/ والحصول على البيانات وتدوينها ضمن استمارات خاصة تمهيدا لمعالجتها احصائياً .

3-7-1-1 تجانس وتكافؤ المجموعات

لغرض التأكد من تجانس افراد عينة البحث وتكافؤ المجموعات فيما بينها عند كل المتغيرات المبحوثة وبعض متغيرات النمو اعتمد الباحث على بيانات القياس القبلي وقام باستخراج مؤشرات الاحصاء الوصفي المتمثلة بـقيم (الوسط الحسابي، الوسيط، الانحراف المعياري، الخطأ المعياري، ومعامل الالتواء، واكبر قيمة، اقل قيمة، قيم F لتحليل التباين الاحادي) وكما مبين في الجدولان (7، 8).

جدول (7)

يبين الاحصائيات الوصفية للمتغيرات لإيجاد التجانس

المجموعة الضابطة					مجموعة نافذة الواقع الافتراضي					مجموعة الانغماس بالواقع الافتراضي					العينة	المتغيرات
معامل الالتواء	الوسيط	خطأ معياري	انحراف معياري	وسط حسابي	معامل الالتواء	الوسيط	خطأ معياري	انحراف معياري	وسط حسابي	معامل الالتواء	الوسيط	خطأ معياري	انحراف معياري	وسط حسابي		
0.47	22.00	0.38	1.48	22.06	-0.49	22.00	0.33	1.29	22.33	0.14	22.00	0.40	1.55	22.13	15	العمر
0.18	66.00	0.74	2.89	66.33	-0.18	67.00	1.00	3.88	66.53	-0.05	67.00	0.87	3.39	66.73	15	الكتلة
0.37	169.00	0.52	2.01	170.06	0.55	169.00	0.62	2.40	170.06	0.75	169.00	0.67	2.60	170.06	15	الطول
0.73	13	0.69	2.69	13.66	0.384	13	0.92	3.57	13.06	0.53	13	0.80	3.11	13.46	15	التحصيل المعرفي
-0.43	3.00	0.18	0.70	3.26	0.35	3.00	0.23	0.91	3.13	-0.55	3.00	0.20	0.79	3.26	15	قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية
-0.43	3.00	0.18	0.70	3.26	-0.09	3.00	0.18	0.70	3.06	0.22	3.00	0.19	0.74	2.86	15	قفز اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز
-0.31	3.00	0.15	0.61	3.33	0.28	3.00	0.13	0.51	3.13	-0.22	3.00	0.19	0.74	3.13	15	الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي
-0.43	3.00	0.24	0.96	3.20	-0.10	3.00	0.16	0.63	3.13	-0.74	4.00	0.21	0.81	3.33	15	الكب على جهاز العقلة

جدول (8)

يبين قيم تحليل التباين الاحادي F لإيجاد التكافؤ بين المجموعات

مستوى الدلالة	قيم F المحسوبة	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	المتغيرات
0.87	0.13	0.28	2	0.57	بين المجموعات	العمر
		2.09	42	88.00	داخل المجموعات	
0.95	0.05	0.60	2	1.20	بين المجموعات	الكتلة
		11.66	42	490.00	داخل المجموعات	
1.00	0.00	0.00	2	0.00	بين المجموعات	الطول
		5.54	42	232.80	داخل المجموعات	
0.86	0.14	1.4	2	2.8	بين المجموعات	التحصيل المعرفي
		9.90	42	416	داخل المجموعة	
0.87	0.13	0.08	2	0.17	بين المجموعات	قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية
		0.65	42	27.60	داخل المجموعات	
0.32	1.16	0.60	2	1.20	بين المجموعات	قفزة اليدين الامامية على جهاز طاوله القفز
		0.51	42	21.60	داخل المجموعات	
0.61	0.50	0.20	2	0.40	بين المجموعات	الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي
		0.40	42	16.80	داخل المجموعات	
0.79	0.23	0.15	2	0.31	بين المجموعات	الكب على جهاز العقلة
		0.66	42	28.00	داخل المجموعات	

من خلال الجدول (7) تبين ان افراد المجموعات المبحوثة (الانغماس، الشاشة، الضابطة) كانوا متجانسين وعند جميع المتغيرات المعنية بالدراسة والبحث وكذلك بعض متغيرات النمو لان قيم معامل الالتواء والخطأ المعياري جميعها (صفريه) وهذا مؤشر يدل على ان توزيع درجات افراد المجموعات توزيعا اعتداليا وقريب من التوزيع الطبيعي.

كما تبين ايضا من الجدول (8) ان افراد المجموعات كانوا متكافئين عن جميع المتغيرات لان قيم تحليل التباين الاحادي (F) المحسوبة وعند جميع المتغيرات كانت اقل من قيمتها الجدولية البالغة (3.23) عند درجتى حرية (2 - 42) ومستوى الدلالة (0.05) وهذا يؤكد عشوائية الفروق بين الاوساط الحسابية.

3-7-2 تطبيق الوحدات التعليمية:-

قام الباحث بتطبيق الوحدات التعليمية على افراد مجموعتي البحث التجريبتين (التجريبية الاولى والتجريبية الثانية) في حين ابقى افراد المجموعة الضابطة ضمن المنهج المتبع من قبل مدرس المادة حيث تم تنفيذ اول وحدة تعليمية يوم (الخميس) المصادف /2016/11/24/ وتنفيذ اخر وحدة تعليمية يوم (الخميس) المصادف /2017/2/9/ وقد تضمنت الوحدات التعليمية التمرينات المناسبة لتعليم مهارات (قفزة الالدين الامامية على بساط الحركات الارضية، قفزة الالدين الامامية على جهاز طاولة القفز، مهارة الوقوف على الالدين على جهاز المتوازي، مهارة الكب على جهاز العقلة، والقواعد القانونية) لكل مهارة وبما ينسجم مع امكانيات الطلبة وقد حرص الباحث على ان لا يكون هناك اي اختلاف بين افراد المجموعات الثلاثة في جميع اجزاء الوحدات التعليمية ما عدا الجزء الخاص بالنشاط التعليمي وضمن النشاط التطبيقي.

3-7-3 القياس البعدي:-

بعد استكمال تنفيذ البرامج التعليمية المتضمنة (12) وحدة تعليمية على افراد المجموعتين التجريبتين قام الباحث بإجراء القياس البعدي على افراد المجموعات الثلاثة وبنفس الشروط ومواصفات القياس القبلي في يوم (الاثنين) المصادف /2017/2/20/ والحصول على البيانات وتدوينها ضمن استمارات خاصة تمهيدا لمعالجتها احصائيا.

3-8 الوسائل الاحصائية المستخدمة:-

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (SPSS) للعلوم الاجتماعية لمعالجة البيانات في المواضيع التالية:

- 1- الوسط الحسابي.
- 2- الانحراف المعياري.
- 3- الوسيط.
- 4- معامل الالتواء.
- 5- الخطأ المعياري.
- 6- ارتباط بيرسون.
- 7- اختبار (كا²).
- 8- اختبار T للعينات المترابطة.
- 9- معادلة كيودر ريتشاردسون.
- 10- معادلة القدرة التمييزية للأسئلة.
- 11- معادلة السهولة والصعوبة للأسئلة.
- 12- اختبار تحليل التباين الاحادي (F).
- 13- المقارنة الطرفية الحد الاصغر للفروق LSD.

الباب الرابع

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4-1 عرض النتائج لمجاميع البحث وتحليلها ومناقشتها

4-1-1 عرض نتائج فرق القياسات القبليّة والبعدية لأفراد المجموعة الضابطة للمهارات المبحوثة وتحليلها ومناقشتها

4-1-2 عرض نتائج فرق القياسات القبليّة والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية الأولى (مجموعة الانغماس بالواقع الافتراضي) للمهارات المبحوثة وتحليلها ومناقشتها

4-1-3 عرض نتائج فرق القياسات القبليّة والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية الثانية (مجموعة نافذة على العالم الافتراضي) للمهارات المبحوثة وتحليلها ومناقشتها

4-2 عرض نتائج القياسات البعدية بين مجاميع البحث وتحليلها

الباب الرابع

4- النتائج عرضها وتحليلها ومناقشتها

4-1 عرض النتائج لمجاميع البحث وتحليلها ومناقشتها

بعد إتمام إجراءات البحث المتضمنة الخطوات الخاصة بتنفيذ جميع الاختبارات (القبلية والبعديّة) تمكن الباحث من الحصول على الدرجات الخام للاختبارات.

لغرض تحقيق هدف الدراسة الثاني المتضمن التعرف على اثر استخدام بيئات تكنولوجيا الواقع الافتراضي في تحسين مستوى الاداء لبعض المهارات على اجهزة الجمناستك لدى طلاب كلية التربية البدنية و علوم الرياضة، سعى الباحث الى دراسة فرق القياسات القبلية والبعديّة لأفراد مجاميع البحث التجريبيتان والضابطة.

4-1-1 عرض نتائج فرق القياسات القبلية والبعديّة لأفراد المجموعة الضابطة للمهارات المبحوثة وتحليلها ومناقشتها:

لكي يتمكن الباحث من التعرف على الفرق في القياس القبلي والبعدي لدى افراد المجموعة الضابطة سعى الباحث الى معالجة بيانات القياسين احصائيا واستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للبيانات عند كل المتغيرات المبحوثة (التحصيل المعرفي، قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية، قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز، الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي، الكب على جهاز العقلة) بعدها قام باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة والمتساوية بالعدد كوسيلة احصائية لتحقيق هذا الغرض والاستدلال عن معنوية الفروق بين القياسين (القبلي والبعدي) وكما مبين في جدول (9).

الجدول (9)

يبين الفرق بين القياسات القبلية والبعدية لأفراد المجموعة الضابطة للمهارات المبحوثة

المتغيرات	العينة	قبلي			بعدي			فرق الايوساط	قيم T	الدلالة الاحصائية
		وسط حسابي	انحراف معياري	خطأ معياري	وسط حسابي	انحراف معياري	خطأ معياري			
التحصيل المعرفي	15	13.66	2.69	0.69	23.46	3.29	0.85	9.8	14.53	معنوي
قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية	15	3.26	0.70	0.18	5.13	0.91	0.23	1.87	9.72	معنوي
قفز اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز	15	3.26	0.70	0.18	5.20	0.67	0.17	1.94	29.00	معنوي
الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي	15	3.33	0.61	0.15	5.53	0.83	0.21	2.2	12.60	معنوي
الكب على جهاز العقلة	15	3.20	0.96	0.24	5.33	0.61	0.15	2.13	9.05	معنوي

* القيمة الجدولية لاختبار (T) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) تساوي (2.14).

من خلال الجدول (9) يتبين ان هناك تباينا واختلافا بين قيم الاوساط الحسابية للمتغيرات (التحصيل المعرفي، قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية، قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز، الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي، الكب على جهاز العقلة) بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة الضابطة وعند الاستدلال عن معنوية الفروق بين الاوساط الحسابية باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة اظهرت النتائج ان قيمة (T) المحسوبة بين القياسين القبلي والبعدي لمتغير قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية قد بلغت (9.727) وهي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.14) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14)، فيما بلغت قيمة (T) المحسوبة لمتغير قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز (29.000) وهي اكبر من قيمتها الجدولية في حين بلغت قيمة (T) المحسوبة لمتغير مهارة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي (12.602) وهي اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) في حين بلغت قيمة (T) المحسوبة لمتغير مهارة الكب على جهاز العقلة (9.057) وهي اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) وهذا يؤكد ان هناك فرقا معنويا بين الاوساط الحسابية في القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة الضابطة. ويرى الباحث ان للأسلوب

التعليمي المتبع من قبل مدرس المادة له تأثير في تعلم الطلاب للمهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية ومنصة القفز وجهاز المتوازي وجهاز العقلة في الجمناستيك الفني، ويعزو الباحث هذا التطور لأفراد المجموعة الضابطة التي اعتمدت الاسلوب التدريسي المعتمد من قبل مدرس المادة الى التكرارات المناسبة التي رافقت الوحدات التعليمية، فضلا عن اداء التمرينات المستمرة اخذين بنظر الاعتبار ملائمتها لقابليات وقدرات الطلاب وكذلك التدرج في مستوى الصعوبة للحركات والمهارات والذي تضمن الاداء من قبل الجميع وهذا يتفق مع ما اشار اليه (نجاح مهدي شلش واكرم محمد، 2000) الى "ان الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعليم والاكساب، كما ان التدريب عامل اساسي في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في اداء متتابع سليم وزمن مناسب وهو يزيد من تعلم وتطوير المهارة واتقانها"⁽¹⁾.

4-1-2 عرض نتائج فرق القياسات القبلية والبعديّة لأفراد المجموعة التجريبية الاولى (مجموعة الانغماس بالواقع الافتراضي) للمهارات المبحوثة وتحليلها ومناقشتها:

لكي يتمكن الباحث من الكشف عن الفروق بين القياسات القبلية والبعديّة لأفراد المجموعة التجريبية الاولى سعى الى معالجة البيانات احصائيا واستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وعند كل المتغيرات قيد الدراسة والبحث وهي (التحصيل المعرفي، قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية، قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز، الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي، الكب على جهاز العقلة) بعدها قام الباحث باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة كوسيلة احصائية للوقوف على معنوية الفروق وهل ان الفروق والتباينات راجعة الى اختلاف حقيقي او الى المصادفة والجدول (10) يبين ذلك.

¹ نجاح مهدي شلش واكرم محمد: التعلم الحركي، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 2000، ص129.

جدول (10)

يبين فرق القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاولى (الانغماس بالواقع الافتراضي)

المتغيرات	العينة	قبلي			بعدي			فرق الاوساط	قيم T	الدلالة الاحصائية
		وسط حسابي	انحراف معياري	خطأ معياري	وسط حسابي	انحراف معياري	خطأ معياري			
التحصيل المعرفي	15	13.46	3.11	0.80	33.73	2.86	0.73	18.74	معنوي	
قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية	15	3.26	0.79	0.20	7.13	0.74	0.19	42.56	معنوي	
قفز اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز	15	2.86	0.74	0.19	7.46	0.91	0.23	18.07	معنوي	
الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي	15	3.13	0.74	0.19	7.20	0.77	0.20	61.00	معنوي	
الكب على جهاز العقلة	15	3.33	0.81	0.21	7.40	0.73	0.19	61.00	معنوي	

* القيمة الجدولية لاختبار (T) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) تساوي (2.14).

من خلال الجدول (10) يتبين ان هناك تباينا واختلافا بين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الاولى (الانغماس بالواقع الافتراضي) وعند جميع المتغيرات (التحصيل المعرفي، قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية، قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز، الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي، الكب على جهاز العقلة) قيد الدراسة والبحث وعند الاستدلال والاستنتاج عن هذه التباينات والاختلافات بين الاوساط الحسابية باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة اظهرت النتائج ان قيمة (T) المحسوبة بين القياسين القبلي والبعدي لمتغير التحصيل المعرفي قد بلغت (18.72) وهي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.14) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14)، فيما بلغت قيمة (T) المحسوبة لمتغير قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية قد بلغت (42.560) وهي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.14) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14)، فيما بلغت قيمة (T) المحسوبة لمتغير قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز (18.076) وهي اكبر من قيمتها الجدولية في حين بلغت قيمة (T) المحسوبة لمتغير مهارة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي (61.000) وهي اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) في حين بلغت قيمة (T) المحسوبة لمتغير مهارة الكب على جهاز العقلة (61.000) وهي اكبر من قيمتها

الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) وهذا يؤكد ان هناك تأثيرا معنويا للمنهج التعليمي في تعلم المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية ومنصة القفز وجهاز المتوازي وجهاز العقلة في الجمناستيك الفني. والمطبق من قبل الباحث لما تحويه الوحدات التعليمية من تمارينات تعمل على تنشيط اكبر عدد من العضلات اذ احتوت الوحدات التعليمية على مجموعة من الحركات المختلفة للجذع والذراعين والساقين والرأس وكذلك حركات متنوعة سريعة وبطيئة وفقا لزمان الحركة وتكرارها والمسافة اضافة الى ذلك تم استخدام تكنولوجيا الواقع الافتراضي المتمثلة بالانغماس بالواقع الافتراضي عن طريق نظارة (VR) كل هذا ساعد في تعلم واكتساب مستوى جيد من المعرفة العلمية والقانونية لمادة الجمناستيك الفني للطلاب فضلا عن المهارات (قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية، قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز، الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي، الكب على جهاز العقلة) لأفراد المجموعة التجريبية الاولى.

وهذا يؤكد ان التمارينات المستخدمة في الوحدات التعليمية مع الانغماس بالواقع الافتراضي قد ساهمت في تعلم واكتساب المهارات الاساسية (على بساط الحركات الارضية وجهاز طاولة القفز وجهاز المتوازي وجهاز العقلة) لدى الطلاب ويعزو الباحث سبب هذا التعلم واكتساب للمهارات المبحوثة الى استجابة الطلاب لكافة متطلبات التعلم من خلال الوحدات التعليمية باعتبارها اهم الوسائل الفعالة لإبراز الطاقات والمحافظة على المستوى وتحقيق الاهداف، اذ اشار (نزار الطالب وكامل الويس، 2000) "ان الرياضي الذي يسعى نحو هدف معين سيكون له حافز في عمله، وان العمل من دون هدف هو عمل عقيم ومهمل فيجب على المربي الرياضي ان يساعد الرياضي في وضع هدف مناسب له يستطيع تحقيقه كي يكون للتمرين قيمة ولكي يعرف الرياضي مدى تقدمه"⁽¹⁾.

وكما اشار ايضا (Ed.Lisa Yount) "ان استخدام الواقع الافتراضي في التدريب لانه يقلل من مخاطر الاصابة وايضا يساعد الطلاب ضعيفي السمع وقليلي التركيز على تعلم المهارات

¹ نزار الطالب وكامل لويس: علم النفس الرياضي، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 2000، ص120.

الاساسية مما يجعل المواد الدراسية اكثر اثارة وبذلك يكون الطلاب اكثر عرضة للتذكر ما يتعلمونه ومن الجانب الاقتصادي تكون نظارة ال (VR) اخص من توفير الوسائل الاخرى⁽¹⁾

ويرى الباحث ان استخدام نظارة (VR) يخلق بيئة مثالية للتعلم وخاصة في الجمناستك حتى يتم عزل جميع المؤثرات الخارجية عن الطالب والتركيز يكون على المهارة وايضا تماشيا مع التطور الحاصل في عملية التعلم وزيادة التشويق والاثارة لدى الطلاب وكسر الروتين المعتاد عليه عند اداء المهارات في المحاضرة.

3-1-4 عرض نتائج فرق القياسات القبلية والبعديّة لأفراد المجموعة التجريبية الثانية (مجموعة نافذة على العالم الافتراضي) للمهارات المبحوثة وتحليلها ومناقشتها:

لكي يتمكن الباحث من الكشف عن الفروق بين القياسات القبلية والبعديّة لأفراد المجموعة التجريبية الثانية سعى الى معالجة البيانات احصائيا واستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وعند كل المتغيرات قيد الدراسة والبحث وهي (قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية، قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز، الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي، الكب على جهاز العقلة) بعدها قام الباحث باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة كوسيلة احصائية للوقوف على معنوية الفروق وهل ان الفروق والتباينات راجعة الى اختلاف حقيقي او الى المصادفة والجدول (11) يبين ذلك.

¹ The Virtual Classroom: Virtual Reality In Training And Education, Chapter 3, p8.

جدول (11)

يبين فرق القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية الثانية (مجموعة نافذة على العالم الافتراضي)

الدلالة الاحصائية	قيم T	فرق الاوساط	بعدي			قبلي			العينة	المتغيرات
			خطأ معياري	انحراف معياري	وسط حسابي	خطأ معياري	انحراف معياري	وسط حسابي		
معنوي	10.75	15.8	0.57	2.23	28.86	0.92	3.57	13.06	15	التحصيل المعرفي
معنوي	14.55	3.13	0.26	1.03	6.26	0.23	0.91	3.13	15	قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية
معنوي	14.86	3.07	0.25	0.99	6.13	0.18	0.70	3.06	15	قفز اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز
معنوي	17.87	3.4	0.21	0.83	6.53	0.13	0.51	3.13	15	الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي
معنوي	29.93	3.2	0.21	0.81	6.33	0.16	0.63	3.13	15	الكب على جهاز العقلة

* القيمة الجدولية لاختبار (T) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) تساوي (2.14).

من خلال الجدول (11) يتبين ان هناك تباينا واختلافا بين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في القياسين القبلي والبعدى لأفراد المجموعة التجريبية الثانية (نافذة على العالم الافتراضي) وعند جميع المتغيرات (قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية، قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز، الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي، الكب على جهاز العقلة) قيد الدراسة والبحث وعند الاستدلال والاستنتاج عن هذه التباينات والاختلافات بين الاوساط الحسابية باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة اظهرت النتائج ان قيمة (T) المحسوبة بين القياسين القبلي والبعدى لمتغير قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية قد بلغت (14.554) وهي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.14) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14)، فيما بلغت قيمة (T) المحسوبة لمتغير قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز (14.869) وهي اكبر من قيمتها الجدولية في حين بلغت قيمة (T) المحسوبة لمتغير مهارة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي (17.872) وهي اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) في حين بلغت قيمة (T) المحسوبة لمتغير مهارة الكب على جهاز العقلة (29.933) وهي اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) وهذا يؤكد ان هناك تأثيرا معنويا للمنهج التعليمي في

تعلم المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية ومنصة القفز وجهاز المتوازي وجهاز العقلة في الجمناستيك الفني. والمطبق من قبل الباحث لما تحويه الوحدات التعليمية من تمرينات تعمل على تنشيط اكبر عدد من العضلات اذ احتوت الوحدات التعليمية على مجموعة من الحركات المختلفة للجذع والذراعين والساقين والرأس وكذلك حركات متنوعة سريعة وبطيئة وفقا لزمنا الحركة وتكرارها والمسافة اضافة الى ذلك تم استخدام تكنولوجيا الواقع الافتراضي المتمثلة بنافذة على العالم الافتراضي عن طريق شاشة (3D) كل هذا ساعد في تعلم واكتساب المهارات (التحصيل المعرفي، قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية، قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز، الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي، الكب على جهاز العقلة) لأفراد المجموعة التجريبية الثانية.

حيث تكمن اهمية الوسائل التعليمية التعليمية وفائدتها من خلال تأثيرها في العناصر الرئيسية الثلاثة من عناصر العملية التعليمية (المعلم والمتعلم والمادة التعليمية).⁽¹⁾

حيث تنمي حب الاستطلاع لدى المتعلم والرغبة في التعلم وتقوي العلاقة بين المتعلم والمعلم وبين المتعلمين انفسهم وتوسع مجال الخبرات التي يمر بها المتعلم وايضا تكون اتجاهات مرغوب فيها لتشجع المتعلم على المشاركة والتفاعل مع المواقف الصفية المختلفة وخصوصا اذا كانت الوسيلة من النوع المسلي حيث تثير اهتمامه وتشوقه الى التعلم مما يزيد من دافعيته والقيام باكتشاف حقائق جديدة وتساعد هذه الوسائل بجعل الخبرات اكثر فاعلية وابقى اثر واقل احتمال للنسيان وتتيح فرصا للتنوع والتجديد المرغوب فيه وبالتالي تسهم في علاج مشكلة الفروق الفردية واثبتت التجارب ان التعلم بالوسائل التعليمية يوفر من الوقت والجهد على المتعلم ما مقداره (38 - 40%) حيث اثبتت الابحاث ان الحواس متفاوتة في مقدارها على جمع المعلومات كالاتي (حاسة البصر 30%- حاسة السمع 20%- حاسة الذوق 10%- حاسة الشم 3.5%- حاسة اللمس 1.5%) وبعض الدراسات اعطت لحاسة البصر (75%) بينما حاسة السمع (13%) فقط.

¹ محمد العمري: مذكرات خاصة بمساق تصميم وانتاج الوسائل العلمية، جامعة اليرموك، كلية التربية، 1993.

ويتبين هنا ان للوسائل التعليمية التعليمية قيمة كبيرة في عملية التعلم حيث اننا من الممكن ان نشرك اكثر من حاسة من حواس الطالب في اوصول المعلومات اليه عن طريق الوسيلة التعليمية او نظام الوسائط المتعددة، حيث انه قد ثبت لدى علماء النفس التربوي انه كلما امكن اشراك اكثر من حاسة من حواس الطالب لدراسة فكرة ما كان ذلك سببا في سرعة التعلم واكتساب الخبرات.

وهذا يؤكد ان التمرينات المستخدمة في الوحدات التعليمية مع نافذة العالم الافتراضي قد ساهمت في تعلم واكتساب المهارات الاساسية (على بساط الحركات الارضية وجهاز طاولة القفز وجهاز المتوازي وجهاز العقلة) لدى الطلاب ويعزو الباحث سبب هذا التعلم والاكتساب للمهارات المبسوثة الى استجابات الطلاب لكافة متطلبات التعلم من خلال الوحدات التعليمية باعتبارها اهم الوسائل الفعالة لإبراز الطاقات والمحافظة على المستوى وتحقيق الاهداف، اذ يرى الباحث من خلال عرض المهارة على الشاشة هو مواكبة للتطور العلمي الحاصل في جميع المجالات العلمية والتعلم عن طريق النموذج الصحيح اذ تقتقر هذه اللعبة الى النماذج الكثيرة في الجامعات ويؤدي.

4-2 عرض نتائج القياسات البعدية بين مجاميع البحث وتحليلها:

تحقيقا لهدف الدراسة الثالث المتضمن التعرف على افضلية الفروق بين استخدام بيئات الواقع الافتراضي و المنهج المعتمد من المدرس في تحسين التحصيل المعرفي و مستوى اداء بعض المهارات على اجهزة الجمناستيك للطلاب سعى الباحث الى استخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري لبيانات افراد مجاميع البحث الثلاثة (التجريبيتان والضابطة) في القياس البعدي والجدول (12) يبين ذلك.

الجدول (12)

يبين الاحصائيات الوصفية للمتغيرات في القياس البعدي

المتغيرات	المجموعات	العينة	الايوساط الحسابية	الانحرافات	الخطأ المعياري	اقل قيمة	اكبر قيمة
التحصيل المعرفي	مجموعة ضابطة	15	23.46	2.23	0.57	19.00	28.00
	مجموعة نظارة	15	33.73	2.86	0.73	28.00	38.00
	مجموعة شاشة	15	28.86	3.29	0.85	22.00	34.00
	الكلية	45	28.68	5.06	0.75	19.00	38.00
قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية	مجموعة ضابطة	15	5.13	0.91	0.23	4.00	7.00
	مجموعة نظارة	15	7.13	0.74	0.19	6.00	8.00
	مجموعة شاشة	15	6.26	1.03	0.26	5.00	8.00
	الكلية	45	6.17	1.21	0.18	4.00	8.00
قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز	مجموعة ضابطة	15	5.20	0.67	0.17	4.00	6.00
	مجموعة نظارة	15	7.46	0.91	0.23	6.00	9.00
	مجموعة شاشة	15	6.13	0.99	0.25	5.00	8.00
	الكلية	45	6.26	1.26	0.18	4.00	9.00
الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي	مجموعة ضابطة	15	5.53	0.83	0.21	4.00	7.00
	مجموعة نظارة	15	7.20	0.77	0.20	6.00	8.00
	مجموعة شاشة	15	6.53	0.83	0.21	5.00	8.00
	الكلية	45	6.42	1.05	0.15	4.00	8.00
الكب على جهاز العقلة العقلة	مجموعة ضابطة	15	5.33	0.61	0.15	4.00	6.00
	مجموعة نظارة	15	7.40	0.73	0.19	6.00	8.00
	مجموعة شاشة	15	6.33	0.81	0.21	5.00	8.00
	الكلية	45	6.35	1.11	0.16	4.00	8.00

من خلال الجدول (12) يتبين ان هناك فروق بين المجاميع الثلاثة بالأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومن اجل معرفة الفروق بين المجموعات الثلاث استخدم الباحث اختبار (F) تحليل التباين للاختبارات البعدية لمعرفة فيما اذا كانت هناك فروق معنوية بين المجموعات الثلاث والجدول (13) يبين ذلك.

جدول (13)

يبين تحليل التباين الاحادي F بين المجموعات لإيجاد الفرق في القياس البعدي

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيم F المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
التحصيل المعرفي	بين المجموعات	791.24	2	395.62	49.39	0.00	معنوي
	داخل المجموعة	336.40	42	8.01			
قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية	بين المجموعات	30.17	2	15.08	18.42	0.00	معنوي
	داخل المجموعات	34.40	42	0.81			
قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز	بين المجموعات	38.93	2	19.46	25.65	0.00	معنوي
	داخل المجموعات	31.86	42	0.75			
الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي	بين المجموعات	21.11	2	10.55	15.90	0.00	معنوي
	داخل المجموعات	27.86	42	0.66			
الكب على جهاز العقلة	بين المجموعات	32.04	2	16.02	30.22	0.00	معنوي
	داخل المجموعات	22.26	42	0.53			

من خلال الجدول (13) يتبين ان قيمة (F) المحسوبة لمتغيرات البحث (قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية، قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز، الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي، الكب على جهاز العقلة) اكبر من قيمتها الجدولية وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين متغيرات البحث فلذلك سوف نذهب الى الفرضية البديلة واستخدام اختبار (LSD) لمعرفة الفروق لصالح اي من المجاميع قيد الدراسة والبحث والجدول (14) يبين ذلك.

الجدول (14)

يبين جدول المقارنات الطرفية بعد تحليل التباين باستخراج قيم الحد الاصغر للفروق LSD في القياس البعدي

المتغيرات	المجموعات	فرق الاوساط الحسابية	قيمة LSD	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
التحصيل المعرفي	ضابطة - نظاره	10.27*	1.03	0.00	معنوي لصالح مجموعة النظاره
	ضابطة - شاشة	-5.40*	1.03	0.00	معنوي لصالح مجموعة الشاشة
	نظارة - شاشة	-4.87*	1.03	0.00	معنوي لصالح مجموعة النظاره
قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية	ضابطة - نظاره	-2.00*	0.33	0.00	معنوي لصالح مجموعة النظاره
	ضابطة - شاشة	-1.13*	0.33	0.00	معنوي لصالح مجموعة الشاشة
	نظارة - شاشة	0.86*	0.33	0.01	معنوي لصالح مجموعة النظاره
قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز	ضابطة - نظاره	-2.26*	0.31	0.00	معنوي لصالح مجموعة النظاره
	ضابطة - شاشة	-0.93*	0.31	0.00	معنوي لصالح مجموعة الشاشة
	نظارة - شاشة	1.33*	0.31	0.00	معنوي لصالح مجموعة النظاره
الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي	ضابطة - نظاره	-1.66*	0.29	0.00	معنوي لصالح مجموعة النظاره
	ضابطة - شاشة	-1.00*	0.29	0.00	معنوي لصالح مجموعة الشاشة
	نظارة - شاشة	0.66*	0.29	0.03	معنوي لصالح مجموعة النظاره
الكب عقلة على جهاز العقلة	ضابطة - نظاره	-2.06*	0.26	0.00	معنوي لصالح مجموعة النظاره
	ضابطة - شاشة	-1.00*	0.26	0.00	معنوي لصالح مجموعة الشاشة
	نظارة - شاشة	1.06*	0.26	0.00	معنوي لصالح مجموعة النظاره

من خلال الجدول (14) تبين ان هناك فروق معنوية بين مجاميع البحث الثلاثة ففي المتغير الاول (قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية) كان هناك فرق معنوي لصالح المجموعة التجريبية الاولى (نظارة VR) على المجموعة الثالثة (المجموعة الضابطة) و

المجموعة التجريبية الثانية (الشاشة ثلاثية الابعاد) وايضا كانت هناك فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية الثانية على حساب المجموعة الثالثة (الضابطة).

من خلال هذه التكنولوجيا يمكن توضيح المعلومات بشكل دقيق وواضح ويستطيع الفرد أن يقوم بفحص الأشياء المرئية ويستطيع الفرد أن يتلمس الأبعاد المختلفة للأشياء (3D) ويهيئ الفرصة للفرد للمشاركة والتفاعل مع البرنامج أو التجربة العلمية ويهيئ الفرصة المناسبة للفرد من حيث الوقت المخصص للتجربة ليتفاعل معها خلال مدة زمنية مفتوحة وليست محددة ويحيي التفاعل بين الفرد والبرنامج من خلال تشجيع المشاركة الإيجابية وتوفير التغذية الراجعة (Feedback) ويؤدي إلى التأمل والملاحظة والتفكير والاكتشاف العلمي و ينمي المهارات العقلية والابتكارية لدى الفرد من خلال مشاهدة البيانات الواقعية الافتراضية ويراعي الفروق الفردية بين الأفراد بحيث يهيئ للفرد الفرصة لأن يتطور إيجابياً وفق محتويات البرنامج ليصبح المتعلم فعالاً بدلاً من أن يكون سلبياً ويهيئ الفرصة للفرد للتعلم وتعرف تقنيات جديدة وبرامج متنوعة يستطيع من خلالها أن يعايش شخصيات مختلفة ويتعرف على ثقافات مختلفة ويأخذ دوراً متميزاً فيها وينمي المهارات الحركية عن طريق الإحساس والتفاعل مع البرنامج التعليمي⁽¹⁾.

اما من خلال الشاشة فيمكن توصيل المعلومات والمواقف والاتجاهات والمهارات المتضمنة في المادة التعليمية الى المتعلمين وتساعدهم على ادراك هذه المعلومات ادراكا متقاربا وان اختلفت المستويات وتساعد على ابقاء المعلومات حية وذات صورة واضحة في ذهن المتعلم وتبسيط المعلومات والافكار وتوضيحها وتساعد الطلبة على القيام بأداء المهارات كما هو مطلوب منهم، وكذلك فيها فائدة للمعلم حيث تساعده على استغلال الوقت بالكامل وبشكل افضل وتوفر الوقت والجهد المبذولين من قبل المعلم وتساعد المعلم في اثاره الدافعية لدى الطلبة وايضا

¹ <http://vr-tec.blogspot.com>

تساعده في تغيير دور المعلم من ناقل للمعلومات وملقن الى دور المخطط والمنفذ والمقوم للمتعلم⁽¹⁾.

وهناك فروق معنوية بين مجاميع البحث الثلاثة ففي المتغير الثاني (قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز) كان هناك فرق معنوي لصالح المجموعة التجريبية الاولى (نظارة VR) على المجموعة الثالثة (المجموعة الضابطة) و المجموعة التجريبية الثانية (الشاشة ثلاثية الابعاد) وايضا كانت هناك فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية الثانية على حساب المجموعة الثالثة (الضابطة).

وهناك فروق معنوية بين مجاميع البحث الثلاثة ففي المتغير الثالث (الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي) كان هناك فرق معنوي لصالح المجموعة التجريبية الاولى (نظارة VR) على المجموعة الثالثة (المجموعة الضابطة) و المجموعة التجريبية الثانية (الشاشة ثلاثية الابعاد) وايضا كانت هناك فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية الثانية على حساب المجموعة الثالثة (الضابطة).

وهناك فروق معنوية بين مجاميع البحث الثلاثة ففي المتغير الرابع (الكب على جهاز العقلة) كان هناك فرق معنوي لصالح المجموعة التجريبية الاولى (نظارة VR) على المجموعة الثالثة (المجموعة الضابطة) و المجموعة التجريبية الثانية (الشاشة ثلاثية الابعاد) وايضا كانت هناك فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية الثانية على حساب المجموعة الثالثة (الضابطة).

¹ محمد محمود الحيلة: تكنولوجيا التعليم بين النظرية والتطبيق، ط1، عمان، دار المسير للنشر والتوزيع، 1998، ص114-115.

الباب الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

5-2 التوصيات

الباب الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

- 1- وضع اداة بحث علمية معنية بتحديد التحصيل المعرفي لبعض مهارات أجهزة الجمناستك لطلاب المرحلة الثالثة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- 2- لاستخدام تكنولوجيا بيئة الانغماس بالواقع الافتراضي تأثير فعال في تطوير التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات على أجهزة الجمناستك للطلاب.
- 3- لاستخدام تكنولوجيا بيئة نافذة الواقع الافتراضي تأثير فعال في تطوير التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات على أجهزة الجمناستك للطلاب.
- 4- اظهرت النتائج هناك افضلية في استخدام تكنولوجيا بيئة الانغماس بالواقع الافتراضي في تطوير التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات على أجهزة الجمناستك للطلاب.
- 5- اظهرت النتائج هناك افضلية في استخدام تكنولوجيا بيئة نافذة الواقع الافتراضي في تطوير التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات الاساسية على أجهزة الجمناستك عن المنهج المتبع من قبل المدرس.

5-2 التوصيات

قام الباحث بعدة توصيات وهي كما يأتي:-

1- اعتماد الاختبار التحصيلي كأداة بحث علمية في قياس التحصيل المعرفي لبعض مهارات الجمناستك لدى طلاب المرحلة الثالثة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة من قبل المدرسين والمعنيين.

2- اعتماد استخدام تكنولوجيا بيئة الانغماس بالواقع الافتراضي في تعلم المهارات الاساسية على أجهزة الجمناستك للطلاب.

3- استخدام تكنولوجيا بيئة نافذة الواقع الافتراضي في تعلم المهارات الاساسية على أجهزة الجمناستك للطلاب.

4- اجراء دراسات تتضمن استخدام تكنولوجيا التعليم في تعلم المهارات الاساسية للألعاب الرياضية بشكل عام.

5- اجراء دراسات تتضمن استخدام تكنولوجيا بيئات الواقع الافتراضي وعلى مهارات رياضة الالعاب الاخرى.

6- التأكيد على استخدام المنهج التعليمي المعد من قبل الباحث في بحوث قادمة على مراحل عمرية مختلفة.

المصادر والمراجع العربية والاجنبية والانترنت

المصادر والمراجع العربية والاجنبية والانترنت

- القرآن الكريم.
- ابتهاج حسن عبد الامير الطائي: اثر تمارينات خاصة على وفق التفضيلات الحسية في تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الارضية ومنصة القفز بالجمناستك الفني للطلاب، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء، 2016.
- احمد جاسر: الجمباز دليل المدرب والرياضي، ط1، سورية، حلب، شعاع للنشر و العلوم، 2000.
- احمد محمد سالم: وسائل وتكنولوجيا التعليم، ط2، الرياض، مكتبة الرشد، 2006م.
- احمد محمد الزغبى: علم نفس الفروق الفردية و تطبيقاته التربوية، ط1، دمشق، دار الفكر، 2007.
- احمد محمد عبد الخالق: استخبارات الشخصية، ط2، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية، 1993.
- اخلاص عبد الحميد و مصطفى حسين باهي: طرق البحث العلمي والتحليل الاحصائي في المجالات التربوية والنفسية، ط1، القاهرة، مركز الكتاب و النشر، 2000.
- امين الخولي ومحمود العنان: المعرفة الرياضية، ط1، دار الفكر العربي، 1999.
- ايناس السيد ناسه: تقنيات التعليم من الاصاله الى الحداثة، ط1، الرياض، مكتبة الرشيد، 2014.
- حيدر محمود عبد الله: تأثير اسلوب الاكتشاف الموجه والحاسوب في تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الارضية بالجمناستك الفني للرجال، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بابل، 2010م.

- حيدر محمود عبدالله: تاثير التمرين (المكثف والموزع) باسلوب المحطات واستعمال اجهزة مساعدة في تطوير اهم القدرات الحركية وتعلم بعض المهارات الاساسية بالجمناستك الفني للرجال، اطروحة، جامعة بابل، 2015.
- زينب بن يسعد ومصطفى هشام السنوسي: التعليم داخل الواقع الافتراضي، رسالة ماجستير، جامعة عبد الحميد مهري قسطنطينية (2)، الجزائر، 2015.
- سالم احمد بني حمدان: الجمباز الفني من الالف الى الياء، ط1، عمان، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، 2012.
- سامي محمد ملحم: القياس و التقويم في التربية وعلم النفس، ط1، عمان، دار المسيرة للنشر و التوزيع، 2005.
- صالح مجيد العزاوي، وبسمان عبد الوهاب البياتي: الجمناستك الفني التطبيقي، ط1، العراق، النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة، 2012.
- صائب عطية احمد العبيدي: الجمناستك، العراق، بغداد، مطبعة دار الكتب للطباعة والنشر جامعة الموصل، 1989.
- صائب عطية احمد، و ابراهيم خليل مراد: الجمناستك الصفوف الثانية، مطابع جامعة بغداد، 1985.
- صباح العجيلي (واخرون): التقويم والقياس في التربية وعلم النفس، النجف، دار الضياء للطباعة و النشر، 2002.
- صلاح الدين محمود علام: الاختبارات و المقياس التربوية و النفسية، ط1، عمان، دار الفكر ناشرون و موزعون، 2006.
- صلاح الدين محمود علام: القياس والتقويم التربوي و النفسي (اساسياته و اتجاهاته المعاصرة)، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000.

- عادل عبد البصير: التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر. 1999.
- عبد الرحمن محمد عيسوي: القياس و التجريب في علم النفس التربوي، القاهرة، دار النهضة العربية، 1974.
- عبد المنعم سليمان برهم: موسوعة الجمباز العصرية، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، 1995.
- قاسم المندلوي و اخرون: الاختبارات و القياس و التقويم في التربية الرياضية، بغداد، دار الحكمة.
- قاسم حسن حسين: اسس التدريب الرياضي، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، 1998، ص748.
- قاسم حسن حسين: علم التدريب الرياضي في الاعمار المختلفة، ط1، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، 1998.
- ليلي السيد فرحات: القياس المعرفي الرياضي، ط1، القاهرة، مركز الكتاب والنشر، 2001.
- محمد ابراهيم شحاته: تدريب الجمباز المعاصر، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2000.
- محمد احمد عمر (و اخرون): القياس النفسي و التربوي، ط1، عمان، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة، 2010.
- محمد العمري: مذكرات خاصة بمساق تصميم و انتاج الوسائل العلمية، جامعة اليرموك، كلية التربية، 1993.
- محمد حسن علاوي و عمر نور الدين: القياس في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي، ط2، القاهرة، دار القلم، 2000.

- محمد دسوقي موسي رابح: الوسائط المتعددة في (السكند لايف) كأحد مستحدثات الواقع الافتراضي في التعليم، بحث مشارك في مؤتمر افاق في تكنولوجيا التعلم، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، 2014.
- محمد عثمان: التعلم الحركي والتدريب الرياضي، ط1، الكويت، دار العلم للنشر والتوزيع، 1987،
- محمد محمود الحيلة: تكنولوجيا التعليم بين النظرية والتطبيق، ط1، عمان، دار المسير للنشر والتوزيع، 1998.
- منى هادي صالح: دراسة امكانية تطبيق بيئة تعليم افتراضية في المؤسسات التعليمية، كلية التربية بنات (قسم علوم الحاسبات)، جامعة بغداد، 2013.
- نجاح مهدي شلش واكرم محمد: التعلم الحركي، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 2000.
- نزار الطالب وكامل لويس: علم النفس الرياضي، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 2000.
- هايدي محمد: التصميم والتطوير للواقع الافتراضي (تحليل التحديات التي يواجهها المربون)، رسالة ماجستير، كلية التربية قسم تكنولوجيا التعليم، جامعة الاسكندرية، 2009.
- Siclovan, Conculul National De-educatia Fizica Si Sporti, (Bucureti – Romania, Editera, 2001).
- The Virtual Classroom: Virtual Reality In Training And Education.
- <http://vr-tec.blogspot.com>.

الملاحق

ملحق (1)

استمارة استبيان لتحديد صلاحية الاهداف السلوكية بحسب تصنيف بلوم للمجال المعرفي

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا/ الماجستير

استمارة استبيان

لتحديد صلاحية الاهداف السلوكية بحسب تصنيف بلوم للمجال المعرفي

الاستاذ الفاضل المحترم

يروم الباحث اجراء البحث الموسوم ب (تأثير استخدام تكنولوجيا الواقع الافتراضي في تحسين التحصيل المعرفي و تعلم بعض المهارات الاساسية بالجمناستك الفني للطلاب).

نظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال اختصاصكم نرجو من سيادتكم ابداء رأيكم في تحديد صلاحية الاهداف السلوكية بحسب تصنيف بلوم للمجال المعرفي و المتضمن ستة مستويات هي (التذكر- الفهم – التطبيق – التحليل – التركيب – التقويم) لمادة الجمناستك الفني لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية و علوم الرياضة.

شاكرين تعاونكم معنا

الاسم الثلاثي:

الاختصاص و اللقب العلمي:

الباحث

تاريخ الحصول على اللقب:

منتظر ابراهيم فاضل ابراهيم

مكان العمل:

التوقيع:

ت	الاهداف السلوكية للحركات	مستوى المعرفة	يصلح	لا يصلح	التعديل
1	يعرف مهارة قفزة اليدين الامامية على بساط الارضية.	معرفة			
2	يعدد المهارات الاساسية على جهاز بساط الحركات الارضية.	معرفة			
3	يعرف متطلبات تكوين التمرين على بساط الارضية.	معرفة			
4	يعرف الاخطاء الشائعة عند اداء قفزة اليدين الامامية على جهاز بساط الحركات الارضية.	معرفة			
5	يذكر مهارات القفز.	معرفة			
6	يذكر الاخطاء الشائعة عند الاداء على جهاز طاولة القفز.	معرفة			
7	يعرف مراحل اداء قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز.	معرفة			
8	يذكر طرق المساعدة للاداء على جهاز طاولة القفز.	معرفة			
9	يتعرف على ان لكل جهاز حركات خاصة به.	معرفة			
10	يعدد بنقاط الاخطاء الشائعة لاداء الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي.	معرفة			
11	يعرف الاداء الفني للمهارة.	معرفة			
12	يعدد بنقاط اهم العناصر البدنية المطلوبة على جهاز المتوازي.	معرفة			
13	يعرف متطلبات تكوين التمرين.	معرفة			
14	يعدد بنقاط الاخطاء الشائعة لمهارة الكب على جهاز العقلة.	معرفة			
15	يعرف الاداء الفني لمهارة الكب على جهاز العقلة.	معرفة			
16	يعرف اهمية المرجحة و تأثيرها على الاداء.	معرفة			
17	يذكر كيفية عرض التمرين على جهاز العقلة.	معرفة			
18	يذكر تصنيف الحركات على جهاز العقلة.	معرفة			
ت	الاهداف السلوكية للقانون	مستوى المعرفة	يصلح	لا يصلح	التعديل
1	يعدد انواع الجمناستك.	معرفة			
2	يتعرف على الحركات الخاصة بكل جهاز.	معرفة			
3	يعرف انواع المخالفات.	معرفة			
4	يعرف مهام المدرب و واجباته.	معرفة			
5	يعرف مراحل البطولات في الاتحاد الدولي.	معرفة			
6	يعرف انواع الصعوبات و انواع الخصومات.	معرفة			
7	يعرف واجبات الحكام.	معرفة			
8	يعرف واجباته كلاعب.	معرفة			
9	يعرف انواع الكاراتات ضمن جزاءات المدرب.	معرفة			
10	يذكر عدد القضاة في الالعاب الاولمبية و بطولة العالم.	معرفة			
ت	الاهداف السلوكية للحركات	مستوى المعرفة	يصلح	لا يصلح	التعديل
1	يكون على معرفة بأهمية الوقت.	فهم			
2	يلخص طريقة عرض التمرين على بساط الحركات الارضية.	فهم			
3	يكون على معرفة بطرق المساعدة عند اداء المهارة على بساط الارضية.	فهم			
4	يصوغ بعبارات اسباب صعوبة الحركات على جهاز طاولة القفز.	فهم			
5	يعرف عملية الهبوط بعد الانتهاء من الاداء على طاولة القفز.	فهم			
6	الالتزام بالقوانين و التعليمات الخاصة بجهاز طاولة القفز	فهم			

			فهم	7	يلخص بنقاط القياسات القانونية لجهاز المتوازي.
			فهم	8	يصوغ عبارات متطلبات الاداء الفني على جهاز المتوازي.
			فهم	9	يفهم الاخطاء بنفسه اثناء مشاهدة اداء اللاعبين على جهاز المتوازي.
			فهم	10	يوضح متطلبات تكوين التمرين على جهاز العقلة.
			فهم	11	يوضح الدور الايجابي للمدرس و يلتزم بتوجيهاته.
			فهم	12	يفهم النواحي الفنية لإداء مهارة الكب على جهاز العقلة.
			فهم	13	يلخص بنقاط القياسات القانونية لجهاز العقلة.
التعديل	لا يصلح	يصلح	مستوى المعرفة	ت	الاهداف السلوكية للقانون
			فهم	1	يفهم اهداف و اغراض القانون.
			فهم	2	يفهم قواعد لعبة الجمناستك.
			فهم	3	يصوغ بنقاط الخصومات من خلال الزاوية.
			فهم	4	يفهم المخالفة الاولى (الكارت الاصفر) و المخالفة الثانية (الكارت الاحمر).
			فهم	5	يوضح مدى تأثير السقوط على الدرجة.
			فهم	6	يميز بين حركات الثبات.
			فهم	7	يصوغ بعبارات خطأ الثني و خطأ السقوط.
التعديل	لا يصلح	يصلح	مستوى المعرفة	ت	الاهداف السلوكية للحركات
			تطبيق	1	قادر على اداء الحركات او (المهارات) بصورة صحيحة على بساط الحركات الارضية.
			تطبيق	2	يطبق ما تعلمه للوصول الى درجة من اللياقة العامة و الخاصة.
			تطبيق	3	يؤدي التنكيك الصحيح عند الاداء على جهاز طاولة القفز.
			تطبيق	4	يوضح اثر الدقة في الاداء لتفادي المنافس على جهاز طاولة القفز.
			تطبيق	5	يعطي رانيه في كيفية الاداء على جهاز المتوازي.
			تطبيق	6	يرسم تحركاته مسبقا عند اداء مهارة الكب على جهاز العقلة.
			تطبيق	7	يؤشر القياسات القانونية على جهاز العقلة.
التعديل	لا يصلح	يصلح	مستوى المعرفة	ت	الاهداف السلوكية للقانون
			تطبيق	1	يطبق قواعد اللعبة و قوانينها اثناء الاداء.
			تطبيق	2	يرتب الاجهزة حسب التسلسل.
			تطبيق	3	يناقش المدرس حول اداء الحركة او (حول درجة الثني).
			تطبيق	4	يوزع الحكام حسب اماكن جلوسهم.
			تطبيق	5	يناقش مع المدرس اخطاء التنفيذ.

ت	الاهداف السلوكية للحركات	مستوى المعرفة	يصلح	لا يصلح	التعديل
1	يحلل العمل الجماعي داخل القاعة.	تحليل			
2	يبين ان اللعبة بعيدة عن الاحتكاك بين اللاعبين.	تحليل			
3	يفرق بين اقسام المهارة.	تحليل			
4	يقارن بين عمل او (اداء) اللاعبين ويقسم مجهوده على الجهاز داخل (القاعة او الصالة).	تحليل			
5	يقارن بين اداء الحركات على جهاز المتوازي.	تحليل			
6	يميز العوامل التي ساعدته على عملية التعلم.	تحليل			
ت	الاهداف السلوكية للقانون	مستوى المعرفة	يصلح	لا يصلح	التعديل
1	يقارن بين الجمناستك الفني للرجال و الجمناستك الفني للنساء.	تحليل			
2	يفرق بين مهام الحكام.	تحليل			
3	يقارن بين اخطاء التنفيذ (كثني الذراعين - الرجلين - الجسم).	تحليل			
4	يناقش اسباب الخصومات مع المدرس.	تحليل			
ت	الاهداف السلوكية للحركات	مستوى المعرفة	يصلح	لا يصلح	التعديل
1	يعبر عن اسلوبه الخاص من خلال الخرائط التي يرسمها بنفسه.	تركيب			
2	يعبر عن اسلوبه الخاص من خلال ادائه للمهارة على جهاز طاولة القفز.	تركيب			
3	يعتمد توزيع المهام بين زملائه.	تركيب			
4	يعطي رانيه بالخرائط المعدة من قبل المدرس.	تركيب			
ت	الاهداف السلوكية للقانون	مستوى المعرفة	يصلح	لا يصلح	التعديل
1	يكتب بعبارات موجزة عن تاريخ اللعبة بالعراق.	تركيب			
2	يكتب بايجاز كيفية فوز الفريق او اللاعب في البطولات.	تركيب			
ت	الاهداف السلوكية للحركات	مستوى المعرفة	يصلح	لا يصلح	التعديل
1	يعطي رانيه في معالجة الاخطاء عند الاداء على جهاز بساط الحركات الارضية.	تقويم			
2	قادر على ان يعالج اخطائه داخل القاعة بنفسه.	تقويم			
3	يقدر اهمية معالجة الاخطاء و تصحيحها على جهاز المتوازي.	تقويم			
ت	الاهداف السلوكية للقانون	مستوى المعرفة	يصلح	لا يصلح	التعديل
1	يعطي رانيه في سلوكيات المدرب ذات التأثير غير المباشر على النتيجة و الاداء للجمبازي و الفريق.	تقويم			

ملحق (2)

الاهداف السلوكية بصورتها النهائية

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا/ الماجستير

استمارة استبيان

لتحديد صلاحية الاهداف السلوكية بحسب تصنيف بلوم للمجال المعرفي

الاستاذ الفاضل المحترم

يروم الباحث اجراء البحث الموسوم ب (تأثير استخدام تكنولوجيا الواقع الافتراضي في تحسين التحصيل المعرفي و تعلم بعض المهارات الاساسية بالجمناستك الفني للطلاب).

نظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال اختصاصكم نرجو من سيادتكم ابداء رأيكم في تحديد صلاحية الاهداف السلوكية بحسب تصنيف بلوم للمجال المعرفي و المتضمن ستة مستويات هي (التذكر- الفهم – التطبيق – التحليل – التركيب – التقويم) لمادة الجمناستك الفني لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية و علوم الرياضة.

شاكرين تعاونكم معنا

الاسم الثلاثي:

الاختصاص و اللقب العلمي:

تاريخ الحصول على اللقب:

الباحث

مكان العمل:

منتظر ابراهيم فاضل ابراهيم

التوقيع:

ت	الاهداف السلوكية	مستوى المعرفة
1	يعرف مهارة قفزة اليدين الامامية على بساط الارضية.	معرفة
2	يعدد المهارات الاساسية على جهاز بساط الحركات الارضية.	معرفة
3	يذكر متطلبات تكوين التمرين على بساط الارضية.	معرفة
4	يعدد الاخطاء الشائعة عند اداء قفزة اليدين الامامية على جهاز بساط الحركات الارضية.	معرفة
5	يعرف مهارات القفز.	معرفة
6	يعدد الاخطاء الشائعة عند الاداء على جهاز طاولة القفز.	معرفة
7	يبين مراحل اداء قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز.	معرفة
8	يذكر طرق المساعدة للأداء على جهاز طاولة القفز.	معرفة
9	يتعرف على ان لكل جهاز حركات خاصة به.	معرفة
10	يعدد نقاط الاخطاء الشائعة لإداء الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي.	معرفة
11	يعرف الاداء الفني للمهارة.	معرفة
12	يعدد اهم العناصر البدنية المطلوبة على جهاز المتوازي.	معرفة
13	يعرف متطلبات تكوين التمرين.	معرفة
14	يعدد الاخطاء الشائعة لمهارة الكب على جهاز العقلة.	معرفة
15	يعرف الاداء الفني لمهارة الكب على جهاز العقلة.	معرفة
16	يذكر اهمية المرجحة و تأثيرها على الاداء.	معرفة
17	يذكر كيفية عرض التمرين على جهاز العقلة.	معرفة
18	يصنف الحركات على جهاز العقلة.	معرفة
19	يعدد انواع الجمناستيك.	معرفة
20	يتعرف على الحركات الخاصة بكل جهاز.	معرفة
21	يعدد انواع المخالفات.	معرفة
22	يوضح مهام المدرب و واجباته.	معرفة
23	يذكر مراحل البطولات في الاتحاد الدولي.	معرفة
24	يسمي انواع الصعوبات .	معرفة
25	يذكر انواع الخصومات.	معرفة
26	يبين واجبات الحكام.	معرفة
27	يذكر واجباته كلاعب.	معرفة
28	يعدد انواع الكارتات ضمن جزاءات المدرب.	معرفة

29	يذكر عدد القضاة في الالعاب الاولمبية و بطولة العالم.	معرفة
30	يكون على معرفة بأهمية الوقت.	فهم
31	يلخص طريقة عرض التمرين على بساط الحركات الارضية.	فهم
32	يكون على معرفة بطرق المساعدة عند اداء المهارة على بساط الارضية.	فهم
33	يصوغ بعبارات اسباب صعوبة الحركات على جهاز طاولة القفز.	فهم
34	يُعرف بأسلوبه الخاص عملية الهبوط بعد الانتهاء من الاداء على طاولة القفز.	فهم
35	يلخص بنقاط القياسات القانونية لجهاز المتوازي.	فهم
36	يصوغ بعبارات متطلبات الاداء الفني على جهاز المتوازي.	فهم
37	يفهم الاخطاء بنفسه اثناء مشاهدة اداء اللاعبين على جهاز المتوازي.	فهم
38	يوضح متطلبات تكوين التمرين على جهاز العقلة.	فهم
39	يوضح الدور الايجابي للمدرس و يلتزم بتوجيهاته.	فهم
40	يفهم النواحي الفنية لإداء مهارة الكب على جهاز العقلة.	فهم
41	يلخص بنقاط القياسات القانونية لجهاز العقلة.	فهم
42	يوضح اثر الدقة في الاداء لتفادي المنافس على جهاز طاولة القفز.	فهم
43	يفهم اهداف القانون.	فهم
44	و اغراض القانون.	فهم
45	يفهم قواعد لعبة الجمناستيك.	فهم
46	يصوغ بنقاط الخصومات من خلال الزاوية.	فهم
47	يفهم المخالفة الاولى(الكارت الاصفر) و المخالفة الثانية(الكارت الاحمر).	فهم
48	يوضح مدى تأثير السقوط على الدرجة.	فهم
49	يميز بين حركات الثبات.	فهم
50	يصوغ بعبارات خطأ الثني و خطأ السقوط.	فهم
51	قادر على اداء الحركات او (المهارات) بصورة صحيحة على بساط الحركات الارضية.	تطبيق
52	يطبق ما تعلمه للوصول الى درجة من اللياقة العامة و الخاصة.	تطبيق
53	يؤدي التكنيك الصحيح عند الاداء على جهاز طاولة القفز.	تطبيق
54	يرسم تحركاته مسبقا عند اداء مهارة الكب على جهاز العقلة.	تطبيق
55	يؤشر القياسات القانونية على جهاز العقلة.	تطبيق
56	يطبق قواعد اللعبة و قوانينها اثناء الاداء.	تطبيق
57	يرتب الاجهزة حسب التسلسل.	تطبيق

تطبيق	58 يناقش المدرس حول اداء الحركة او (حول درجة الثني).
تطبيق	59 يوزع الحكام حسب اماكن جلوسهم.
تطبيق	60 يناقش مع المدرس اخطاء التنفيذ.
تحليل	61 يحلل العمل الجماعي داخل القاعة.
تحليل	62 يبين ان اللعبة بعيدة عن الاحتكاك بين اللاعبين.
تحليل	63 يفرق بين اقسام المهارة على جهاز طاولة القفز.
تحليل	64 يقارن بين عمل او (اداء) اللاعبين.
تحليل	65 يقسم مجهوده على الجهاز داخل (القاعة او الصالة).
تحليل	66 يقارن بين اداء الحركات على جهاز المتوازي.
تحليل	67 يميز العوامل التي ساعدته على عملية تعلم المهارة على جهاز العقلة.
تحليل	68 يقارن بين الجمناستيك الفني للرجال و الجمناستيك الفني للنساء.
تحليل	69 يفرق بين مهام الحكام.
تحليل	70 يقارن بين اخطاء التنفيذ (كثني الذراعين – الرجلين – الجسم).
تحليل	71 يناقش اسباب الخصومات مع المدرس.
تركيب	72 يعبر بأسلوبه الخاص من خلال الخرائط التي يرسمها بنفسه.
تركيب	73 يعبر عن اسلوبه الخاص من خلال ادائه للمهارة على جهاز طاولة القفز.
تركيب	74 يعتمد توزيع المهام بين زملائه.
تركيب	75 يكتب بعبارات موجزة عن تاريخ اللعبة بالعراق.
تركيب	76 يكتب بايجاز كيفية فوز الفريق او اللاعب في البطولات.
تقويم	77 يعطي رأيه في معالجة الاخطاء عند الاداء على جهاز بساط الحركات الارضية.
تقويم	78 قادر على ان يعالج اخطاءه داخل القاعة بنفسه.
تقويم	79 يقدر اهمية معالجة الاخطاء و تصحيحها على جهاز المتوازي.
تقويم	80 يعطي رأيه في كيفية الاداء على جهاز المتوازي.
تقويم	81 يعطي رأيه بالخرائط المعدة من قبل المدرس.
تقويم	82 يعطي رائيته في سلوكيات المدرب ذات التأثير غير المباشر على النتيجة و الاداء للجمازي و الفريق.

ملحق (3)

اسماء الخبراء الذين عرض عليهم استمارة الاختبار التحصيلي

مكان العمل	الاختصاص	السادة الخبراء	ت
جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	القياس والتقويم	أ.د. محمد جاسم الياسري	1
جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	طرائق تدريس - جمناستك	أ.د. رغداء حمزة السفاح	2
جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	بايوميكانيك - جمناستك	أ.د. علي عبد الحسن حسين	3
الجامعة المستنصرية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم حركي	أ.د. نصير صفاء محمد	4
جامعة بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	بايوميكانيك - جمناستك	أ.د. اسماعيل ابراهيم محمد	5
جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	بايوميكانيك - جمناستك	أ.د. علي جواد عبد	6
جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	طب رياضي - جمناستك	أ.م.د. ولاء فاضل ابراهيم	7
جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	فسلجة - جمناستك	أ.م.د. حسين مكي محمود	8
جامعة واسط - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	طرائق تدريس - جمناستك	م.د. امين عطا حسن	9
جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	طرائق تدريس - جمناستك	م.د. حيدر محمود عبد الله	10

ملحق (4)

استمارة جمع البيانات لتحديد (الطول والوزن والعمر)

//الشعبة

//المرحلة

//المجموعة

العمر			الوزن (كغم)	الطول (سم)	اسم الطالب	ت
السنة	الشهر	اليوم				
						1
						2
						3
						4
						5
						6
						7
						8
						9
						10
						11
						12
						13
						14
						15
						16
						17
						18
						19
						20
						21
						22
						23
						24
						25

ملحق (5)

استمارة استبيان لتحديد صلاحية استمارة التقويم

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية و علوم الرياضة

الدراسات العليا/ الماجستير

استمارة استبيان

لتحديد صلاحية استمارة التقويم

الاستاذ الفاضل المحترم

يروم الباحث اجراء البحث الموسوم بـ (تأثير استخدام تكنولوجيا الواقع الافتراضي في تحسين التحصيل المعرفي و تعلم بعض المهارات الاساسية بالجمناستك الفني للطلاب).

نظرا لما تتمتعون به من خبرة و دراية في مجال اختصاصكم نرجو من سيادتكم ابداء رأيكم في تحديد صلاحية استمارة تقويم الحركات الخاصة بالبحث لمادة الجمناستك الفني لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية و علوم الرياضة.

شاكرين تعاونكم معنا

الاسم الثلاثي:

الاختصاص و اللقب العلمي:

الباحث

تاريخ الحصول على اللقب

منتظر ابراهيم فاضل ابراهيم

مكان العمل:

التوقيع:

استمارة تقويم

ت	الحركات	الجزء التحضيري (2.5)	الجزء الرئيسي (5)	الجزء الختامي (2.5)	المجموع (10)
1	قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية				
2	قفزة اليدين الامامية على طاولة القفز				
3	الوقوف على اليدين على المتوازي				
4	الكب على العقلة				

اسم المحكم:

اللقب العلمي و تاريخه:

التخصص:

الجامعة/ الكلية:

التوقيع:

ملحق (6)

استمارة تقويم الاداء بصورتها النهائية

استمارة تقييم الأداء المهاري																
المجموعة التجريبية :														الاختبار :		
المهارات														اسم الطالب	ت	
مهارة الكب على جهاز العقلة				الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي				قفزة اليدين الامامية على جهاز منصة القفز				قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الأرضية				
المجموع 10	الجزء الختامي 1	الجزء الرئيسي 6	الجزء التحضيري 3	المجموع 10	الجزء الختامي 3	الجزء الرئيسي 5	الجزء التحضيري 2	المجموع 10	الجزء الختامي 2	الجزء الرئيسي 6	الجزء التحضيري 2	المجموع 10	الجزء الختامي 3	الجزء الرئيسي 5	الجزء التحضيري 2	
																1
																2
																3
																4
																5
																6
																7
																8
																9
																10
																11
																12
																13
																14
																15
التوقيع:				اللقب العلمي:				الاختصاص:				اسم الحكم:				

ملحق (7)

اسماء الخبراء الذين عرض عليهم استمارة التقويم

مكان العمل	الاختصاص	السادة الخبراء	ت
جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	طرائق تدريس - جمناستك	أ.د رغداء حمزة السفاح	1
جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	بايوميكانيك - جمناستك	أ.د علي عبد الحسن حسين	2
الجامعة المستنصرية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم حركي	أ.د نصير صفاء محمد	3
جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	بايوميكانيك - جمناستك	أ.د علي جواد عبد	4
جامعة بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	جمناستك - بايوميكانيك	أ.د اسماعيل ابراهيم محمد	5
جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	طب رياضي - جمناستك	أ.د ولاء فاضل ابراهيم	6
جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	فسلجة - جمناستك	أ.م.د حسين مكي محمود	7
جامعة واسط - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم حركي - جمناستك	م.د امين عطا حسن	8
جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	طرائق تدريس - جمناستك	م.د حيدر محمود عبدالله	9
جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	جمناستك	الاستاذ عثمان محمد حسين	10

ملحق (8)

الخبراء والمقومين

الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
ولاء فاضل ابراهيم	استاذ - دكتور	جمناستك	جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
حسين مكي محمود	استاذ - مساعد - دكتور	جمناستك	جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
عبير علي حسين	مدرس - دكتور	جمناستك	جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
عثمان محمد حسين	مدرس	جمناستك	جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملحق (9)

استمارة استبيان لتحديد صلاحية فقرات اختبار التحصيل المعرفي

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا/ الماجستير

استمارة استبيان

لتحديد صلاحية فقرات اختبار التحصيل المعرفي

الاستاذ الفاضل المحترم

يروم الباحث القيام ببناء اختبار التحصيل المعرفي لمادة الجمناستك لدى طلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية و علوم الرياضة و المشمولين بدراسته الموسومة بـ (تأثير استخدام تكنولوجيا الواقع الافتراضي في تحسين التحصيل المعرفي و تعلم بعض المهارات الاساسية بالجمناستك الفني للطلاب). ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية يرجى بيان صلاحية اسئلة الاختبار.

شاكرين تعاونكم معنا

الاسم الثلاثي:

الاختصاص و اللقب العلمي:

تاريخ الحصول على اللقب:

الباحث

مكان العمل:

منتظر ابراهيم فاضل ابراهيم

التوقيع:

ت	اسئلة بساط الارضية	يصلح	لا يصلح	التعديل
1	من النواحي الفنية لأداء قفزة اليدين الامامية على بساط الارضية هو: أ- اليدين باتساع الصدر و مفرودة. ب- عدم مرجحة الرجل الحرة. ج- ثني الذراعين.			
2	عند الانتهاء من قفزة اليدين الامامية على بساط الارضية يكون الهبوط: أ- على الامشاط و الركبتين مثنية و الذراعان بجانب الجسم. ب- على الامشاط و الركبتين مفرودة و الذراعان عاليا. ج- على القدم بالكامل و الركبتين مفرودة و الذراعان عاليا.			
3	من عوامل نجاح قفزة اليدين الامامية على بساط الارضية هو: أ- دفع الارض باليدين بعد الوصول الى وضع الوقوف على اليدين. ب- الدفع القليل للأرض. ج- ضم الراس على الصدر و النظر اسفل قاعدة الارتكاز.			
4	من عوامل فشل قفزة اليدين الامامية على بساط الارضية هو: أ- الرجلين مضمومة الى بعضها. ب- الجسم ليس على استقامة واحدة. ج- ليس مما ذكر.			
5	ان زيادة مرجحة الرجل الحرة عند اداء مهارة قفزة اليدين الامامية على بساط الارضية يؤدي ذلك الى: أ- نجاح الاداء. ب- فشل الاداء. ج- ليس له تأثير.			
6	من الاخطاء الشائعة لقفزة اليدين الامامية على بساط الارضية هو: أ- عدم حدوث مرجحة من الكتفين. ب- الدفع القليل للأرض. ج- قذف الرجلين مبكرا.			
ت	اسئلة طاولة القفز	يصلح	لا يصلح	التعديل
1	من الاخطاء الشائعة لقفزة اليدين الامامية على طاولة القفز هو: أ- الطيران الاول بزاوية من مفصل الورك بسبب عدم مرجحة الرجل للخلف. ب- الذراعان اوسع من الصدر. ج- ضم الراس الى الجسم.			
2	عند اداء قفزة اليدين الامامية على طاولة القفز يجب ان يكون: أ- الصدر للداخل واثناء وضع اليدين على ظهر المنصة يجب ان يكون الدفع للأسفل من مفصل الكف و الذراعان ممدودة. ب- الصدر للداخل واثناء وضع اليدين على ظهر المنصة يجب الدفع من امشاط الاصابع و الذراعان ممدودة. ج- الصدر للداخل واثناء وضع اليدين على ظهر المنصة يجب الدفع للأسفل من مفصل الكتفين و الذراعان ممدودتان.			
3	في مضمار الركض للركضة التقريبية لأداء الحركة على طاولة القفز يستطيع الجمبازي ان: أ- يقطع الركضة التقريبية و بعد ذلك يمكن استئنافها. ب- يكرر الركضة التقريبية. ج- ليس مما ذكر.			

			<p>إتمام قفزة اليدين الامامية على طاولة القفز بدون اخطاء يجب:</p> <p>أ- عدم تثبيت الكتفين بعد الوصول لوضع الارتكاز و استمرار مرجحة الرجلين.</p> <p>ب- طيران الجسم بدون زوايا و الراس طبيعي.</p> <p>ج- الرجلين مضمومة الى بعضها.</p>	4
			<p>من العوامل التي تساعد على تعلم قفزة اليدين الامامية على طاولة القفز بسهولة و بسرعة عالية و بدون تردد هو:</p> <p>أ- ان يتقن اللاعب قفزة اليدين الامامية على بساط الارضية.</p> <p>ب- ان يتقن اللاعب مهارة الوقوف على اليدين.</p> <p>ج- ان يتقن اللاعب مهارة القفزة العربية للوقوف.</p>	5
			<p>من الاخطاء الشائعة لمهارة قفزة اليدين الامامية على طاولة القفز هو:</p> <p>أ- المرجحة تكون من الورك وليس من الكتف.</p> <p>ب- سقوط الكتفين للأمام مما له تأثير على ارتفاع الجسم.</p> <p>ج- عدم تقاطع اليدين اثناء الارتكاز.</p>	6
التعديل	لا يصلح	يصلح	اسئلة جهاز المتوازي	ت
			<p>من الاخطاء الشائعة لأداء الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي هو:</p> <p>أ- الجسم ليس على استقامة واحدة.</p> <p>ب- ضم الراس على الصدر و النظر الى اسفل قاعدة الارتكاز.</p> <p>ج- جميع الاحتمالات.</p>	1
			<p>من متطلبات عرض التميرين على جهاز المتوازي هو:</p> <p>أ- لا يسمح بوضع لوحة القفز بمستوى بساط الهبوط.</p> <p>ب- يسمح بمساعدة المدرب للاعب اثناء الصعود على الجهاز.</p> <p>ج- يسمح بوضع لوحة القفز بمستوى بساط الهبوط.</p>	2
			<p>من الشروط الاساسية للوقوف على اليدين على جهاز المتوازي هو:</p> <p>أ- اتقان الوقوف على اليدين على بساط الارضية.</p> <p>ب- اتقان القفزة الامامية على بساط الارضية.</p> <p>ج- اتقان القفزة العربية على بساط الارضية.</p>	3
			<p>من الاخطاء الشائعة لمهارة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي هو:</p> <p>أ- مراعاة النواحي الفنية الخاصة بالمرجحة اماما و خلفا.</p> <p>ب- عدم مرجحة الجسم خلفا الى اقصى مدى ممكن يصعب معه الوصول الى الوضع الراسي.</p> <p>ج- الرجلين مضمومة الى بعضها.</p>	4
			<p>تتم الموازنة للجسم في الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي من:</p> <p>أ- مفصل الكتف.</p> <p>ب- مفصل الرسغ.</p> <p>ج- مفصل الورك.</p>	5
			<p>من العوامل التي تساعد على اداء الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي و اعطاء جمالية للحركة و تقليل الخصومات هو:</p> <p>أ- اليدين باتساع الصدر.</p> <p>ب- الراس بين اليدين و بوضعها الطبيعي.</p> <p>ج- تجنب التقوس بالظهر.</p>	6
التعديل	لا يصلح	يصلح	اسئلة جهاز العقلة	ت
			<p>من الاخطاء الشائعة لمهارة الكب على جهاز العقلة هو:</p> <p>أ- عدم جذب العارضة باليدين للأسفل للاستفادة من انتقال اثر السرعة من الرجلين الى الجذع.</p> <p>ب- ثني الذراعين.</p> <p>ج- زيادة المرجحة بالرجل الحرة.</p>	1

			من النواحي الفنية لعرض التمرين على جهاز العقلة هو: أ- استمرار مرجحة الرجلين اماما. ب- الجسم ليس على استقامة واحدة. ج- ايقاف مرجحة الرجلين خلفا تعمل زاوية في مفصلي الفخذين.	2
			من الاسباب التي تعمل على عدم اداء حركة الكب على جهاز العقلة هو: أ- سقوط الكتفين للأمام مما له تأثير على ارتفاع الجسم. ب- عدم تثبيت الكتفين بعد الوصول لوضع الارتكاز و استمرار مرجحة الرجلين خلفا. ج- اليدين اوسع او اضيق من اتساع الصدر.	3
			من متطلبات عرض التمرين عند نهاية حركة الكب على اللاعب ان: أ- يتخذ اللاعب وضع الارتكاز الامامي و الرجلين مضمومة الى بعضها. ب- تحقيق وضع كافي لإتمام قوس طيران ثاني. ج- اخراج الجسم من حالة التوازن.	4
			من اسباب فشل اداء حركة الكب على جهاز العقلة هو: أ- عدم ثني مفصلي الفخذين لينتج عنه عدم ملامسة مشطي القدمين للعارضة. ب- عدم جذب العارضة باليدين للأسفل للاستفادة من انتقال اثر السرعة من الرجلين الى الجذع. ج- كل ما ذكر.	5
			لوصول اللاعب لوضع الارتكاز الامامي على جهاز العقلة يقوم اللاعب بـ: أ- مراعاة النواحي الفنية الخاصة بالمرجحة اماما و خلفا. ب- جذب البار باليدين للأسفل و اليدين مفرودة لرفع الجسم للأعلى. ج- استمرار مرجحة الرجلين اماما.	6
			عقب ثني مفصلي الفخذين بسرعة لتقليل الزاوية المحصورة بين الجذع و الرجلين يقوم اللاعب بـ: أ- زيادة المرجحة بالرجل الحرة. ب- ثني الذراعين. ج- مرجحة الرجلين بقوة للأسفل لجذب البار باليدين و الوصول لوضع الارتكاز.	7
			من الابخاء الشائعة لمهارة الكب على جهاز العقلة عدم ثني مفصلي الفخذين لينتج عنه: أ- عدم ملامسة مشطي القدمين للعارضة. ب- مرجحة الرجلين بقوة للأسفل. ج- ليس مما ذكر.	8
التعديل	لا يصلح	يصلح	اسئلة القانون	ت
			الصعود لتنفيذ التمرين بدون اشارة او ضوء اخضر تكون الدرجة النهائية: أ- صفر. ب- يستمر اللاعب بالاداء. ج- يعود من جديد و يكرر الاداء بعد الاشارة.	1
			يكون الحسم عن خطأ السقوط بدون النظر الى صعوبة الحركة او التمرين هو: أ- 1.00. ب- 0.50. ج- 0.70.	2
			يكون بدء الروتين بعد الاشارة الخضراء من قبل D1 في كل الاجهزة خلال: أ- 20 ثانية. ب- 25 ثانية. ج- 30 ثانية.	3

			<p>زمن الاداء في الحركات الارضية عند الذكور لغاية:</p> <p>أ- 70 ثانية.</p> <p>ب- 80 ثانية.</p> <p>ج- 90 ثانية.</p>	4
			<p>الميفاتي يجلس بجانب اللجنة في:</p> <p>أ- جهة اليمين.</p> <p>ب- جهة اليسار.</p> <p>ج- اي جهة تناسبه.</p>	5
			<p>يبلغ طول مضمار الركض في جهاز طاولة القفز المسافة القصوى هي:</p> <p>أ- 24 متر من حافة المنصة.</p> <p>ب- 25 متر من حافة المنصة.</p> <p>ج- 26 متر من حافة المنصة.</p>	6
			<p>عند هبوط الجمبازي بالوقوف الجانبي المتعمد عند نهاية الحركة على جهاز طاولة القفز تكون الدرجة من قبل لجنة D و لجنة E هي:</p> <p>أ- 10.</p> <p>ب- 15.</p> <p>ج- 0.00.</p>	7
			<p>من وظائف لجنة E هي:</p> <p>أ- اعطاء درجة الحركة و صعوبتها.</p> <p>ب- مراقبة التمرين و تقييم الاخطاء.</p> <p>ج- حساب الوقت للتمرين.</p>	8
			<p>تصنف اخطاء التنفيذ (كثنى الذراعين - الرجلين - الجسم) الى:</p> <p>أ- خطأ صغير ، خطأ متوسط ، خطأ فادح.</p> <p>ب- خطأ صغير ، خطأ متوسط ، خطأ كبير ، سقوط.</p> <p>ج- خطأ عام ، خطأ خاص ، خطأ فني.</p>	9
			<p>عند الانتهاء من التمرين على جهاز طاولة القفز يكون الهبوط:</p> <p>أ- على القدمين و برجلين مضمومتين سواء بالاتجاه الامامي او الخلفي.</p> <p>ب- على القدمين و برجلين مضمومتين و بالاتجاه الجانبي.</p> <p>ج- على القدمين و برجلين مضمومتين وفي اي اتجاه تنتهي به الحركة.</p>	10
			<p>في بطولة الفردي العام (المرحلة الثانية) و نهائيات الاجهزة (المرحلة الثالثة) يكون لكل جمبازي:</p> <p>أ- مدرب واحد.</p> <p>ب- مدربان.</p> <p>ج- مدرب و مساعد.</p>	11
			<p>تتكون لجنة الجهاز (لجنة التحكيم) في الالعاب الاولمبية و بطولة العالم من:</p> <p>أ- 8 قضاة في كل لجنة.</p> <p>ب- 9 قضاة في كل لجنة.</p> <p>ج- 10 قضاة في كل لجنة.</p>	12
			<p>في جهاز المتوازي يجب على اللاعب اداء حركات الثبات على الأقل:</p> <p>أ- 1 ثانية.</p> <p>ب- 2 ثانية.</p> <p>ج- 3 ثانية.</p>	13
			<p>تبلغ ابعاد جهاز بساط الحركات الارضية:</p> <p>أ- 12 متر × 12 متر.</p> <p>ب- 13 متر × 13 متر.</p> <p>ج- 14 متر × 14 متر.</p>	14

			تقوم لجنة D بحساب: أ- قيمة الحركات (قيمة الصعوبة) بحسب جدول الصعوبات. ب- المخالفات و الخصومات على اداء اللاعب. ج- وقت التمرين.	15
			تقوم الجمل الحركية لكلا الجنسين من: أ- 10 درجة. ب- 15 درجة. ج- 20 درجة.	16
			يسمح للجمازي باعادة التمرين اي (التكرار) في حال: أ- سقوط اللاعب عن الجهاز. ب- الصعود لتنفيذ التمرين بدون اشارة او ضوء اخضر. ج- الانقطاع لأسباب خارجة عن ارادته	17
			يكون عدد المدربين المسموح بتواجدهم في تصفيات (المرحلة الاولى) ونهايات الفرقى (المرحلة الرابعة) للفريق الكامل هو: أ- مدرب واحد. ب- مدربين. ج- مدرب او مدربين.	18
			يكون جلوس حكام لجنة E حول الجهاز هو: أ- باتجاه عقارب الساعة بدأ من يسار لجنة D. ب- عكس عقارب الساعة بدأ من يمين لجنة D. ج- على خط واحد من منتصف الجهاز.	19

مفاتيح الإجابة الصحيحة لاختبار التحصيل المعرفي

الإجابة الصحيحة	تسلسل الفقرة	الإجابة الصحيحة	تسلسل الفقرة
ج	24	أ	1
أ	25	ب	2
ج	26	أ	3
ب	27	ج	4
ج	28	أ	5
ب	29	أ	6
أ	30	ج	7
أ	31	أ	8
أ	32	أ	9
ب	33	ج	10
ب	34	ج	11
أ	35	أ	12
أ	36	ج	13
ج	37	أ	14
ب	38	ج	15
أ	39	أ	16
أ	40	ج	17
ج	41	أ	18
ج	42	ج	19
ب	43	ج	20
		أ	21
		أ	22
		أ	23

ملحق (10)

اسماء الخبراء الذين عرض عليهم استمارة الاهداف السلوكية

مكان العمل	الاختصاص	السادة الخبراء	ت
جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	القياس والتقييم	أ.د. محمد جاسم الياسري	1
جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم حركي	أ.د. ناهدة عبد زيد الدليمي	2
الجامعة المستنصرية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم حركي	أ.د. نصير صفاء محمد	3
جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم حركي	أ.د. طالب حسين حمزة	4
جامعة كربلاء - كلية التربية	ادارة تربوية	أ.م.د. كاظم الشافي	5
جامعة كربلاء - كلية التربية	طرائق تدريس	أ.م.د. سعد جويد الجبوري	6
جامعة كربلاء - كلية التربية	علم نفس	أ.م.د. صادق عبيس الشافعي	7
جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم نفس	أ.م.د. اياد ناصر حسين	8
جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم حركي	أ.م.د. حاتم فليح حافظ	9
جامعة كربلاء - كلية التربية	طرائق تدريس	أ.م.د. عدي عيدان سلمان	10
الجامعة المستنصرية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	طرائق تدريس	أ.م.د. فراس عجيل الياور	11
جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم حركي	م.د. حيدر محمود عبد الله	12
جامعة كربلاء - كلية التربية	طرائق تدريس	م.م. دعاء بشير حسن	13
جامعة كربلاء - كلية التربية	طرائق تدريس	الاستاذ عزيز كاظم نايف	14

ملحق (11)

فقرات اختبار التحصيل المعرفي بصورتها النهائية

ت	الاسئلة
1	من النواحي الفنية لأداء قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية بالقسم التحضيري هو: أ- اليدين باتساع الصدر و ممدودة. ب- عدم مرجحة الرجل الحرة. ج- ثني الذراعين.
2	عند الانتهاء من قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية يكون الهبوط: أ- على الامشاط و الركبتين مثنية و الذراعان بجانب الجسم. ب- على الامشاط و الركبتين ممدودة و الذراعان عاليا. ج- على القدم بالكامل و الركبتين ممدودة و الذراعان عاليا.
3	من عوامل نجاح قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية هو: أ- دفع الارض باليدين بعد الوصول الى وضع الوقوف على اليدين. ب- الدفع القليل للأرض. ج- ضم الراس على الصدر و النظر اسفل قاعدة الارتكاز.
4	من عوامل فشل قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية هو: أ- الرجلين مضمومة الى بعضها. ب- الجسم ليس على استقامة واحدة. ج- الدفع القليل للأرض مما يسبب عدم اكتمال الدوران.
5	ان زيادة خطف الرجل الحرة عند اداء مهارة قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية يؤدي ذلك الى: أ- نجاح الاداء. ب- فشل الاداء. ج- ليس له تأثير.
6	من الاخطاء الشائعة لقفزة اليدين الامامية على طاولة القفز هو: أ- الطيران الاول بزاوية من مفصل الورك بسبب عدم مرجحة الرجل للخلف. ب- الذراعان اوسع من الصدر. ج- ضم الراس الى الجسم.
7	عند اداء قفزة اليدين الامامية على طاولة القفز يجب ان يكون: أ- الصدر للداخل واثناء وضع اليدين على ظهر المنصة يجب ان يكون الدفع للأسفل من مفصل الكف و الذراعان ممدودة. ب- الصدر للداخل واثناء وضع اليدين على ظهر المنصة يجب الدفع من امشاط الاصابع و الذراعان ممدودة. ج- الصدر للداخل واثناء وضع اليدين على ظهر المنصة يجب الدفع للأسفل من مفصل الكتفين و الذراعان ممدودتان.
8	في مضمار الركض للركضة التقريبية لأداء الحركة على طاولة القفز يستطيع الطالب ان: أ- يقطع الركضة التقريبية و بعد ذلك يمكن استئنافها. ب- يكرر الركضة التقريبية. ج- لا يستطيع قطع الركضة التقريبية.
9	من العوامل التي تساعد على تعلم قفزة اليدين الامامية على طاولة القفز بسهولة و بسرعة عالية و بدون تردد هو: أ- ان يتقن اللاعب قفزة اليدين الامامية على بساط الارضية. ب- ان يتقن اللاعب مهارة الوقوف على اليدين. ج- ان يتقن اللاعب مهارة القفزة العربية للوقوف.

10	من الاخطاء الشائعة لأداء الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي هو: أ- الجسم على استقامة واحدة. ب- الراس بين الذراعين و النظر الى قاعدة الارتكاز. ج- وجود تقوس بالظهر.
11	من متطلبات عرض التمرين على جهاز المتوازي هو: أ- يسمح بوضع لوحة القفاز بمستوى بساط الهبوط. ب- يسمح بمساعدة المدرب للاعب اثناء الصعود على الجهاز. ج- يسمح بوضع لوحة القفاز بمستوى بساط الهبوط.
12	من الشروط الاساسية للوقوف على اليدين على جهاز المتوازي هو: أ- اتقان الوقوف على اليدين على بساط الارضية. ب- اتقان القفزة الامامية على بساط الارضية. ج- اتقان القفزة العربية على بساط الارضية.
13	من الاخطاء الشائعة لمهارة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي هو: أ- مراعاة النواحي الفنية الخاصة بالمرجحة اماما و خلفا. ب- الرجلين مضمومة الى بعضها. ج- عدم مرجحة الجسم خلفا الى اقصى مدى يمكن يصعب معه الوصول الى الوضع الراسي.
14	تتم موازنة الجسم في الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي من: أ- مفصل الكتف. ب- مفصل الرسغ. ج- مفصل الورك.
15	من العوامل التي تساعد على اداء الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي و اعطاء جمالية للحركة وتقليل الخصومات هو: أ- اليدين باتساع الصدر. ب- الراس بين اليدين و بوضعها الطبيعي. ج- تجنب التقوس بالظهر.
16	من الاخطاء الشائعة لمهارة الكب على جهاز العقلة هو: أ- عدم جذب العارضة باليدين للأسفل. ب- الذراعين ممدودة. ج- وصول الرجلين للبار.
17	من مواصفات اداء مهارة الكب على جهاز العقلة هو: أ- استمرار مرجحة الرجلين اماما. ب- الجسم ليس على استقامة واحدة. ج- ايقاف مرجحة الرجلين خلفا تعمل زاوية في مفصل الورك.
18	من متطلبات عرض التمرين عند نهاية حركة الكب على الطالب ان: أ- يتخذ اللاعب وضع الارتكاز الامامي و الرجلين مضمومة الى بعضها. ج- تحقيق وضع كافي لإتمام قوس طيران ثاني. ج- اخراج الجسم من حالة التوازن.
19	لوصول اللاعب لوضع الارتكاز الامامي على جهاز العقلة يقوم اللاعب بـ: أ- مراعاة النواحي الفنية الخاصة بالمرجحة اماما و خلفا. ب- استمرار مرجحة الرجلين اماما. ج- جذب البار باليدين للأسفل و اليدين ممدودة لرفع الجسم للأعلى.

20	عقب ثني مفصل الورك بسرعة لتقليل الزاوية المحصورة بين الجذع و الرجلين يقوم اللاعب بـ: أ- زيادة المرجحة بالرجل الحرة. ب- ثني الذراعين. ج- مرجحة الرجلين بقوة للأسفل لجذب البار باليدين و الوصول لوضع الارتكاز.
21	من الاخطاء الشائعة لمهارة الكب على جهاز العقلة عدم ثني مفصلي الفخذين لينتج عنه: أ- عدم ملامسة مشطي القدمين للعارضة. ب- خطف وإيقاف الخطف بالرجلين. ج- إيقاف مرجحة الرجلين خلفا تعمل زاوية في مفصل الورك.
22	الصعود لتنفيذ التمرين بدون اشارة او ضوء اخضر تكون الدرجة النهائية: أ- صفر. ب- يستمر اللاعب بالأداء. ج- يعود من جديد و يكرر الاداء بعد الاشارة.
23	يكون الحسم عن خطأ السقوط بدون النظر الى صعوبة الحركة او التمرين هو: أ- 1.00 ب- 0.50 ج- 0.75
24	يكون بدء تمرين السلسلة بعد الاشارة الخضراء من قبل D1 في كل الاجهزة خلال: أ- 20 ثانية. ب- 25 ثانية ج- 30 ثانية.
25	زمن الاداء في سلسلة الحركات الارضية عند الذكور لغاية: أ- 70 ثانية. ب- 80 ثانية. ج- 90 ثانية.
26	الميقاتي يجلس بجانب اللجنة D في: أ- جهة اليمين. ب- جهة اليسار. ج- اي جهة تناسبه.
27	يبلغ طول مضمار الركض في جهاز طاولة القفز المسافة القصوى هي: أ- 24 متر من حافة المنصة. ب- 25 متر من حافة المنصة. ج- 26 متر من حافة المنصة.
28	عند هبوط الطالب بالوقوف الجانبي المتعمد عند نهاية الحركة على جهاز طاولة القفز تكون الدرجة من قبل لجنة D و لجنة E هي: أ- 10 ب- 15 ج- 0.00
29	من وظائف لجنة E هي: أ- اعطاء درجة الحركة و صعوبتها. ب- مراقبة التمرين و تقييم الاخطاء. ج- حساب الوقت للتمرين.
30	تصنف اخطاء التنفيذ (كثني الذراعين - الرجلين - الجسم) الى: أ- خطأ صغير ، خطأ متوسط ، خطأ فادح. ب- خطأ عام ، خطأ خاص ، خطأ فني. ج- خطأ صغير ، خطأ متوسط ، خطأ كبير ، سقوط.
31	عند الانتهاء من التمرين على جهاز طاولة القفز يكون الهبوط: أ- على القدمين و برجلين مضمومتين سواء بالاتجاه الامامي او الخلفي. ب- على القدمين و برجلين مضمومتين و بالاتجاه الجانبي. ج- على القدمين و برجلين مضمومتين وفي اي اتجاه تنتهي به الحركة.

32	في بطولة الفردي العام (المرحلة الثانية) و نهائيات الاجهزة (المرحلة الثالثة) يكون لكل لاعب: أ- مدرب واحد. ب- مدربان. ج- مدرب و مساعد.
33	تتكون لجنة الجهاز (لجنة التحكيم) في الالعاب الاولمبية و بطولة العالم من: أ- 8 قضاة في كل لجنة. ب- 9 قضاة في كل لجنة. ج- 10 قضاة في كل لجنة.
34	في جهاز المتوازي يجب على اللاعب اداء حركات الثبات على الاقل: أ- 1 ثانية. ب- 2 ثانية . ج- 3 ثانية.
35	تبلغ ابعاد جهاز بساط الحركات الارضية: أ- 12متر × 12متر. ب- 13متر × 13متر. ج- 14متر × 14متر.
36	تقوم لجنة D بحساب: أ- قيمة الحركات (قيمة الصعوبة) بحسب جدول الصعوبات. ب- المخالفات و الخصومات على اداء اللاعب. ج- وقت التمرين.
37	تقوم الجمل الحركية لكلا الجنسين من: أ- 10درجة. ب- 15درجة. ج- 20درجة.
38	يسمح للاعب بإعادة التمرين اي (التكرار) في حال: أ- سقوط اللاعب عن الجهاز. ب- الانقطاع لأسباب خارجة عن ارادته. ج- الصعود لتنفيذ التمرين بدون اشارة او ضوء اخضر.
39	من الأخطاء الشائعة لقفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز اثناء الهبوط هو: أ- تباعد القدمين عن بعضهما مما يقلل فرصة التوازن. ب- الهبوط على القدمين معا مع انثناء بسيط. ج- فتح الرجلين والركبتين ممدودة دون انثناء.
40	عند تجاوز ل 30 ثانية قبل استئناف التمرين بعد السقوط يمون القرار هو: أ- اعتبار التمرين منتهي لغاية السقوط. ب- خصم درجة من المجموع النهائي للاعب. ج- إعطاء صفر للاعب.
41	من النواحي الفنية لمهارة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي عند الثبات في وضع الاتزان هو: أ- عدم انتظام التنفس وحريته وكتمه اثناء الأداء. ب- انثناء الرأس للخلف كبير. ج- مشطي القدمين عموديا على قاعدة الارتكاز.
42	من الأخطاء الشائعة لأداء مهارة قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الأرضية هو: أ- الجسم ممدود. ب- زيادة المرجحة بالرجل الحرة. ج- اليدين أوسع او اضيق من اتساع الصدر.
43	اختصار الاتحاد الدولي للجمناستك هو: أ- FIFA. ب- FIG. ج- FIBA.

ملحق (12)

نماذج لوحدات تعليمية في مادة الجمناستك (العملي)

المجموعة: التجريبية الاولى.

الهدف التعليمي: تعلم قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية.

الاجهزة و الادوات: قاعة جمناستك، بساط ارضية، نظارات VR.

زمن الوحدة: 90 دقيقة.

المرحلة: الثالثة.

عدد الطلاب: 20 طالب.

المكان: قاعة الجمناستك.

الملاحظات	التنظيم (التشكيلات)	محتوى الوحدة التعليمية	الوقت	اقسام الوحدة
			15د	1- القسم الاعدادي
	xxxxxxxxxx	- تسجيل الغياب و تحضير الادوات و الاجهزة.	3د	أ- المقدمة
التأكيد على الوقوف الصحيح و المسافات.	T	- تهيئة الجهاز الدوري التنفسي و المجاميع العصبية و العضلية و المفاصل من خلال اداء حركات اثناء السير ثم الهرولة الخفيفة مع رفع الركبتين اماما عاليا مع تبادل رفع الكعبين للخلف، تدوير الذراع اليمين ثم اليسار للأمام ثم تدويرهما بالتعاقب للخلف.	5د	ب- الاحماء العام
	xxxxxxxxxx	- تمارين بدنية متخصصة (تمارين تمطيه).	7د	ج- الاحماء الخاص
التأكيد على مس اصابع القدمين و الثبات في اخر عدة.	T	• (الوقوف) الذراعين تخفض فتل الجذع للجانبين ثم اماما (4 عدة). • (جلوس طويل) مد الذراعين اماما ومس اصابع القدمين (4 عدة). • (الوقوف) القفز على البقعة مع رفع الركبتين للأعلى. • (التعلق) سحب الجسم عاليا (5 عدة). • (التعلق) رفع الرجلين عاليا اماما (5 عدة). • (الاستناد الامامي) ثني ومد الذراعين (5 عدة).		
	xxxxxxxxxx			

<p>ضرورة الانتباه للمدرس و محاولة الاجابة عن الاسئلة المطروحة.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - شرح المعلومات العامة عن مهارة قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية و شروط اداءها بالشكل الصحيح باستخدام نظارة ال(VR). - عدم مرجحة الرجل الحرة. - ثني الذراعين، او اليدين اوسع او اضيق من اتساع الصدر، و الدفع القليل للارض. - عدم فتح زاوية الكتفين بشكل كامل مما يعيق اتمام الدوران والانتقال. - يكون الهبوط على الكعبين وليس الامشاط. - التذكير بمراحل اداء قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية من خلال المشاهدة عن طريق النظارة واعطاء القواعد القانونية عن المهارة. - مشاهدة اداء المهارة كاملة عن طريق النظارة (VR). 	<p>70 د 25 د</p>	<p>2- القسم الرئيسي أ- النشاط التعليمي</p>
<p>التأكيد على الاداء الصحيح للمهارة.</p>	<p>xxxxxxxxxxxx T</p>	<ul style="list-style-type: none"> - تعليم الارتقاء وذلك من خطوة واحدة، خطوتين ثم من الجري العادي. - تعليم الدفع باليدين، اليدين باتساع الصدر ونشر الاصابع والرأس بين الذراعين بوضعها الطبيعي. - مرجحة الرجل الحرة للوقوف على اليدين. - زيادة المرجحة بالرجل الحرة امام الحائط. - اداء المهارة بمساعدة الزميل. - اداء المهارة بمساعدة الصندوق الخشبي. - استخدام القفاز. - الهبوط يكون على الامشاط والركبتين ممدودة والذراعين عاليا. - اداء مهارة قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية مع الاخذ بنظر الاعتبار القواعد القانونية للأداء مع تصحيح الاخطاء. 	<p>45</p>	<p>ب- النشاط التطبيقي</p>
		<ul style="list-style-type: none"> - تمارين استرخاء و تهدئة عامة للجسم. - الانصراف بصيحة انتهاء الدرس. 	<p>5 د</p>	<p>3- القسم الختامي</p>

المجموعة: التجريبية الثانية.

المرحلة: الثالثة.

الهدف التعليمي: تعلم قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية.

عدد الطلاب: 20 طالب.

الاجهزة و الادوات: قاعة جمناستك، بساط ارضية، شاشة عرض.

المكان: قاعة الجمناستك.

زمن الوحدة: 90 دقيقة.

الملاحظات	التنظيم (التشكيلات)	محتوى الوحدة التعليمية	الوقت	اقسام الوحدة
التأكيد على الوقوف الصحيح و المسافات.	xxxxxxxxxx T	- تسجيل الغياب و تحضير الادوات و الاجهزة. - تهيئة الجهاز الدوري التنفسي و المجاميع العصبية و العضلية و المفاصل من خلال اداء حركات اثناء السير ثم الهرولة الخفيفة مع رفع الركبتين اماما عاليا مع تبادل رفع الكعبين للخلف، تدوير الذراع اليمين ثم اليسار للأمام ثم تدويرهما بالتعاقب للخلف.	15د 3د 5د	1- القسم الاعدادي أ- المقدمة ب- الاحماء العام
	xxxxxxxxxx T xxxxxxxxxx	- تمارين بدنية متخصصة (تمارين تمطيه). • (الوقوف) الذراعين تخفض فتل الجذع للجانبين ثم اماما (4 عدة). • (جلوس طويل) مد الذراعين اماما ومس اصابع القدمين (4 عدة). • (الوقوف) القفز على البقعة مع رفع الركبتين للأعلى. • (التعلق) سحب الجسم عاليا (5 عدة). • (التعلق) رفع الرجلين عاليا اماما (5 عدة). • (الاستناد الامامي) ثني ومد الذراعين (5 عدة).	7د	ج- الاحماء الخاص

2- القسم
الرئيسي
أ- النشاط
التعليمي

70 د

25 د

- شرح المعلومات العامة عن مهارة قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية و شروط اداها بالشكل الصحيح باستخدام شاشة العرض.
- عدم مرجحة الرجل الحرة.
- ثني الذراعين، او اليدين اوسع او اضيق من اتساع الصدر، و الدفع القليل للارض.
- عدم فتح زاوية الكتفين بشكل كامل مما يعيق اتمام الدوران والانتقال.
- يكون الهبوط على الكعبين وليس الامشاط.
- التذكير بمراحل اداء قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية من خلال المشاهدة عن طريق النظارة واعطاء القواعد القانونية عن المهارة.
- مشاهدة اداء المهارة كاملة عن طريق الشاشة.

ضرورة الانتباه للمدرس و محاولة الاجابة عن الاسئلة المطروحة.

ب- النشاط
التطبيقي

45

xxxxxxxxxxxx

T

- تعليم الارتقاء وذلك من خطوة واحدة، خطوتين ثم من الجري العادي.
- تعليم الدفع باليدين، اليدين باتساع الصدر ونشر الاصابع والرأس بين الذراعين بوضعها الطبيعي.
- مرجحة الرجل الحرة للوقوف على اليدين.
- زيادة المرجحة بالرجل الحرة امام الحانط.
- اداء المهارة بمساعدة الزميل.
- اداء المهارة بمساعدة الصندوق الخشبي.
- استخدام القفاز.
- الهبوط يكون على الامشاط والركبتين ممدودة والذراعين عاليا.
- اداء مهارة قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية مع الاخذ بنظر الاعتبار القواعد القانونية للأداء مع تصحيح الاخطاء.

التأكيد على الاداء الصحيح للمهارة.

3- القسم
الختامي

5 د

- تمارين استرخاء و تهدئة عامة للجسم.
- الانصراف بصيحة انتهاء الدرس.

المجموعة: التجريبية الاولى.

المرحلة: الثالثة.

الهدف التعليمي: تعلم قفزة اليدين الامامية على طاولة القفز.

عدد الطلاب: 20 طالب.

الاجهزة و الادوات: قاعة جمناستك، قفاز، طاولة قفز، بساط امان، نظارات VR.

المكان: قاعة الجمناستك.

زمن الوحدة: 90 دقيقة.

الملاحظات	التنظيم (التشكيلات)	محتوى الوحدة التعليمية	الوقت	اقسام الوحدة
			15د	1- القسم الاعدادي
التأكيد على الوقوف الصحيح و المسافات.	xxxxxxxxxxxx T	- تسجيل الغياب و تحضير الادوات و الاجهزة. - تهيئة الجهاز الدوري التنفسي و المجاميع العصبية و العضلية و المفاصل من خلال اداء حركات اثناء السير ثم الهرولة الخفيفة مع رفع الركبتين اماما عاليا مع تبادل رفع الكعبين للخلف، تدوير الذراع اليمين ثم اليسار للأمام ثم تدويرهما بالتعاقب للخلف.	3 د	أ- المقدمة
			5 د	ب- الاحماء العام
التأكيد على مس اصابع القدمين و الثبات في اخر عدة.	xxxxxxxxxxxx T xxxxxxxxxxxx	- تمارين بدنية متخصصة (تمارين تمطيه). • (الوقوف) ميل الجذع للأمام ولمس الارض بالكفين. (4 عدة). • (جلوس طويل) مد الذراعين اماما ومس اصابع القدمين (4 عدة). • (الوقوف) القفز على البقعة مع رفع الركبتين للأعلى. • (الاستلقاء) رفع الذراعين عاليا مع رفع الساقين بالتبادل (8 عدة). • (التعلق المتقاطع) سحب الجسم عاليا (بحرية). • (الوقوف، بجانب المصطبة) القفز عبر المصطبة (4 عدة). • (الاستناد الامامي) ثني ومد الذراعين (5 عدة).	7 د	ج- الاحماء الخاص

<p>ضرورة الانتباه للمدرس و محاولة الاجابة عن الاسئلة المطروحة.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - الطيران الاول بزاوية من مفصل الورك بسبب عدم مرجحة الرجلين للخلف. - سقوط الكتفين للأمام مما له تأثير على ارتفاع الجسم. - ثني مفصلي المرفقين اثناء مرور الجسم بوضع الوقوف على اليدين. - اعطاء القواعد القانونية عن المهارة. - شرح المعلومات العامة عن مهارة قفزة اليدين الامامية على بساط الارضية و شروط ادائها بالشكل الصحيح باستخدام نظارة ال(VR). - التذكير بمراحل اداء قفزة اليدين الامامية على بساط الارضية باستخدام النظارة. - مشاهدة المهارة عن طريق النظارة. 	<p>70 د 25 د</p>	<p>2- القسم الرئيسي أ- النشاط التعليمي</p>
<p>التأكيد على الاداء الصحيح للمهارة.</p>	<p>xxxxxxxxxxxxx T</p>	<ul style="list-style-type: none"> - بعد ترك القفاز بالرجلين معا يجب قذف الرجلين معا الى الخلف الاعلى بقوة فيصبح تقوس بالظهر. - بعد دفع المنصة يجب استقامة الجسم وذلك بتوقيف الرجلين اثناء مرورها في الوضع العمودي للمنصة حتى يرتفع الجسم للأعلى. - طيران الجسم دون زوايا ثم الاستعداد للهبوط والرأس طبيعيا ثم ثني الركبتين قليلا ليمتص الصدمة. - اداء مهارة قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية مع الاخذ بنظر الاعتبار القواعد القانونية للأداء مع تصحيح الاخطاء. - اداء المهارة باستخدام الصندوق الخشبي من الطبقات العليا وصولا الى اخر طبقة لزيادة مدى الحركة. - اداء المهارة باستخدام القفاز مع التأكيد على الدفع باليدين. 	<p>45</p>	<p>ب- النشاط التطبيقي</p>
		<ul style="list-style-type: none"> - تمارين استرخاء و تهدئة عامة للجسم. - الانصراف بصيحة انهاء الدرس. 	<p>5 د</p>	<p>3- القسم الختامي</p>

المجموعة: التجريبية الثانية.

المرحلة: الثالثة.

الهدف التعليمي: تعلم قفزة اليدين الامامية على طاولة القفز.

عدد الطلاب: 20 طالب.

الاجهزة و الادوات: قاعة جمناستك، قفاز، طاولة قفز، بساط امان، شاشة عرض.

المكان: قاعة الجمناستك.

زمن الوحدة: 90 دقيقة.

الملاحظات	التنظيم (التشكيلات)	محتوى الوحدة التعليمية	الوقت	اقسام الوحدة
التأكيد على الوقوف الصحيح و المسافات.	xxxxxxxxxxx T	- تسجيل الغياب و تحضير الادوات و الاجهزة. - تهيئة الجهاز الدوري التنفسي و المجاميع العصبية و العضلية و المفاصل من خلال اداء حركات اثناء السير ثم الهرولة الخفيفة مع رفع الركبتين اماما عاليا مع تبادل رفع الكعبين للخلف، تدوير الذراع اليمين ثم اليسار للأمام ثم تدويرهما بالتعاقب للخلف.	15د 3 د 5 د	1- القسم الاعدادي أ- المقدمة ب- الاحماء العام
التأكيد على مس اصابع القدمين و الثبات في اخر عدة.	xxxxxxxxxxx T xxxxxxxxxxx	- تمارين بدنية متخصصة (تمارين تمطيه). • (الوقوف) ميل الجذع للأمام ولمس الارض بالكفين. (4 عدة). • (جلوس طويل) مد الذراعين اماما ومس اصابع القدمين (4 عدة). • (الوقوف) القفز على البقعة مع رفع الركبتين للأعلى. • (الاستلقاء) رفع الذراعين عاليا مع رفع الساقين بالتبادل (8 عدة). • (التعلق المتقاطع) سحب الجسم عاليا (بحرية). • (الوقوف، بجانب المصطبة) القفز عبر المصطبة (4 عدة). • (الاستناد الامامي) ثني ومد الذراعين (5 عدة).	7 د	ج- الاحماء الخاص

<p>ضرورة الانتباه للمدرس و محاولة الاجابة عن الاسئلة المطروحة.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - الطيران الاول بزاوية من مفصل الورك بسبب عدم مرجحة الرجلين للخلف. - سقوط الكتفين للأمام مما له تأثير على ارتفاع الجسم. - ثني مفصلي المرفقين اثناء مرور الجسم بوضع الوقوف على اليدين. - اعطاء القواعد القانونية عن المهارة. - شرح المعلومات العامة عن مهارة قفزة اليدين الامامية على بساط الارضية و شروط ادائها بالشكل الصحيح باستخدام شاشة العرض. - التذكير بمراحل اداء قفزة اليدين الامامية على بساط الارضية باستخدام الشاشة. - مشاهدة المهارة عن طريق الشاشة. 	<p>70 د 25 د</p>	<p>2- القسم الرئيسي أ- النشاط التعليمي</p>
<p>التأكيد على الاداء الصحيح للمهارة.</p>	<p>xxxxxxxxxxxxx T</p>	<ul style="list-style-type: none"> - بعد ترك القفاز بالرجلين معا يجب قذف الرجلين معا الى الخلف الاعلى بقوة فيصبح تقوس بالظهر. - بعد دفع المنصة يجب استقامة الجسم وذلك بتوقيف الرجلين اثناء مرورها في الوضع العمودي للمنصة حتى يرتفع الجسم للأعلى. - طيران الجسم دون زوايا ثم الاستعداد للهبوط والرأس طبيعيا ثم ثني الركبتين قليلا ليتمص الصدمة. - اداء مهارة قفزة اليدين الامامية على بساط الحركات الارضية مع الاخذ بنظر الاعتبار القواعد القانونية للأداء مع تصحيح الاخطاء. - اداء المهارة باستخدام الصندوق الخشبي من الطبقات العليا وصولا الى اخر طبقة لزيادة مدى الحركة. - اداء المهارة باستخدام القفاز مع التأكيد على الدفع باليدين. 	<p>45</p>	<p>ب- النشاط التطبيقي</p>
		<ul style="list-style-type: none"> - تمارين استرخاء و تهدئة عامة للجسم. - الانصراف بصيحة انهاء الدرس. 	<p>5 د</p>	<p>3- القسم الختامي</p>

المجموعة: التجريبية الاولى.

المرحلة: الثالثة.

الهدف التعليمي: تعلم مهارة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي.

عدد الطلاب: 20 طالب.

الاجهزة و الادوات: قاعة جمناستك، جهاز متوازي، بساط امان، نظارات VR.

المكان: قاعة الجمناستك.

زمن الوحدة: 90 دقيقة.

الملاحظات	التنظيم (التشكيلات)	محتوى الوحدة التعليمية	الوقت	اقسام الوحدة
التأكيد على الوقوف الصحيح و المسافات.	xxxxxxxxxx T	- تسجيل الغياب و تحضير الادوات و الاجهزة. - تهيئة الجهاز الدوري التنفسي و المجاميع العصبية و العضلية و المفاصل من خلال اداء حركات اثناء السير ثم الهولة الخفيفة مع رفع الركبتين اماما عاليا مع تبادل رفع الكعبين للخلف، تدوير الذراع اليمين ثم اليسار للأمام ثم تدويرهما بالتعاقب للخلف.	15د 3د 5د	1- القسم الاعدادي أ- المقدمة ب- الاحماء العام
	xxxxxxxxxx T xxxxxxxxxx	- تمارين بدنية متخصصة (تمارين تمطيه). • (الوقوف) الذراعين تخفض فتل الجذع للجانبين ثم اماما (4 عدة). • (جلوس طويل) مد الذراعين اماما ومس اصابع القدمين (4 عدة). • (الوقوف) القفز على البقعة مع رفع الركبتين للأعلى. • (الوقوف، فتحا) تدوير الذراعين اماما ثم خلفا (بحرية). • (الاستناد الامامي) ثني ومد الذراعين (بوزن). • (الاستناد الامامي) رفع الساقين خلفا بالتبادل (4 عدة). • (الانبطاح، مسك الرقبة) رفع الجذع عاليا (بوزن).	7د	ج- الاحماء الخاص
التأكيد على مس اصابع القدمين و الثبات في اخر عدة.				

<p>ضرورة الانتباه للمدرس و محاولة الاجابة عن الاسئلة المطروحة.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - عدم مراعاة النواحي الفنية الخاصة بالمرجحة اماما وخلفا. - عدم مرجحة الجسم خلفا الى اقصى مدى ممكن . - الجسم ليس على استقامة واحدة. - ثني الذراعين اثناء الاداء وضم الرأس الى الصدر. - شرح المعلومات العامة عن مهارة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي و شروط ادائها بالشكل الصحيح باستخدام نظارة ال(VR). - اعطاء القواعد القانونية عن المهارة. - التذكير بمراحل اداء الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي باستخدام النظارة. - مشاهدة المهارة عن طريق النظارة. 	<p>70 د 25 د</p>	<p>2- القسم الرئيسي أ- النشاط التعليمي</p>
<p>التأكيد على الاداء الصحيح للمهارة.</p>	<p>xxxxxxxxxxxxx T</p>	<ul style="list-style-type: none"> - مرجحة الرجلين خلفا عاليا لإبعاد مركز ثقل الجسم عن محور الارتكاز للحصول على اكبر طاقة ممكنة. - اداء المهارة بمساعدة المدرس. - الثبات في وضع الاتزان ومشطي القدمين عموديا على قاعدة الارتكاز. - الجسم على استقامة واحدة والنظر قليلا للامام. - استخدام متوازي منخفض. - اداء مهارة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي مع الاخذ بنظر الاعتبار القواعد القانونية للأداء مع تصحيح الاخطاء. 	<p>45</p>	<p>ب- النشاط التطبيقي</p>
		<ul style="list-style-type: none"> - تمارين استرخاء و تهدئة عامة للجسم. - الانصراف بصيحة انتهاء الدرس. 	<p>5 د</p>	<p>3- القسم الختامي</p>

المجموعة: التجريبية الثانية.

المرحلة: الثالثة.

الهدف التعليمي: تعلم مهارة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي.

عدد الطلاب: 20 طالب.

الاجهزة و الادوات: قاعة جمناستك، جهاز متوازي، بساط امان، شاشة عرض.

المكان: قاعة الجمناستك.

زمن الوحدة: 90 دقيقة.

الملاحظات	التنظيم (التشكيلات)	محتوى الوحدة التعليمية	الوقت	اقسام الوحدة
التأكيد على الوقوف الصحيح و المسافات.	xxxxxxxxxx	- تسجيل الغياب و تحضير الادوات و الاجهزة.	15د	1- القسم الاعدادي
	T	- تهيئة الجهاز الدوري التنفسي و المجاميع العصبية و العضلية و المفاصل من خلال اداء حركات اثناء السير ثم الهرولة الخفيفة مع رفع الركبتين اماما عاليا مع تبادل رفع الكعبين للخلف، تدوير الذراع اليمين ثم اليسار للأمام ثم تدويرهما بالتعاقب للخلف.	3د	أ- المقدمة
التأكيد على مس اصابع القدمين و الثبات في اخر عدة.	xxxxxxxxxx	- تمارين بدنية متخصصة (تمارين تمطيه).	5د	ب- الاحماء العام
	T	• (الوقوف) الذراعين تخفض فتل الجذع للجانبين ثم اماما (4 عدة). • (جلوس طويل) مد الذراعين اماما ومس اصابع القدمين (4 عدة). • (الوقوف) القفز على البقعة مع رفع الركبتين للأعلى. • (الوقوف، فتحا) تدوير الذراعين اماما ثم خلفا (بحرية). • (الاستناد الامامي) ثني ومد الذراعين (بوزن). • (الاستناد الامامي) رفع الساقين خلفا بالتبادل (4 عدة). • (الانبطاح، مسك الرقبة) رفع الجذع عاليا (بوزن).	7د	ج- الاحماء الخاص

<p>ضرورة الانتباه للمدرس و محاولة الاجابة عن الاسئلة المطروحة.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - عدم مراعاة النواحي الفنية الخاصة بالمرجحة اماما وخلفا. - عدم مرجحة الجسم خلفا الى اقصى مدى ممكن . - الجسم ليس على استقامة واحدة. - ثني الذراعين اثناء الاداء وضم الرأس الى الصدر. - شرح المعلومات العامة عن مهارة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي و شروط ادائها بالشكل الصحيح باستخدام الشاشة. - اعطاء القواعد القانونية عن المهارة. - التذكير بمراحل اداء الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي باستخدام الشاشة. - مشاهدة المهارة عن طريق الشاشة. 	<p>70 د 25 د</p>	<p>2- القسم الرئيسي أ- النشاط التعليمي</p>
<p>التأكيد على الاداء الصحيح للمهارة.</p>	<p>xxxxxxxxxxxx T</p>	<ul style="list-style-type: none"> - مرجحة الرجلين خلفا عاليا لإبعاد مركز ثقل الجسم عن محور الارتكاز للحصول على اكبر طاقة ممكنة. - اداء المهارة بمساعدة المدرس. - الثبات في وضع الاتزان ومشطي القدمين عموديا على قاعدة الارتكاز. - الجسم على استقامة واحدة والنظر قليلا للامام. - استخدام متوازي منخفض. - اداء مهارة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي مع الاخذ بنظر الاعتبار القواعد القانونية للأداء مع تصحيح الاخطاء. 	<p>45</p>	<p>ب- النشاط التطبيقي</p>
		<ul style="list-style-type: none"> - تمارين استرخاء و تهدئة عامة للجسم. - الانصراف بصيحة انتهاء الدرس. 	<p>5 د</p>	<p>3- القسم الختامي</p>

المجموعة: التجريبية الاولى.

المرحلة: الثالثة.

الهدف التعليمي: تعلم مهارة الكب على جهاز العقلة.

عدد الطلاب: 20 طالب.

الاجهزة و الادوات: قاعة جمناستك، جهاز عقلة، بساط امان، نظارات VR.

المكان: قاعة الجمناستك.

زمن الوحدة: 90 دقيقة.

الملاحظات	التنظيم (التشكيلات)	محتوى الوحدة التعليمية	الوقت	اقسام الوحدة
التأكيد على الوقوف الصحيح و المسافات.	xxxxxxxxxx	- تسجيل الغياب و تحضير الادوات و الاجهزة.	15د	1- القسم الاعدادي
	T	- تهيئة الجهاز الدوري التنفسي و المجاميع العصبية و العضلية و المفاصل من خلال اداء حركات اثناء السير ثم الهرولة الخفيفة مع رفع الركبتين اماما عاليا مع تبادل رفع الكعبين للخلف، تدوير الذراع اليمين ثم اليسار للأمام ثم تدويرهما بالتعاقب للخلف.	3د	أ- المقدمة
التأكيد على مس اصابع القدمين و الثبات في اخر عدة.	xxxxxxxxxx	- تمارين بدنية متخصصة (تمارين تمطيه).	5د	ب- الاحماء العام
	T	• (الوقوف) الذراعين تخرصر فتل الجذع للجانبين ثم اماما (4 عدة). • (جلوس طويل) مد الذراعين اماما ومس اصابع القدمين (4 عدة). • (الوقوف) القفز على البقعة مع رفع الركبتين للأعلى. • (التعلق) سحب الجسم عاليا (6 عدة). • (التعلق) رفع الساقين عاليا اماما (6 عدة). • (الجلوس الطويل - فتحا) مد الذراعين اماما للمس القدم المعاكسة (4 عدة). • (الاستلقاء - ثني الركبتين - الذراعان خلف الرقبة) ثني الجذع اماما ثم خفضه (10 عدة).	7د	ج- الاحماء الخاص

<p>ضرورة الانتباه للمدرس و محاولة الاجابة عن الاسئلة المطروحة.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - شرح المعلومات العامة عن مهارة الكب على جهاز العقلة و شروط اداءها بالشكل الصحيح. - استمرار مرجحة الرجلين اماما فيعمل ذلك تقوس بالظهر. - عدم ثني مفصل الورك لينتج عنه عدم لمس مشطي القدمين للعارضة. - عدم جذب العارضة باليدين للأسفل للاستفادة من انتقال اثر السرعة من الرجلين للجذع. - ثني الذراعين اثناء جذب البار للأسفل. - التذكير بمراحل اداء مهارة الكب على جهاز العقلة من خلال المشاهدة عن طريق النظارة. - اعطاء القواعد القانونية عن المهارة. - مشاهدة اداء المهارة كاملة عن طريق النظارة. 	<p>70 د 25 د</p>	<p>2- القسم الرئيسي أ- النشاط التعليمي</p>
<p>التأكيد على الاداء الصحيح للمهارة.</p>	<p>xxxxxxxxxxxx T</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ايقاف مرجحة الرجلين خلفا بعمل زاوية من مفصلي الفخذين. - ايقاف المرجحة اماما بعمل تقوس بالظهر تمهيدا لثني مفصل الورك. - ثني مفصل الورك بسرعة لتقليل الزاوية بين الجذع والرجلين. - مرجحة الرجلين بقوة للأسفل عقب ثني مفصل الورك. - جذب العارضة للأسفل وتغيير قبضة اليدين للوصول للوضع الارتكاز الامامي. - الرجلين مضمومة الى بعضها. - اداء المهارة بمساعدة الزميل. - اداء مهارة الكب على جهاز العقلة مع الاخذ بنظر الاعتبار القواعد القانونية للأداء مع تصحيح الاخطاء. 	<p>45</p>	<p>ب- النشاط التطبيقي</p>
		<ul style="list-style-type: none"> - تمارين استرخاء و تهدئة عامة للجسم. - الانصراف بصيحة انهاء الدرس. 	<p>5 د</p>	<p>3- القسم الختامي</p>

المجموعة: التجريبية الثانية.

المرحلة: الثالثة.

الهدف التعليمي: تعلم مهارة الكب على جهاز العقلة.

عدد الطلاب: 20 طالب.

الاجهزة و الادوات: قاعة جمناستك، جهاز عقلة، بساط امان، شاشة عرض.

المكان: قاعة الجمناستك.

زمن الوحدة: 90 دقيقة.

الملاحظات	التنظيم (التشكيلات)	محتوى الوحدة التعليمية	الوقت	اقسام الوحدة
			15د	1- القسم الاعدادي
	xxxxxxxxxx	- تسجيل الغياب و تحضير الادوات و الاجهزة.	3د	أ- المقدمة
التأكيد على الوقوف الصحيح و المسافات.	T	- تهيئة الجهاز الدوري التنفسي و المجاميع العصبية و العضلية و المفاصل من خلال اداء حركات اثناء السير ثم الهرولة الخفيفة مع رفع الركبتين اماما عاليا مع تبادل رفع الكعبين للخلف، تدوير الذراع اليمين ثم اليسار للأمام ثم تدويرهما بالتعاقب للخلف.	5د	ب- الاحماء العام
	xxxxxxxxxx	- تمارين بدنية متخصصة (تمارين تمطيه).	7د	ج- الاحماء الخاص
التأكيد على مس اصابع القدمين و الثبات في اخر عدة.	T	<ul style="list-style-type: none"> • (الوقوف) الذراعين تخفض فتل الجذع للجانبين ثم اماما (4 عدة). • (جلوس طويل) مد الذراعين اماما ومس اصابع القدمين (4 عدة). • (الوقوف) القفز على البقعة مع رفع الركبتين للأعلى. • (التعلق) سحب الجسم عاليا (6 عدة). • (التعلق) رفع الساقين عاليا اماما (6 عدة). • (الجلوس الطويل - فتحا) مد الذراعين اماما للمس القدم المعاكسة (4 عدة). • (الاستلقاء - ثني الركبتين - الذراعان خلف الرقبة) ثني الجذع اماما ثم خفضه (10 عدة). 		

2- القسم
الرئيسي
أ- النشاط
التعليمي

70 د

25 د

- شرح المعلومات العامة عن مهارة الكب على جهاز العقلة و شروط اداءها بالشكل الصحيح.
- استمرار مرجحة الرجلين اماما فيعمل ذلك تقوس بالظهر.
- عدم ثني مفصل الورك لينتج عنه عدم لمس مشطي القدمين للعارضة.
- عدم جذب العارضة باليدين للأسفل للاستفادة من انتقال اثر السرعة من الرجلين للجذع.
- ثني الذراعين اثناء جذب البار للأسفل.
- التذكير بمراحل اداء مهارة الكب على جهاز العقلة من خلال المشاهدة عن طريق الشاشة.
- اعطاء القواعد القانونية عن المهارة.
- مشاهدة اداء المهارة كاملة عن طريق الشاشة.

ضرورة الانتباه للمدرس و
محاولة الاجابة عن الاسئلة
المطروحة.

ب- النشاط
التطبيقي

45

xxxxxxxxxxxx

T

- ايقاف مرجحة الرجلين خلفا بعمل زاوية من مفصلي الفخذين.
- ايقاف المرجحة اماما بعمل تقوس بالظهر تمهيدا لثني مفصل الورك.
- ثني مفصل الورك بسرعة لتقليل الزاوية بين الجذع والرجلين.
- مرجحة الرجلين بقوة للأسفل عقب ثني مفصل الورك.
- جذب العارضة للأسفل وتغيير قبضة اليدين للوصول للوضع الارتكاز الامامي.
- الرجلين مضمومة الى بعضها.
- اداء المهارة بمساعدة الزميل.
- اداء مهارة الكب على جهاز العقلة مع الاخذ بنظر الاعتبار القواعد القانونية للأداء مع تصحيح الاخطاء.

التأكيد على الاداء الصحيح
للمهارة.

3- القسم
الختامي

5 د

- تمارين استرخاء و تهدئة عامة للجسم.
- الانصراف بصيحة انتهاء الدرس.

المجموعة: التجريبية الاولى.

المرحلة: الثالثة.

الهدف التعليمي: تعلم قانون اللعبة.

عدد الطلاب: 20 طالب.

الاجهزة و الادوات: قاعة جمناستك، استمارة تحكيم، نظارات VR.

المكان: قاعة الجمناستك.

زمن الوحدة: 90 دقيقة.

الملاحظات	التنظيم (التشكيلات)	محتوى الوحدة التعليمية	الوقت	اقسام الوحدة
التأكيد على الوقوف الصحيح و المسافات.	xxxxxxxxxx	- تسجيل الغياب و تحضير الادوات و الاجهزة.	15د	1- القسم الاعدادي
	T	- تهيئة الجهاز الدوري التنفسي و المجاميع العصبية و العضلية و المفاصل من خلال اداء حركات اثناء السير ثم الهرولة الخفيفة مع رفع الركبتين اماما عاليا مع تبادل رفع الكعبين للخلف، تدوير الذراع اليمين ثم اليسار للأمام ثم تدويرهما بالتعاقب للخلف.	3د	أ- المقدمة
التأكيد على مس اصابع القدمين و الثبات في اخر عدة.	xxxxxxxxxx	- تمارين بدنية متخصصة (تمارين تمطيه).	5د	ب- الاحماء العام
	T	• (الوقوف) الذراعين تخفض فتل الجذع للجانبين ثم اماما (4 عدة). • (جلوس طويل) مد الذراعين اماما ومس اصابع القدمين (4 عدة). • (الوقوف) القفز على البقعة مع رفع الركبتين للأعلى.	7د	ج- الاحماء الخاص

<p>ضرورة الانتباه للمدرس و محاولة الاجابة عن الاسئلة المطروحة.</p>		<p>- شرح المعلومات عن قانون اللعبة الخاصة بالمهارات الخاصة بالدراسة و شروط اداءها بالشكل الصحيح باستخدام نظارة ال(VR).</p>	<p>70 د 20 د</p>	<p>2- القسم الرئيسي أ- النشاط التعليمي</p>
<p>التأكيد على الاداء الصحيح للمهارة.</p>	<p>xxxxxxxxxxxx T</p>	<p>- اعطاء الطالب استمارة تقييم للحركات وعند مشاهدة الاداء من خلال النظارة يقوم بإعطاء درجة لكل صعوبة وايضا يمكن ان يشخص الاخطاء وخصوماتها.</p>	<p>50 د</p>	<p>ب- النشاط التطبيقي</p>
		<p>- تمارين استرخاء و تهدئة عامة للجسم. - الانصراف بصيحة انتهاء الدرس.</p>	<p>5 د</p>	<p>3- القسم الختامي</p>

المجموعة: التجريبية الثانية.

المرحلة: الثالثة.

الهدف التعليمي: تعلم قانون اللعبة.

عدد الطلاب: 20 طالب.

الاجهزة و الادوات: قاعة جمناستك، استمارة تحكيم، شاشة عرض.

المكان: قاعة الجمناستك.

زمن الوحدة: 90 دقيقة.

الملاحظات	التنظيم (التشكيلات)	محتوى الوحدة التعليمية	الوقت	اقسام الوحدة
التأكيد على الوقوف الصحيح و المسافات.	xxxxxxxxxx	- تسجيل الغياب و تحضير الادوات و الاجهزة.	15د	1- القسم الاعدادي
	T	- تهيئة الجهاز الدوري التنفسي و المجاميع العصبية و العضلية و المفاصل من خلال اداء حركات اثناء السير ثم الهرولة الخفيفة مع رفع الركبتين اماما عاليا مع تبادل رفع الكعبين للخلف، تدوير الذراع اليمين ثم اليسار للأمام ثم تدويرهما بالتعاقب للخلف.	3د	أ- المقدمة
التأكيد على مس اصابع القدمين و الثبات في اخر عدة.	xxxxxxxxxx	- تمارين بدنية متخصصة (تمارين تمطيه).	5د	ب- الاحماء العام
	T	• (الوقوف) الذراعين تخفض فتل الجذع للجانبين ثم اماما (4 عدة). • (جلوس طويل) مد الذراعين اماما ومس اصابع القدمين (4 عدة). • (الوقوف) القفز على البقعة مع رفع الركبتين للأعلى.	7د	ج- الاحماء الخاص

<p>ضرورة الانتباه للمدرس و محاولة الاجابة عن الاسئلة المطروحة.</p>		<p>- شرح المعلومات عن قانون اللعبة الخاصة بالمهارات الخاصة بالدراسة و شروط ادائها بالشكل الصحيح باستخدام شاشة العرض.</p>	<p>70 د 20 د</p>	<p>2- القسم الرئيسي أ- النشاط التعليمي</p>
<p>التأكيد على الاداء الصحيح للمهارة.</p>	<p>xxxxxxxxxxxx T</p>	<p>- اعطاء الطالب استمارة تقييم للحركات وعند مشاهدة الاداء على الشاشة يقوم باعطاء درجة لكل صعوبة وايضا يمكن ان يشخص الاخطاء و خصوماتها.</p>	<p>50 د</p>	<p>ب- النشاط التطبيقي</p>
		<p>- تمارين استرخاء و تهدئة عامة للجسم. - الانصراف بصيحة انتهاء الدرس.</p>	<p>5 د</p>	<p>3- القسم الختامي</p>

B

Abstract

impact of virtual reality technology use in improving cognitive achievement in basic gymnastics skills of students

researcher

Supervised

Muntadher Ibrahim Fadhil

Hassan Ali Hussein Ph.Dr.Prof.Asst

The problem of research is the fact that the game of gymnastic of the games, which is characterized by multiple devices and the many movements with different difficulties, which requires the student moves and different movements while maintaining a better level of performance, and the belief of the researcher the importance of adoption of learning technology and the use of virtual reality environments in the process of learning the skills of the gymnastic The operators of the educational and training process to be able to use in learning and acquiring skills and movements because the individual passes through the experiences that may not pass and learn in real reality and the study aimed to:

- Building an achievement test for some of the technical skills of gymnastic technical students for third stage in the Faculty of Physical Education and Sports Sciences.

C

- Preparation of educational units using virtual reality technology environments in improving knowledge achievement and learning some of the technical skills of technical devices.
- To identify the effect of using technology immersed in virtual reality in improving cognitive achievement and learning some skills on the gymnastic devices of students in the third stage in the Faculty of Physical Education and Sports Sciences.
- To identify the effect of using the virtual reality window technology in improving and learning some of the skills on gymnastic apparatus among the students of the third stage in the Faculty of Physical Education and Sports Sciences.
- Identify the advantages of differences between the using virtual reality environments and approach adopted by teacher in improving the achievement of knowledge and learning some skills on gymnastic of students.

The researcher in the second section dealt with a number of theoretical topics as well as the variables studied and treatment of studies group close to the current study. In the third section, the researcher used the experimental method in the style of equal groups with tribal and post-test. The research society was determined by students of the third stage in the Faculty of Physical Education and Sports Sciences/ Karbala University. The sample was selected in random sampling method (45) The researcher built the cognitive achievement test and

D

applied it to the research sample after conducting it for the tribal tests. After the period of the main experiment, the researcher conducted the remote tests on the research sample. In the fourth section, the researcher presented, analyzed and discussed what was produced. The results of the statistical analysis of the data, either in Part V has summarized a set of conclusions and recommendations.

CONCLUSIONS:

- Setting up a scientific research tool to determine the cognitive achievement of some skills of gymnastic devices for the third stage students in faculties of physical education and sports sciences.
- using the technology of immersive virtual reality effect effective in the development of cognitive achievement and learning some of the skills on gymnastic devices for students.
- using of virtual reality environment technology has an effective effect on the development of cognitive achievement and learning of some skills on students'.

E

Recommendations:

- The need to adopt the achievement test as a scientific research tool in measuring the cognitive achievement of some of the skills of the gymnastic students in the third stage in the faculties of physical education and sports science by the teachers and the concerned.
- the need to adopt the use of technology immersed in virtual reality in learning the basic skills on the devices of the gymnastic for students.
- The need to use virtual reality technology to learn basic skills for students on gymnastics devices window environment.



Ministry of Higher Education and Scientific Research

University of Karbala

College of Physical Education and Sports Sciences

**impact of virtual reality technology use in improving
cognitive achievement in basic gymnastics skills of
students**

By

Muntadher Ibrahim Fadhil Ibrahim Al – Gburi

**To the Council of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences –
University of Karbala, which is part of the requirements to obtain a master's
degree in physical education and sports sciences**

Supervised by

Hassan Ali Hussein Ph.Dr.Prof.Asst

A.M 1438

A.C 2017