



كلية التربية الرياضية
قسم المناهج وتدريس التربية الرياضية

**"تأثير برنامج تعليمي بإستخدام القدرات التوافقية على أداء بعض مهارات الجمباز
المنهجية لتلاميذ الحلقة الأولى
من التعليم الأساسي "**

بحث مقدم من
إيمان إبراهيم هريدي حسن
باحثة بقسم المناهج وتدريس التربية الرياضية
كلية التربية الرياضية
جامعة أسيوط

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية

إشراف
الأستاذ الدكتور
حنان محمد أحمد جعيسه

أستاذ المناهج وتدريس التربية الرياضية (تخصص كرة اليد)
كلية التربية الرياضية
جامعة أسيوط

الدكتور
عزبة كمال بدر عبد العال
مدرس بقسم المناهج وتدريس التربية الرياضية (تخصص سباحة)
كلية التربية الرياضية
جامعة أسيوط

الدكتور
حسين أحمد الحاج حمود
مدرس بقسم المناهج وتدريس التربية الرياضية (تخصص جمباز)
كلية التربية الرياضية
جامعة أسيوط

2020هـ / 1442

المخلص العربي

المقدمة ومشكلة البحث :

تعد البرامج التعليمية إحدى المرتكزات المهمة في عملية التخطيط للتعليم، وترجمتها إلى برامج تطبيقية لها مضمون متوجه لتحقيق أهداف تعليمية خاصة، والبرامج التعليمية لها مبادئ وأسس يجب إتباعها طبقاً للأهداف وصياغتها، والإمكانات المتوفرة، وأساليب التدريس (التنفيذ)، وكذلك أساليب التقويم، وبشكل خاص الأفراد المستفيدون من البرامج.

وكذلك أن لكل برنامج تعليمي وتربوي أهداف محددة يحاول بلوغها من خلال تنفيذه وإدارته، وذلك حتى تتحقق الفائدة المرجوة من إعداده، وهذه الأهداف يجب أن تترجم إلى سلوك يمكن ملاحظة أنماطه حتى يمكن تحديد ما اكتسبوه من نمو وخبرات فالبرنامج يسعى إلى توفير الخبرات التعليمية والتربوية للمتعلم لكي يمارس الأنماط المرغوب فيها من السلوك والتي تتفق مع القيم والإتجاهات المرغوبة فيها.

وبالتالي تتباين القدرات التوافقية من متطلبات الأداء المهاري، وتخالف عن بعضها في إتجاهها الديناميكي، ولا تظهر القدرات التوافقية كقدرات منفردة بل ترتبط دائماً مع بعضها البعض كى تخدم فى مضمونها تركيب الحركة الكلية بصورة متناسقة، كما ترتبط القدرات التوافقية بغيرها من شروط الإنجاز الرياضى والمتمثلة فى القدرات البدنية والمهارية والخططية والنفسية.

وبالتالي يتفق كلاً من "Mahmoud" (2006)، "Neumaier" (2003)، "Hohman" (2002)، على أن القدرات التوافقية هي مفتاح نجاح عمليات تعليم وتحسين وتطوير مستوى الأداء المهاري، كما أن الإهتمام الجيد والتدريب المتقن على القدرات التوافقية بشكل سليم وصحيح يساعد على حسن التفكير وسهولة تعلم المهارات الحركية وتطويرها.

رياضة الجمباز هي أحد أبرز الرياضيات التي يحتاج الإنجاز فيها إلى إرتباط المهارة باللياقة البدنية في كل عناصرها حيث توضح أن مكونات اللياقة البدنية الهامة المرتبطة بالمهارة هي الرشاقة، التوازن، التوافق، القدرة، زمن رد الفعل والسرعة وإن تطور ونمو الأداء المهاري يتطلب مستوى عالي من تلك المكونات.

وكذلك رياضة الجمباز تتمى الإحساس بالتوازن والسيطرة على الجسم بمقدار كبير بالمقارنة بأنواع أخرى من الرياضيات كذلك الشعور بالإيقاع والإحساس بالجمال.

فالجمباز لعبة فردية تتطلب من اللاعب التغلب على مخاوفه في تعلم الحركة، وأدائها ثم إجادتها، وتمارس هذه اللعبة بواسطة عدة أجهزة مختلفة منها خمسة للرجال وثلاثة لسيدات، إضافة للحركات الأرضية التي يؤديها الرجال والنساء دون إستعمال أية أداة.

وتعتبر وحدة مهارات الجمباز في المنهج المدرسي من وحدات التربية الرياضية الهامة والرئيسية والتي تأثرت بالتغيير والتطور السريع الذي شهدته العملية التربوية، فأصبح من الضروري تطوير تدريس محتوى هذا المقرر ليتلائم مع طبيعة أداء مهارات الجمباز ومن خلال إطلاع الباحثة على منهج التربية الرياضية بالصف السادس الإبتدائي المعد من قبل وزارة التربية والتعليم تبين لها أن الوحدة الخاصة بتدريس مهارات الجمباز قد تتطلب توافر قدر مناسب من القدرات التوافقية حيث أن القدرات التوافقية قد تساعد في تقليل الزمن اللازم لتعلم مهارات الجمباز المنهجية وكذلك الإقتصاد في الجهد المبذول خلال التنفيذ والإرتقاء بمستوى الأداء الفنى في هذه المرحلة السنوية.

وهذا ما يؤكد ذلك من "محمد لطفي السيد" (2006م)، "عصام الدين عبدالخالق مصطفى" (2005م) في أن إرتفاع مستوى القدرات التوافقية يعتبر مؤشراً لإرتفاع المستوى الفنى والمهارى للمتعلم وأن توفر مستوى جيد من تلك القدرات يؤدى إلى إختزال الزمن اللازم للتعلم وإكتساب المهارات الحركية.

ومن خلال إطلاع الباحثة على بعض الدراسات السابقة والبحوث المرتبطة مثل دراسة "سيد محمد مرسي" (2011م)، "خالد فريد عزت" (2007م)، "شيماء محمد محمود" (2004م)، "تسرين محمود نبيه" (2004)، "شرين أحمد يوسف" (2001م) تبين في حدود علم الباحثة ندرة الدراسات السابقة التي تناولت دراسة تأثير البرامج التعليمية باستخدام القدرات التوافقية في مجال الجمباز بالرغم من إرتباطها الوثيق بتعلم مهارات الجمباز، مما دعى "الباحثة" إلى القيام بدراسة بعنوان "تأثير برنامج تعليمي باستخدام القدرات التوافقية على أداء بعض مهارات الجمباز المنهجية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي".

أهمية البحث وال الحاجة إليه :

ترى الباحثة أن هذا البحث قد يفيد فيما يلى :

- 1- تحقيق الهدف المنشود من البرنامج ومنها رفع الكفاءة البدنية والمهارية للتلاميذ.
- 2- مساعدة معلمى التربية الرياضية فى وضع تدريبات لتنمية القدرات التوافقية وإتقان أداء مهارات الجمباز المنهجية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي.
- 3- علاج ضعف الأداء المهارى لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي وسرعة تعلمهم للمهارات العملية المقدمة لهم في الجمباز.

هدف البحث :

يهدف البحث إلى تصميم برنامج تعليمي باستخدام القدرات التوافقية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي ومعرفة تأثيره على:-

- 1- مستوى بعض القدرات التوافقية لعينة البحث.
- 2- مستوى أداء مهارات (الوقوف على اليدين - الدرجة الامامية - الشقلبة الجانبية على اليدين) لعينة البحث.
- 3- علاقة القدرات التوافقية بأداء مهارات الجمباز المنهجية.(مهارات قيد البحث).

فروض البحث:

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى بعض القدرات التوافقية لصالح القياسات البعدية لعينة.
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى القدرات التوافقية لصالح المجموعة التجريبية.
- 3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسات القبلية والبعدية في مستوى أداء مهارات الجمباز المنهجية (قيد البحث) للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياسات البعدية.
- 4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى أداء مهارات الجمباز المنهجية (قيد البحث) لصالح المجموعة التجريبية.
- 5- توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائية بين مستوى أداء كلاً من القدرات التوافقية ومهارات الجمباز المنهجية للمجموعة التجريبية لعينة قيد البحث.

خطة واجراءات البحث منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج شبة التجريبي باستخدام مجموعتين إحداهما تجريبية، والأخرى ضابطة بتصميم القياسين القبلي والبعدي وذلك لملائمتها لطبيعة البحث.

مجتمع البحث:

أشتمل مجتمع البحث على تلاميذ الصف السادس الإبتدائي من مدرسة النصر الإبتدائية المشتركة بالعفادة بساحل سليم بمحافظة أسيوط للعام الدراسي (2019-2020) وعدهم (200) تلميذ.

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العدمية من تلاميذ الصف السادس الإبتدائي من مدرسة النصر الإبتدائية المشتركة بالعفادة بساحل سليم بمحافظة أسيوط حيث بلغت العينة (40) تلميذاً

منهم (20) تلميذ مجموعة تجريبية و(20) تلميذ مجموعة ضابطة وقد استعانت الباحثة بعدد (30) تلميذ من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية (عينة استطلاعية) وذلك لحساب المعاملات العلمية وتجريب البرنامج المقترن.

وسائل وأدوات جمع البيانات :

- 1- استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء حول تحديد القدرات التوافقية المرتبطة بمهارات قيد البحث.
- 2- استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء تحديد اختبارات القدرات التوافقية مهارات قيد البحث.
- 3- استمارة تقييم مستوى الأداء المهاري لمهارات الجمباز (قيد البحث).
- 4- استمارات تسجيل البيانات

المعالجات الإحصائية المستخدمة :

استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي
 - الوسيط
 - الإنحراف المعياري
 - النسبة المئوية
 - معامل الإنلتواء
 - اختبار "ت" لدلاله الفروق بين المتوسطات (T - Test)
 - معامل الإرتباطر (R)
 - اختبار ليفين لدلاله الفروق بين المتوسطات LEVEN Test
 - معادلة كوبر
 - معامل التقطيع
 - نسبة التحسن
- #### الاستنتاجات والتوصيات
- #### الاستنتاجات:

في ضوء هدف البحث والمنهج العلمي المستخدم، واجراءاته، و مجالاته المختلفة، وفي نطاق العينة، والتحليل الأحصائي والمناقشة للنتائج، تمكنت الباحثة من التوصل إلى الاستنتاجات الآتية:

- 1- البرنامج التعليمي المقترن أثر إيجابياً على مستوى القدرات التوافقية قيد البحث.
- 2- البرنامج التعليمي المقترن له تأثير إيجابي على تحسين أداء مهارات (الدرجة الأمامية- الوقوف على اليدين - الشقلبة الجانبية على اليدين)

3-تحسين مستوى القدرات التوافقية قيد البحث (القدرة على سرعة الإستجابة الحركية- قدرة الحفاظ على التوازن - القدرة على التمييز الحس حركي- القدرة على السرعة الحركية- قدرة المرونة الحركية) له أثر فعال في سرعة تعلم وإتقان مهارات (الدرجة الأمامية- الوقوف على اليدين- الشقلبة الجانبية على اليدين)

الوصيات:

بناء على الاستنتاجات الخاصة بموضوع الدراسة تقدم الباحثة التوصيات التالية:

- 1- ضرورة تطبيق البرنامج التعليمي باستخدام القدرات التوافقية لتحسين مستوى الأداء لمهارات الجمباز لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي.
- 2- الاهتمام بالقدرات التوافقية وجعلها من ضمن مفردات الوحدة التدريسية لما له من أهمية كبيرة في تطوير الأداء المهاري.
- 3- استخدام اختبارات القدرات التوافقية عند اختيار التلاميذ والوقوف على المستوى الحقيقي للاعبين أثناء المراحل التعليمية.
- 4- إجراء بحوث مشابهة على الألعاب الجماعية والرياضات الفردية لتطوير وتحسين الأداء الحركي للمتعلمين.