



تأثير التعلق والتكور والمد في مراحل التعلم لمهارة الكب وانتقال اثرها في اجتياز  
عارضه القفز بالعصا للطلاب

*Hanging And Balling And Its Effect On The Stages Of  
Learning Of The Rault Skills In Passing The Stick Jumping  
Model For Students*

م.م زهاء محمد عبد الحسن	أ.م.د. منذر حسين محمد	م. امجد نصيف جاسم
جامعة بغداد	وزارة التربية	الجامعة المستنصرية
كلية العلوم للبنات	تربية الرصافة الثانية	كلية طب الاسنان
وحدة النشاطات الطلابية	الاشراف التربوي	النشاطات الطلابية

*Assist. Instructor Zuhaa  
Mohammed Abdulhasan  
College Of Science For  
Girls  
University of Baghdad  
Student Activities*

*Prof., Assist Dr. Munder  
Hussien Mohammed  
Ministry of Education  
Rusafa second education  
Educational Supervision*

*Lecturer Amjad Nisayif  
Jasim  
Mustansiriya University  
Faculty of Dentistry  
Student activities*

**المخلص:**

تناول البحث اثر نقل التعلم في المستوى لاداء للعبة الجمناستك الفني وتأثيره في رياضة العاب القوى وخاصة تأثير التعلق والتكور والمد لمهارة الكب في تعلم واثار الانتقال لاجتياز عارضه القفز بالعصا إذ تضمن البحث تدريبات لاقتصاد الجهد في عملية اثر نقل التعلم لاختصار الوقت في عملية التعلم الاستفادة من الفعاليات المختلفة المختلطة في التدريبات لعملية نقل للأثر في تعلم المهارات ومن ذلك تضمن البحث كحل المشكلة باستخدام تمارين التعلق والتكور في مراحل تعلم مهارة الكب لاختبار عارضه القفز بالعصا والتي تعتبر من الامور الصيغه ومن ذلك هدف البحث لمرحل التعلم باستخدام تمرينات التعلق والتكور وايضاً مرحلة الاجتياز للعارضه نتيجة استخدام مهارة الكب في فعالية الجمناستك الفني إذ استنتجوا ان استخدام مهارة الكب في فعالية الجمناستك ونقلها الى فعالية القفز بالعصا لاقتصاد الجهد في اثر نقل التعلم وايضا ان مهارة الكب في الجمناستك ذات تأثير على القفز بالعصا لاجتياز العارضه في مراحل الاداء للقفز لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - الجامعة المستنصرية من عينة البحث .

## Abstract

The research dealt with the effect of learning transfer in the level of performance of the technical gymnastic game and its effect on the sport of athletics, especially Hanging and balling, and its effect on learning the rault skills in the test of jumping with the stick. The research included exercises for the effort economy in the process of the effect of learning transfer to shorten the time in the learning process and benefit from various mixed activities in the exercises for transferring the effect of learning skills.

The research also included a solution to the problem by using Hanging and balling exercises in the stages of learning the rault skills to test the keel jumping stick, which is considered difficult and ,that is the aim of the research for the stages of learning using hanging and balling exercises and also the test stage for the crossbar as a result of using the rault skills in the effectiveness of the technical gymnastics.

Researchers concluded that the use of the rault skills in the effectiveness of gymnastics and transfer them to the effectiveness of jumping with a stick to the economy of the effort to learn and also that the skill of the rault in your gymnasium has the effect of jumping with the stick to pass the crossbar in the performance stages of jumping for the second stage students, College of Physical Education and Sports Science - Al-Mustansiriya University from the research sample.

## 1- المقدمة:

بدأت البحوث والدراسات تتناول الجوانب المؤثرة في تطوير مستوى الأداء في الجمناستك الفني والعباب القوى. وذلك بابتكار طرائق جديدة في التعلم والتدريب من خلال استثمار المجالات المختلفة في التعلم. ولغرض الاقتصاد بالجهد المبذول والوقت الطويل، باتت الاستفادة من الفعاليات المختلفة والمتداخلة بعضها مع بعض من خلال خاصية نقل اثر التعلم بين المهارات الاساسية للكعب كحركات الجمناستك وبين مرحلة التعلق والتكرار والمد في اثر نقل التعلم في الاجتياز للعارضة للقفز بالعصا للطلاب. إذ ان نقل اثر التعلم الحركي يختصر زمن مراحل التعلم والالتقان في الفعاليات الاخرى وبالتالي الاستفادة من الوقت المتبقي في تعليم مهارات اخرى ذات الهدف نفسه.

ومن هنا جاءت اهمية البحث وذلك بدراسة موضوع لنقل التعلم الحركي للمهارة بالحركات الجمناستك للكعب على جهاز العقلة في مراحل التعلق والتكور والمد في تعلم وانتقال الاثر لاجتياز عارضة القفز بالعصا لدى عينة البحث من الطلاب .

**مشكلة البحث** يتضمن منهاج كلية التربية الرياضية مختلف الالعاب وقد تكون هناك تشابه في بعض المهارات بين بعض الالعاب وهذا يمكن استثماره في سرعة تعلم هذه المهارات ونتيجة لصعوبة اداء اجتياز العارضة لدى الطلاب للقفز بالعصا لذلك عالج البحث هذه المشكلة.

ومن خلال خبرة الباحثين كونهم ابطال ومدرسي رياضة العاب القوى وممارسي رياضة العاب القوى هذا التشابه بين بعض الالعاب لذا لجاءوا الى اجراء هذا البحث اثر التعلق والتكور والمد لحل مشكلة البحث لاثر التعلق والتكور والمد لمرحلة التعلم لمهارة الكب وانتقال اثرها على اجتياز عارضة القفز بالعصا لدى افراد عينة البحث من طلاب المرحلة الثانية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-الجامعة المستنصرية الدراسات الصباحية.

يهدف البحث الى :

- تعرف مرحلة التعلق والتكور والمد لتعلم مهارة الكب لدى افراد عينة البحث
- تعرف مرحلة اجتياز عارضة القفز بالعصا لافراد عينة البحث.

## 2- منهج البحث واجراءاته الميدانية:

### 1-2 منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج التجريبي التعليمي بأسلوب المجموعة الواحدة لملائمتها طبيعة البحث.

### 2-2 مجتمع البحث وعينته:

(العينة هي المجموعة التي يتم فحصها او دراستها اي هي التي ينفذ عليها البحث وقد تكون شخص او شخصين او ثلاثة او اربعة) (1: 261)، وعلى هذا الاساس اختيرت العينة من مجتمع البحث المتمثل من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - الجامعة المستنصرية من ممارسي رياضة العاب القوى والبالغ عدد (10) طلاب من المرحلة الثانية من مجتمع البحث الاصلي البالغ عددهم (120) طالباً من شعب (D - C - B) وقد اختيرت العينة بالطريقة العمدية وبنسبة 3. 8% من مجتمع الاصل ومن مجموعة واحدة (2: 316).



## تكافؤ العينة :

قام الباحثون باجراءات تطبيق تكافؤ للعينة لتمرينات التعلق والتكور والمد لتحقيق التكافؤ لمجموعة البحث.، لذلك قام الباحثون بتكافؤ العينة في الاقل فيما يتعلق بالمتغيرات التي لها علاقة بالبحث(3: 407).

### جدول رقم (1)

يبين تكافؤ العينة لاختبار الكب واجتياز عارضة القفز بالعصا لافراد عينة البحث

المتغيرات	قبلي		بعدي		قيمة T	الدلالة الاحصائية
	س	ع	س	ع		
مهارة الكب	40.5	0.75	0.75	1	8	معنوي
اجتياز العارضة	40	1	0.75	2	8	غير معنوي

يمثل الجدول (1) ان هناك تكافؤ بين مجموعة البحث من حيث المتغيرات قيد البحث في اختبار مهارة الكب واختبار اجتياز العارضة .

## 2-3 وسائل جمع البيانات والمعلومات والاجهزة المستخدمة:

### 2-3-1 وسائل جمع البيانات :

1. المصادر العربية والاجنبية .
2. البرامجيات والتطبيقات المستخدمة في الحاسوب.
3. استمارة التحكيم .
4. فريق العمل المساعد.

### 2-3-2 الادوات والاجهزة المستخدمة:

1. جهاز العقلة في فعالية الجمناستيك النفي
2. ساعة توقيت .
3. قفز قانونية.
4. مغنسيوم .
5. أبسطة ، مكان هبوط .

## 2-4 خطوات اجراءات البحث:

### 2-4-1 التجربة الاستطلاعية :

#### 2-4-1-1 التجربة الاستطلاعية (الاولى) لمهارة الكب على جهاز العقلة:

اجريت التجربة الاستطلاعية في تمام الساعة العاشرة صباح يوم الاثنين الموافق (16-2019/12/17) في القاعة الداخلة للكلية.

#### 2-4-1-2 التجربة الاستطلاعية (الثانية) القفز بالزانة في (مرحلة

التعلق والتكور والمد) اجتياز عارضة القفز بالعصا لافراد العينة.

اجريت التجربة الاستطلاعية على عينة البحث من ضمن افراد العينة في تمام الساعة الحادية عشر صباحاً الموافق 2019/12/20 في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- الجامعة المستنصرية.

### 2-4-2 الاختبارات القبليّة :-

#### 2-4-2-1 اختبار الكب في جهاز العقلة:

اجرى الباحثون الاختبارات القبليّة في الساعة العاشرة صباح يوم 2019/12/22 لأفراد عينة البحث في القاعة الداخلية للجمناستك في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - الجامعة المستنصرية وقد تم استخدام حكام في تقييم المهارة وكانت قيمتها من عشرة درجات بحسب ما ينص عليها القانون الدولي للجمناستك.

#### 2-4-2-2 اختبار اجتياز عارضة القفز بالعصا:

تم اجراء اختبار عارضة القفز بالعصا في الساعة الحادية عشر صباحاً المصادف 2019/12/25 على افراد عينة البحث لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - الجامعة المستنصرية- ملعب الجامعة وقد تم استخدام حكام في العاب القوى لاجراء اختبار اجتياز عارضة القفز بالعصا.

### 2-4-3 المنهج التعليمي:

تم اعطاء تمارين تعليمية لاداء مهارة للتعلق والتكور والمد على جهاز العقلة بواقع (2) وحدة تعليمية من ضمن الجدول الدراسي ووحدة تعليمية (1) وحدة خارج الجدول الدراسي وتكون عدد الوحدات بواقع (3) وحدات تعليمية في الاسبوع ولمدة (8) اسابيع وبزمن (30) دقيقة للوحدة التعليمية ولمد شهرين اي (24) وحدة تعليمية لتعليم مهارة الكب على جهاز العقلة ثم يتم اجراء فعالية القفز بالعصا مباشرة بعد المنهج.

## 2-4-4 الاختبارات البعدية :

### 2-4-4-1 الاختبار البعدي لمهارة الكب على جهاز العقلة :

اجرى الباحثون الاختبار البعدي لافراد عينة البحث في الساعة العاشرة صباحاً من يوم السبت الموافق 2020/2/25 في القاعة الداخلية للجمناستك لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- الجامع المستنصرية بنفس الظروف وفريق العمل المساعد.

### 2-4-4-2 الاختبار البعدي لاجتياز عارضة القفز بالعصا:

اجريت الاختبارات في الساعة الحادية عشر صباحاً الموافق 2020/2/28 لأفراد عينة البحث في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- الجامعة المستنصرية وبنفس الاجراءات والظروف وفريق العمل التي اجريت فيه الاختبار القبلي.

### 2-5 الوسائل الاحصائية:

- 1- الاوساط الحسابية .
- 2- الانحراف المعياري
- 3- (T) للفروق ( المجموعة الواحدة).
- 3 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض النتائج لمهارة الكب على العقلة ومرحلة (التعلق والتكور والمد) في اجتياز عارضة القفز بالعصا.

جدول رقم (1)

يبين فروق الاوساط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في مهارة الكب على العقلة في القفز بالعصا مرحلة اجتياز العارضة للقفز بالعصا .

الاختبارات	القبلي		البعدي		س ف	ع ف	ت المحسوبة	النتيجة	نسبة التطور
	س	ع	س	ع					
مهارة الكب	2.7	0.34	7.45	1.43	4.7	1.2	12.4	معنوي	63.7%
القفز بالعصا	18.08	0.63	3.9	0.56	4.1	0.31	41.0	معنوي	69.4%

قيمة (T) الجدولية (3.25)، عند مستوى دلالة (0.01) بدرجة حرية (9=1-10).

يتضح لنا من الجدول (1) ان الاوساط الحسابية لمهارة الكب والقفز بالعصا في الاختبار القبلي (7. 2) فيما الانحراف المعياري (0.34). في حين بلغت الاوساط الحسابية في الاختبار البعدي (7.45) وانحراف معياري قدرها (1.43) على التوالي). اما قيمة س ف بلغت (4.07) امام قيمة (T) المحسوبة (4. 12) وبدلالة معنوية ونسبة تطور (7. 63) اما نتائج اجتيازات القبلي لاختبار القفز بالعصا فكانت كما يلي: بلغ الوسط الحسابي (18.08) وانحراف معياري (0.63) اما الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (9. 3) وانحراف معياري (0.56) اما قيمة (س ف) (1. 4) اما قيمة ع ف بلغت (0.31) اما قيمة (T) المحسوبة فبلغت (0. 41) وبدلالة معنوي ونسبة تطور (4. 69).

وبلغت قيمة (T) المحسوبة (41.0,1204) في حين كانت (T) الجدولية (3.25) عند مستوى دلالة (0.01) أمام درجة حرية (9-1-10) مما يدل على معنوية الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة الكب والقفز بالعصا.

### مناقشة النتائج :

اظهرت النتائج التي عُرضت في الجدول (1) وجود فرق معنوي في نتائج مهارة الكب على جهاز العقلة بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي لافراد عينة البحث، ويعزو الباحثون سبب ذلك ان تعلم مهارة الكب على العقلة أدت إلى اكتساب حركة جديدة في فعالية الجمناستك بالنسبة لطلاب الكلية وذلك لصعوبة المهارة على جهاز العقلة وان عملية التعليم كانت لها اثر كبير وذلك لتسهيل نقل المهارة الى حركة القفز بالعصا لمرحلة (التعلق ، التكور، المد) حيث ان هذه الاجزاء تجمع في مهارة الكب ومما تعطي اكتساب أسرع وافضل في النقل وهذا ما ساهم في رفع نسبة التطور إلى (63.7%) لدى افراد عينة البحث وبشكل فعال ومؤثر وهذا ما يحقق الفرض الاول من البحث" ان تعلم اجزاء صغيرة من المهارات في بداية المنهاج التعليمي لنقلها للمهارات الأكثر صعوبة ويحث هذا النوع من النقل عندما تكون الاوقات متقاربة بين المهارات التي تم تعلمها" (4: 187).

أما بالنسبة للمرحلة (التعلق والتكور والمد) بالقفز بالعصا نلاحظ ان الاختبارين القبلي والبعدي كانت لها نتائج جيدة إذ اظهرت الفرق المعنوي وهذا مما يدل على تأثيرة مهارة الكب على العقلة قد سهل على اداء حركة القفز بالعصا وبالشكل الصحيح والمطلوب، وهذا ما يحقق الفرض الثاني، إذ يعزو الباحثون الى استخدام التمارين التعليمية في الجمناستك وخاصة في مهارة الكب لكسب حركة القفز بالعصا للمرحلة

(التعلق والتكور والمد) أدت إلى أحداث تطور نسبي لها (69.4%) والأمر الذي ساعد على اكتساب الطلاب للمهارة وإداء الحركة بالشكل الصحيح والوصول إلى التكنيك وبالتالي رفع مستوى أداء العينة (5: 110) من المهارة ونقلها إلى مهارة أخرى وبأسهل وأكثر اقتصادية في الانتقال وبشكل فعال للربط بين هاتين الحركتين. أن حدوث حالة النقل القريب وهو احد انواع النقل في التعلم حسب الزمن الذي يحدث من عمل لآخر مشابهة كتغير المهارات من اجل زيادة الدافع وتعليم مهارات في المنهج التعليمي ونقلها لمهارات أخرى تعد من الامور الايجابية التي يبني عليها نقل التعلم لذا فأن تأكيد على عملية التعلم بشكل متسلسل كون ان مهارة القفز بالعصا تتطلب تجزئة وتسلسل اداء خلال عملية التعلم وصعوبة الاداء فيها يعد امراً يجب ان يهتم به المدرسين في تعليم المهارات (6: 167)

وتطويرها ضمن وحدة تعليمية متسلسلة والتركيز على كل وحدة منها، لذا فأن حدوث حالة نقل التعلم يعني حدوث تعلم ايجابي بسبب تأثير مهارة الكب على العقلة الى مهارة التعلق والتكور والمد كجزء من اجزاء المراحل العينة للقفز بالعصا وحدث التحسن في هذه الحركة المطلوبة التي يحتاج الى زمن طويل لتعلمها.

#### 4- الخاتمة:

من خلال النتائج التي ظهرت توصل الباحثون إلى أن فاعلية استخدام مهارة الكب بالجمناستك ونقلها الى فعالية القفز بالعصا والاقتصادية في الجهد والتعليم. وتأثير مهارة الكب في الجمناستك على القفز بالعصا لمراحل الاداء للفعالية. ويوصي الباحثون إلى أن يفضل ان يكون هناك تعاون بين جميع المدرسين. ويفضل أن يكون هناك وحدة تعليمية للتفاصيل كافة. واجراء بحوث مشابهة في هذا الاتجاه .

#### المصادر العربية والاجنبية:

- وجيه محجوب، التحليل الحركي ، بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1987
- فان دالين، مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ترجمة محمد نبيل وآخرون، القاهرة، مكتب الانجلو المصرية، 1995.
- سلمان علي وآخرون : التحليل العلمى لمسابقات الميدان والمضمار ، دار المعارف للنشر، 2008.
- فراج عبد الحميد توفيق: النواحي الفنية للوثب والقفز ، الاسكندرية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، 2004.





- فردوس مجيد امين تأثير تدريب القوة الخاصة في بعض المتغيرات البايوميكانيكية والاداء الفني لمهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على عارضة التوازن للناشئات، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2008.

### نموذج لوحدية تعليمية تدريبية

#### لمتغيرات البحث

اسم التمرين	التكرارات	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجاميع
1. سحب للحبال والتعلق فيها	6-8 مرة	3-4 د	
2. التكور من وضع الجسم	4-6 د		
عاليا بسحب الحبال الى الاسفل	6-8 مرة	3-4 د	
3. المد الى الاعلى بسحب الحبال الى الاسفل	6-8 مرة	3-4 د	

تضمن البرنامج وحدات تعليمية باستخدام شدد وراحات بين التمرين والآخر لوحدتين في الاسبوع الاحد والثلاثاء من كل اسبوع ولمدة (8) اسابيع لوحدات التعلق والتكور والمد لمهارة الكب في فعالية الجمناستك واثره في اجتياز عارضة القفز بالعصا حيث الشدة (85-100%) لوحدات البرنامج التدريبي التعليمي لعينة البحث من الطلاب.