



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of the mental training method accompanied by standard feedback in learning the technical performance of the forward roll diving movement in artistic gymnastics for men

Manaf Majed Hassan¹ 

Ameer Jaber Mushref² 

Anbar University/ College of Physical Education and Sports Sciences

Article information

Article history:

Received 7/12/2023

Accepted 31/12/2023

Available online 15,Jan,2024

Keywords: mental training method, standard feedback, forward diving movement, artistic gymnastics for men



Abstract

The research aims to identify the effect of the mental training method accompanied by standard feedback in learning the technical performance of the front-roll diving movement in gymnastics, and the advantage of the effect compared to the traditional method of verbal and visual correction using the educational notebook. The research used the experimental method on a sample of second-year students at the Faculty of Physical Education and Sports Sciences at the University of Anbar for the academic year 2022–2023. I used a form to evaluate the performance of the forward roll diving movement to obtain the pre- and post-measurements. The main experiment procedures were implemented in two educational units whose contents were similar for each group. The difference was as follows: The control group used verbal and sometimes visual feedback using the educational booklet that explains the sequence. Performing the movement of the body parts at every attempt to perform and repeat it, while the experimental group used mental training procedures accompanied by standard feedback. After completing the experimental procedures, conclusions emerged, the most important of which was that the mental training method accompanied by standard feedback is effective in learning the technical performance of the front-dive roll movement. Frontal gymnastics compared to the traditional method.



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير اسلوب التدريب الذهني المصاحب للتغذية الراجعة المعيارية في تعلم الاداء الفني لحركة الغطس بالدرجة الامامية بالجمناستك الفني للرجال

أمير جابر مشرف² 

مناف ماجد حسن¹ 

جامعة الانبار / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الملخص

يهدف البحث الى التعرف على تأثير اسلوب التدريب الذهني المصاحب للتغذية الراجعة المعيارية في تعلم الاداء الفني لحركة الغطس بالدرجة الامامية بالجمناستك وافضلية التأثير مقارنة بالأسلوب التقليدي بالتصحيح اللفظي والمرئي باستخدام الكراس التعليمي , استخدم البحث المنهج التجريبي على عينة من طلاب الصف الثاني بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الانبار للعام الدراسي 2022-2023, استخدمت استمارة تقييم اداء حركة الغطس بالدرجة الامامية للحصول على القياسات القبليّة والبعدية نفذت اجراءات التجربة الرئيسية بواقع وحدتين تعليميتين تشابهت محتوياتها لكل مجموعة وكان الاختلاف في الاتي: استخدمت المجموعة الضابطة التغذية الراجعة اللفظية واحيانا المرئية باستخدام الكراس التعليمي الذي يوضح تسلسل اداء الحركة لأجزاء الجسم عند كل محاولة للأداء وتكراره, بينما استخدمت المجموعة التجريبية اجراءات التدريب الذهني بمصاحبة التغذية الراجعة المعيارية, بعد الانتهاء من اجراءات التجربة ظهرت الاستنتاجات والتي كان من اهمها ان اسلوب التدريب الذهني المصاحب للتغذية الراجعة المعيارية فاعل في تعلم الاداء الفني لحركة الغطس الامامي بالدرجة الامامية بالجمناستك مقارنة بالأسلوب التقليدي.

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2023/12/7

القبول : 2023/12/31

التوفر على الانترنت: 15 يناير, 2024

الكلمات المفتاحية :

اسلوب التدريب الذهني - التغذية الراجعة المعيارية -
حركة الغطس بالدرجة الامامية- الجمناستك الفني
للرجال.

1.التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة

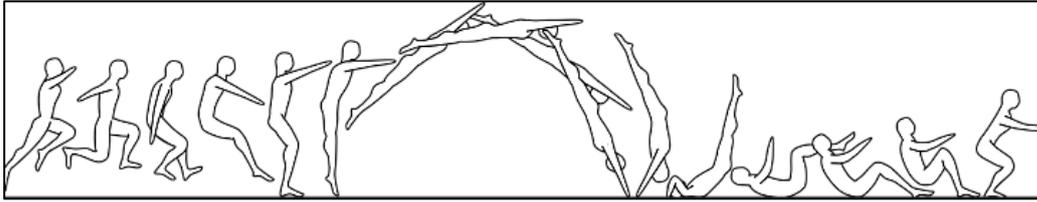
تحتوي مناهج التربية الرياضية على انواع كثيرة من المهارات الرياضية المتنوعة فمنها ذات التركيب المهاري البسيط والذي يمكن ادراكه وتعلمه من خلال المحاولة والخطأ او وبمساعدة المعلومات التصحيحية سواء اللفظية او المرئية فتكون كفيفة بتعلمها واكتسابها, وبالمقابل توجد مهارات رياضية اكثر صعوبة في الفهم والادراك ليس لتعقيدها وكبر حجمها وانما لسرعة أدائها الامر الذي يؤدي الى اختفاء جزئيات صغيرة ومهمة من الحركة يصعب على المتعلمين رؤيتها وادراكها ومن ثم تصورهما بشكل متكامل ولا يكون تعلمها فعالا عند استخدام المحاولة والخطأ او التصحيح اللفظي وحتى البصري كالكراس التعليمي, فتتطلب هكذا مواقف وسائل معينة على التعلم داخل الدرس يتم توظيفها بأسلوب علمي وعملي وبمهارة عالية لتكون كفيفة بمعالجة المشكلات التي تظهر في مواقف التعلم المختلفة.

يعرف التدريب الذهني بانه تكرر للتصور الذاتي لخط سير الحركة بالاعتماد على الاحاسيس ويحوي هذا التدريب على عوامل السمع والبصر والاحساس الداخلي بالمكان والزمان من دون الاداء الفعلي لها. (Rafid Mahdi Qaddouri, 2013) ولا يقتصر استخدام التدريب الذهني على مجال التدريب الرياضي والتأهيل الحركي وانما يمتد الى مجال التدريس والتعلم واكتساب المهارات الرياضية الجديدة, اذ تعتبر هذه التدريبات من الوسائل المعينة على التعلم في مجال تدريس المهارات الرياضية, اذ ان التدريبات الذهنية من افضل الاساليب المستخدمة في عملية التدريس لتعلم المهارات الرياضية لما توفره من جانب تفاعلي ما بين الاسترخاء والتدريب على الحركات ومن خلال الملاحظة فاثبت بذلك نجاحا غير قابل للشك في التعلم ورفع المستوى الخاص بالأداء (Muhammad, 1994) كما انه من الامور المهمة التي تجعل المتعلم متفاعلا مع موضوع الدرس حصوله على التصور الحركي المتكامل للمهارة وتعرفه على جميع تفاصيلها ومن ثم التدريب عليها ذهنيا وادائها حركيا فيظهر بذلك الاداء في شكل سلوك حركي صحيح.

وتعرف التغذية الراجعة بانها جميع المعلومات التصحيحية التي يحصل عليها المتعلم قبل او خلال او بعد الاداء وتكون تلك المعلومات اما داخلية او خارجية . (Yarub Khayoun, 2010) فهي من الوسائل المعينة على التعلم لما لها من اهمية في تقديم المعلومات الخاصة بالأداء ليتعرف المتعلمين على أخطاء ادائهم وبنفس الوقت يمكن توظيفها بشكل خاص لتكون معيارا للأداء المقبول عند تعلم الحركات الجديدة فتكون تغذية راجعة تصحيحية وبنفس الوقت تغذية راجعة معيارية لمقارنة الاداء الخاص بالمتعلم مع الاداء النموذجي (المعياري) كأداء مثالي يحاول فيه المتعلم تقليده والوصول الى مستوى الاداء المشابه له. (Kadhim, 2020)

لا يقتصر تعلم الحركات الرياضية التي تتصف بالسرعة وقصيرة الاداء على الشرح واستخدام الكراس التعليمي والتغذية الراجعة التصحيحية سواء اللفظية او المرئية فقط لكونها لا تظهر جزئيات تلك الحركات وانما تتطلب تدخلات جريئة في تقنين استخدام عدد من الوسائل المعينة على التعلم لتكوين اسلوب للتدريس قد يكون فاعل ويقدم نتائج ايجابية تساعد المتعلمين على الادراك والفهم السريع للأداء وتستثمر زمن الدرس ووقت التعلم . وتعتبر حركة الغطس بالدرجة الامامية احدى الحركات الارضية بالجمناستك وهي من المهارات الرياضية سريعة وقصيرة الاداء ويخفي ادائها السريع جزئيات مهمة ومؤثرة في الاداء لا يدركها المتعلم قد تكون تلك الجزئيات بحد ذاتها مفاتيح للأداء الصحيح (Al-Diwan,)

(1992). اذ تؤدي هذه الحركة بالاقتراب ومن ثم الارتقاء عالياً بالرجلين مروراً بالطيران ومن ثم الهبوط على اليدين ثم اداء الدرجة ومن ثم الانتهاء بالوقوف والارتزان على الرجلين (Mahmoud Suleiman & Fawzi Yacoub, 1995). انظر شكل (1) , ويتطلب تعلمها اظهار تلك الجزئيات بوسيلة تتيح للمتعلمين التعرف عليها وتكرار تصورها ذهنياً واكتساب المقدرة على التحكم في أجزاء الجسم خلال مراحل الاداء حيث يصاحب ادائها اتخاذ قرارات سريعة بتغيير اوضاع الجسم واجزائه (الرأس والذراعين والجذع والرجلين) ولا بد ان تكون محاولات التصحيح طبقاً لنموذج معياري معروف وثابت ومسجل مرئياً ومتاح للمتعلمين عند كل محاولة للأداء من اجل مساعدتهم في التعرف على الاداء الصحيح ومقارنه الاداء واكتشاف الاخطاء والعمل على تصحيحها, ومن هنا جاءت اهمية البحث في اقتراح اسلوب يُقدّم الى المتعلمين بشكل مقنن يمزج ما بين التدريب الذهني والتغذية الراجعة التصحيحية وكذلك التغذية الراجعة المعيارية للأداء لتعلم حركة الغطس بالدرجة الامامية في الجمناستك.



شكل (1) حركة الغطس بالدرجة الامامية بالجمناستك

2-1 مشكلة البحث

ان الاعتماد على الوسائل المعينة على التعلم (Aldewan et al., 2013) وتقديمها بشكل تقليدي من دون محاولة التدخل في تقنين استخداماتها يجعل من مراحل تعليم الحركات السريعة وقصيرة الاداء صعباً على المتعلمين وقد يستغرق تعلمها جهداً كبيراً وزمناً أكبر مما يؤثر على وقت التعلم وزمن الدرس , وهذا بحد ذاته مشكلة تتطلب ايجاد الحلول , ويمكن طرح التساؤل الاتي: هل يمكن ان تكون محاولة التدخل في تقنين استخدام عدد من الوسائل المعينة على التعلم كالتدريب الذهني واستخدامات التغذية الراجعة كوسيلة للتصحيح وكأداء معياري حلاً لهذه المشكلة بحيث يكون هذا التقنين اسلوباً يمكن اعتماده في تعليم الحركات سريعة الاداء كحركة الغطس بالدرجة الامامية بالجمناستك ؟ وهل يمكن ان يعطي هذا التقنين نتائج ايجابية في مجال التدريس وتعلم تلك الحركات.

3-1 اهداف البحث

- التعرف على تأثير اسلوب التدريب الذهني المصاحب للتغذية الراجعة المعيارية في تعلم الاداء الفني لحركة الغطس بالدرجة الامامية بالجمناستك
- التعرف على افضلية التأثير ما بين التدريب الذهني المصاحب للتغذية الراجعة المعيارية وبين الاسلوب التقليدي بالتصحيح اللفظي والمرئي باستخدام الكراس التعليمي في تعلم الاداء الفني لحركة الغطس بالدرجة الامامية بالجمناستك

4-1 فروض البحث

- وجود فروق معنوية ما بين الاختبارات القبلية والبعديّة لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبارات البعدية

- وجود فروق معنوية ما بين الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية
5-1 مجالات البحث

5-1-1 المجال البشري: عينة من طلاب المرحلة الثانية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الانبار للعام الدراسي 2022-2023.

5-1-2 المجال الزمني : الفترة من (2022/12/07) ولغاية (2023/01/11)

5-1-3 المجال المكاني: صالة الجمناستك بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الانبار

6-1 تعريف المصطلحات

- التغذية الراجعة المعيارية (اجرائي): شكل من اشكال التغذية الراجعة التصحيحية التي وظفها الباحثان من اجل ان تعطي معلومات عن الواجب الحركي للمتعلمين بشكل مباشر قبل وبعد الاداء لتكون تلك المعلومات معيارا لتصحيح ادائهم ومقارنته وفقها في محاولة للتطبع بها وكذلك لتكون معيارا للأداء المقبول في تعلم الواجب الحركي.

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

1-2 منهج البحث

استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعات غير المتكافئة بالعدد ذات الاختبارين القبلي والبعدية.

2-2 مجتمع البحث وعينته

مثل مجتمع البحث الصف الثاني (بنين) للدراسة الصباحية للعام الدراسي 2022-2023 ويعدد 68 طالب , بينما مثل عينة البحث شعبي ب بعدد 27 طالب وشعبة ج بعدد 29 طالب بعد استبعاد الطلبة الراسبين والمرقنة قيودهم والمتغيبين عن وحدتين تعليميتين فاكثر اضافة الى الطلبة الذين مثلو عينة التجربة الاستطلاعية , فكانت النسبة المئوية لأفراد العينة (82.352%) من مجتمع البحث . فبعد اجراء القرعة تحددت مجموعة البحث التجريبية بشعبة ب التي استخدمت التدريب الذهني بمصاحبة التغذية الراجعة المعيارية والمجموعة الضابطة بشعبة ج التي استخدمت التغذية الراجعة التصحيحية اللفظية والمرئية باستخدام الكراس التعليمي.(Oudah et al., 2022)

3-2 تجانس العينة وتكافؤ مجموعتي البحث

بما ان عينة البحث في مرحلة وصف دراسي واحد اضافة الى التأكد بانهم من غير الممارسين لرياضة الجمناستك باستخدام المقابلات الشخصية فان عينة البحث تعتبر متجانسة , ومن اجل البدء بخط شروع واحد فقد تم التأكد من تكافؤ مجموعتي البحث في متغيرات البحث الرئيسية من خلال معالجة تقييم الاداء القبلي لحركة الغطس بالدرجة الامامية بالجمناستك كما موضح في جدول (1)

جدول (1)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث في حركة الغطس بالدرجة الامامية بالجمناستك

التفسير	الدالة	T	التجريبية		الضابطة		وحدة القياس	متغير البحث
			ع	س	ع	س		

غير دال	0.079	1.719	1.621	3.771	1.927	3.187	10 درجات	حركة الغطس بالدرجة الامامية
* دالة عند مستوى خطأ (0.050) , درجة الحرية 27+29-2=54								

2-4 ادوات البحث ووسائل جمع المعلومات

2-4-1 ادوات البحث

- مفارش ارضية من الفوم الصناعي
- بساط الجمناستيك عدد 1
- اجهزة موبايل متنوعة المناشئ
- تطبيق الفيديو media player

2-4-2 وسائل جمع المعلومات

- المراجع العلمية
- الخبراء والمختصين برياضة الجمناستيك ملحق (1)
- استمارة تقييم اداء حركة الغطس بالدرجة الامامية ملحق (2)

2-5 اجراءات البحث الميدانية

2-5-1 اعداد استمارة القياس واسسها العلمية

بعد الاطلاع على المراجع العلمية في تعلم وتدريب الجمناستيك والاطلاع على المراجع التي تطرقت الى حركة الغطس بالدرجة الامامية تم تصميم استمارة لقياس التناسق الحركي لأجزاء الجسم بصورتها الاولية وفق المرور بمراحل ادائها وكالتالي : التقرب ثم الارتقاء للأعلى بالرجلين , الطيران , الهبوط على الذراعين والدرجة , النهوض ثم الاتزان على القدمين .

- **صدق استمارة القياس:** من ابرز طرق الحصول على صدق اداة القياس عرضها على عدد من الخبراء بنفس المجال المراد قياسه , اذ تم تحديد نوع الصدق بصدق المحتوى لكونه افضل انواع الصدق. والذي يهتم بتحليل مضمون الفقرات فرديا وجميعها من اجل ان تمثل مقياسا صحيحا ومناسب للمتغير المراد قياسه وان يتضمن المقياس فقط الفقرات التي تقيس ذلك المتغير بالفعل وتمثله تمثيلا حقيقيا (Radwan, 2011) , فقد تم عرض المقياس بجميع محتواه على السادة الخبراء والمختصين ملحق (1) لبيان مدى الاتفاق على مكونات المقياس ومحتوى الوصف ودرجة كل فقرة تصف مراحل الاداء وتقديراته الكمية , وبعد جمع البيانات ومعالجتها احصائيا باستخدام النسبة المئوية للاتفاق تم الحصول على مؤشر صدق المحتوى وتم قبول نسبة 70% فما فوق لكونها نسبة الاتفاق ما بين معظم المراجع العلمية وكما موضح بجدول (2) , ويجدر بالذكر ان الباحثان قد اخذوا بنظر الاعتبار جميع الملاحظات الطفيفة الواردة من الخبراء على مكونات اداة القياس .

جدول (2)

يبين مؤشر صدق استمارة قياس حركة الغطس بالدرجة الامامية / ن=4 خبراء

مؤشر الصدق	غير متفق	متفق	مكونات اداة القياس	
%100	0	4	التقرب ثم الارتقاء للأعلى بالرجلين	حركة الغطس بالدرجة الامامية
%100	0	4	الطيران	
%100	0	4	الهبوط على الذراعين والدرجة	
%75	1	3	النهوض ثم الاتزان على القدمين	

- ثبات استمارة القياس : ثبات اداة القياس يعني الحصول على نفس النتائج تقريبا اذا ما تم اعادة استخدام نفس الاداة بعد فترة زمنية والحصول على معامل ارتباط مرتفع ليمثل معامل استقرار الاختبار لذلك تم اعتماد نتائج القياس الخاص بالتجربة الاستطلاعية الاولى والثانية ومعالجتها احصائيا باستخدام معامل الارتباط البسيط لتقييم اداء عينة التجربة الاستطلاعية من قبل اثنين من المحكمين وكما موضح في جدول (3) حدد نسبة الاتفاق المقبولة عند (75%) وبذلك اصبحت استمارة القياس صالحة للاستخدام.

جدول (3)

يبين مؤشر ثبات استمارة قياس حركة الغطس بالدرجة الامامية / ن=2 خبراء

الدلالة * (مؤشر الثبات)	مفردات اداة القياس	
0.797	التقرب ثم الارتقاء للأعلى بالرجلين	حركة الغطس بالدرجة الامامية
0.876	الطيران	
0.831	الهبوط على الذراعين والدرجة	
0.820	النهوض ثم الاتزان على القدمين	
* الدلالة: ضعيف (0-0.24) , متوسط (0.25-0.74) , قوي (0.75-0.99) , تام (1)		

2-5-2 التجارب الاستطلاعية

تم اجراء التجربة الاستطلاعية الاولى يوم الاربعاء الموافق 2022/12/07 في صالة الجمناستك وبمشاركة عينة التجربة الاستطلاعية بعدد 4 طلبة وتضمنت إجراءاتها تجريب استمارة القياس من قبل اثنين من المحكمين ملحق (1) اضافة الى تطبيق اجراءات التدريب الذهني والتغذية الراجعة المعيارية للتعرف على ردود فعل الطلبة حول استخدامها والتعرف ايضا على اية معوقات من اجل تلافيها خلال التجربة الرئيسية . بعد مرور اسبوع تم اجراء تجربة استطلاعية ثانية بهدف تجريب استمارة القياس على نفس عينة التجربة الاستطلاعية الاولى وكان الهدف منها الحصول على البيانات الخاصة بتقنين استمارة القياس اذ تم اجرائها يوم الاربعاء الموافق 2022/12/14 .

3-5-2 القياس القبلي

تم اجراء القياسات القبليّة يوم الاربعاء الموافق 2022/12/21 والتي تضمنت تقييم اداء حركة الغطس بالدرجة الامامية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية وبحسب الجدول الخاص بكل شعبة دراسية وبحضور مباشر من قبل المحكمين.

2-5-4 التجربة الرئيسية

اجريت التجربة الرئيسية يومي الاربعاء الموافق (2022/12/28 - 2023/01/04) بواقع وحدتين تعليميتين زمن كل وحدة واحدة 90 دقيقة اذ تشابهت محتوياتها ولكلا المجموعتين في توظيفها لتدريس حركة الغطس بالدرجة الامامية , وتضمنت تلك الوحدات على اجراءات التجربة الرئيسية والتي كانت في الجزء التطبيقي من القسم الرئيسي لكل وحدة وبزمن قدره 65 دقيقة حيث كان الاختلاف بين المجموعتين فقط في الاتي: استخدمت المجموعة الضابطة التغذية الراجعة اللفظية وحيانا المرئية باستخدام الكراس التعليمي الذي يوضح تسلسل اداء الحركة لأجزاء الجسم عند كل محاولة للأداء وتكراره, بينما استخدمت المجموعة التجريبية اجراءات التدريب الذهني بمصاحبة التغذية الراجعة المعيارية.

❖ اجراءات التدريب الذهني بمصاحبة التغذية الراجعة المعيارية:

بعد مراجعة عدد من الدراسات التي تناولت التدريب الذهني وكذلك التغذية الراجعة وكيفية تقديمها الى المتعلمين، خلص الباحثان الى ان يكون اسلوب تقنين اجراءات التدريب الذهني بمصاحبة التغذية الراجعة المعيارية في الجزء التطبيقي ولكل وحدة تعليمية بحسب الاتي:

- الجزء الاول ومدته (3.5 د) يخص تمارينات الاسترخاء الخاص بالجانب الذهني والعضلي من خلال استخدام تقنيات التنفس لتقليل الشعور بالتوتر الذهني وضبط الاستعداد النفسي للأداء.

- الجزء الثاني ومدته (5 د) يخص لتمرينات السيطرة على الذات والتحكم بعناصر الحركة والجهد والتركيز والاستعداد من خلال توجيه ارشادات نفسية للمتعلمين وفق الاتي:

○ تمارينات التحكم بالحركة مثل: لا يأتي النجاح من محاولة واحدة وانما خلال الاصرار على النجاح بعد كل محاولة اداء، تستطيع الوصول الى الاداء الناجح.

○ تمارينات التحكم بالجهد مثل: يمكن ان يكون اداء حركة الغطس بالدرجة الامامية صعب بعض الشيء، لكن اذا رفضت اداء الحركة بمجرد صعوبتها فانت تتخطى عن حركة يمكن ادائها بنجاح ويمكن ان تميزك عن باقي اقرانك بمجهودك الذاتي يمكن ان تكون ناجحا في ادائها.

○ تمارينات التحكم بالتركيز مثل : قد تكون هنالك مؤثرات تبعدك عن النجاح في اداء هذه الحركة لكن اذا استطعت التركيز على المهمة وحاولت ان تتصور نفسك تؤدي تسلسل الاداء بنجاح فهذا يقودك الى اداء الحركة , ركز فقط على كل مرحلة من مراحل الاداء وعلى كل جزء من اجزاء جسمك وكيف سيكون.

○ تمارينات التحكم بالاستعداد مثل : جميعكم كمتعلمين يرغب في النجاح بأداء الحركة لكن هذا ليس المهم, المهم هو ان يكون لكل منكم الرغبة في ان يكون مستعدا لإظهار افضل اداء وليس ادائها بنجاح فقط.

- الجزء الثالث : ومدته (4 د) خصص لمشاهدة مقطع فيديو لحركة الغطس بالدرجة الامامية , حيث تم تزويد جميع عينة المجموعة التجريبية وقبل يوم من الوحدة التعليمية الاولى عن طريق (WhatsApp) بمقطع فيديو واحد يحوي على اداء للحركة, وطلب منهم حفظ المقطع داخل اجهزتهم المحمولة من اجل السماح لهم بإدخالها

الى درس إتاحة تشغيلها خلال الدرس , اذ يتاح تشغيل المقطع بتقنية التشغيل البطيء والاعتيادي باستخدام تطبيق (media player) للتركيز على جوانب الاداء وجزئياته لتكوين تصور ذهني متكامل عن اداء الحركة .
- الجزء الرابع : ومدته ما تبقى من الجزء التطبيقي من الدرس حيث يقسم المتعلمين الى ازواج تعليمية تعاونية , اذ يباشر كل متعلم بأداء الحركة ويقوم زميله بتصوير ادائه وبعد الانتهاء مباشرة يرجع الى جهازه المحمول لرؤية حركته المصورة ويقارنها بحركة الاداء المثالي (مقطع الفيديو) ويتم التصحيح وفقها كتغذية راجعة معيارية للأداء المقبول وكذلك كتغذية راجعة تصحيحية , بحيث تتجه جميع محاولات اداء المتعلمين نحو تقليد نفس الاداء الحركة المصورة في الفيديو حتى يصل اداء الجميع الى نفس المعيار الحركي للأداء.

5-5-2 القياس البعدي

تم اجراء القياسات البعديّة بنفس الاجراءات الخاصة بالقياسات القبليّة يوم الاربعاء الموافق 2023/01/11.

6-2 الوسائل الاحصائية

استخدم الباحثان الحقيبة الاحصائية SPSS

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

1-3 عرض النتائج وتحليلها

جدول (4)

يبين نتائج تقييم الاداء القبلي والبعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية

التفسير	الدلالة *	T	ع ف	س ف	البعدي		القبلي		وحدة القياس	حركة الغطس بالدرجة الامامية
					ع	س	ع	س		
دال	0.000	6.101	2.571	2.965	1.172	6.152	1.927	3.187	10	الضابطة
دال	0.002	7.790	2.927	4.472	1.207	7.452	1.621	2.980	درجات	التجريبية

* دالة عند مستوى خطأ (0.050) , درجة الحرية: الضابطة 28=1-29 , التجريبية 26=1-27.

يتضح من جدول (4) الخاص بمقارنة القياس القبلي والبعدي لنتائج تقييم الاداء لكل من مجموعة البحث الضابطة وكذلك التجريبية ان جميع مستويات الدلالة كانت محصورة ما بين (0.000-0.002) وهي اقل من مستوى الخطأ (0.050) وهذا يدل على وجود فروق معنوية ما بين القياسين ولصالح القياس البعدي ولكلا المجموعتين, وبذلك تحقق هدف البحث الاول وفرضية البحث الاولى.

جدول (5)

يبين نتائج تقييم الاداء البعدي ما بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية

التفسير	الدلالة *	T	التجريبية		الضابطة		وحدة القياس	متغير البحث
			ع	س	ع	س		
دال	0.000	5.625	1.207	7.452	1.172	6.152	10 درجات	حركة الغطس بالدرجة الامامية

* دالة عند مستوى خطأ (0.050) , درجة الحرية 27+29-2=54

يتضح من جدول (5) الخاص بمقارنة القياس البعدي لنتائج تقييم الاداء ما بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية حيث بلغ مستوى الدلالة (0.000) وهو اقل من مستوى الخطأ (0.050) وهذا يدل على وجود فروق معنوية ما بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية ذات الوسط الحسابي الاكبر وبذلك تحقق هدف البحث الثاني وفرضية البحث الثانية.

3-2 مناقشة النتائج

اظهرت نتائج جدول (5) وجود فروق معنوية بدلالة احصائية في القياسات البعدية ما بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية التي تستخدم التدريب الذهني المصاحب للتغذية الراجعة المعيارية لتعلم الاداء الفني لحركة الغطس بالدرجة الامامية بالجمناستك , حيث يذكر (مناف ماجد, 2012) ان التدريب الذهني لتعلم الحركات الرياضية يوفر مراجعة عقلية تسهم في تمكين المتعلم من التعرف والسيطرة على مصادر الاحساس مثل السمع والبصر واللمس والاحساسات الداخلية والتي تسهم في التدريب على المسارات الحركية التي ينبغي ان تكون عليها اجزاء الجسم وبالتالي يزيد من فرص النجاح خلال الاداء الحركي الفعلي لها. وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (Oras & Sabbar, 2022) و (Ahmed et al., 2013) و (Abdul Hussein et al., 2009) التي توصلت الى فاعلية استخدام التدريب الذهني في التعلم وكذلك في التدريب لبعض حركات الجمناستك الفني وتوصلوا الى نتائج ايجابية بدلالة نتائج دراساتهم . الى جانب ذلك يعزو الباحثان نتائج البحث الى فاعلية استخدام التغذية الراجعة واثرا في تزويد المتعلمين بمعلومات عن الاخطاء التي تصاحب الاداء وتساعدهم في التخلص منها , اذ ان التغذية الراجعة باستخدام الفيديو تعطي لكل متعلم وفي الوقت المناسب معلومات حسية دقيقة عن اخطاء الاداء الى جانب انها تعزز حس المتعلم بمعلومات اضافية تشمل معلومات عن تناسق الاداء المثالي فتمكنهم من مقارنة سلوكهم الحركي بسلوكيات الاداء المثالي فيعين كل متعلم من اقتراب ادائه من التناسق الحركي المطلوب . , كما يشير (Wissam & Samer, 2014) ان التغذية الراجعة تساعد المتعلمين على تصحيح الاستجابات الخاطئة وتكرار الاستجابات الصحيحة فقط وتزيد من التغيرات المرغوب بها في سلوك المتعلمين مما يؤدي الى احداث التفاعل بين المدرس والمتعلم وتشجعه على الاستمرار بعملية التعلم.

كما يعزو الباحثان النتائج الى حسن التقنين الخاص بأسلوب التدريب الذهني المصاحب للتغذية الراجعة المعيارية وكيفية تقديمها الى المتعلمين , حيث وفر هذا الاسلوب تصور كامل عن جزئيات الاداء والتعرف على تسلسله ومسار الحركة بالكامل بفعل التدريب الذهني صاحب ذلك تغذية راجعة تصحيحية من خلال تعرف كل متعلم على أدائه مما اتاح لهم تحديد نوع الخطأ والجزء الذي وقع فيه ذلك الخطأ الى جانب ذلك اتاح فيديو الأداء المثالي عملية مقارنة بين اداء المتعلم والاداء المثالي والذي وفرته التغذية الراجعة المعيارية مما سهل على المتعلم مقارنة بين ما تم وما يجب ان يتم مما قرب اداء كل متعلم من الاداء المثالي وحقق ذلك نتائج ايجابية وفاعلة في تعلم حركة الغطس بالدرجة الامامية بالجمناستك , حيث يؤكد (Wajih Mahjoub et al., 2000) ان تزويد المتعلمين بالمعلومات حول كفاءة الاستجابة من الامور

الجوهريّة خلال عملية العملية التعليميّة كما ان تقنين الاسلوب او الطريقة التي تقدم بها تلك المعلومات تكون ايضاً مهمة جداً للتعلّم.

4- الاستنتاجات والتوصيات

1-4 الاستنتاجات

- اسلوب التدريب الذهني المصاحب للتغذية الراجعة المعيارية فاعل في تعلم الاداء الفني لحركة الغطس الامامي بالدرجة الامامية بالجمناستك

- تفوق اسلوب التدريب الذهني المصاحب للتغذية الراجعة المعيارية على الاسلوب التقليدي بالتصحيح اللفظي والمرئي باستخدام الكراس التعليمي في تعلم الاداء الفني لحركة الغطس بالدرجة الامامية بالجمناستك

2-4 التوصيات

- استخدام اسلوب التدريب الذهني المصاحب للتغذية الراجعة المعيارية في تعلم الاداء الفني لحركة الغطس الامامي بالدرجة الامامية بالجمناستك لما له من اثر فاعل وايجابي في التعلّم وبحسب ما اظهرته نتائج البحث
- اجراء دراسات اخرى وباستخدام نفس التقنين الخاص بالاسلوب المقترح على حركات اخرى في رياضة الجمناستك وعلى فئات عمرية مختلفة

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة بطلاب المرحلة الثانية للدراسة الصباحية للعام الدراسي 2022-2023

تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس لديهم تضارب في المصالح

References

- Aldewan, L. H., Abdul-Sahib, H. M., & al-Mayahi, S. J. K. (2013). Platform impact media super overlap (Alhiebermedia) to learn the effectiveness of the long jump for the Deaf Mute. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 36, 27–41.
<https://www.iasj.net/iasj/article/94541>
- Al-Diwan, L. H. M. (1992). The relationship of some elements of physical fitness to the level of skill performance on gymnastics equipment. *Albasrah University*, 1–68. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.21844.37764>
- Firas Hassan Abdul Hussein, Laith Muhammad Hussein, & Hamid Salman's gesture. (2009). The effect of mental training in developing the level of cognitive organization and acquiring some weighted movements among gymnastics players. *Al-Fath Magazine University of Diyala*, 42. <https://doi.org/10.23813/FA/2009/13/5/5>
- Kadhim, M. A. A. (2020). The effect of instant feedback on performance at the digital level on discus effectiveness. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology*, 14(4).
<https://doi.org/10.37506/ijfmt.v14i4.11907>
- Mahmoud Suleiman, & Fawzi Yacoub. (1995). *Educational gymnastics for men: Vol. 1st edition* (Knights of the Word, Ed.).
- Muhammad, A.-G. O. (1994). *Motor learning and sports training: Vol. 2nd edition* (Dar Al-Qalam for Publishing and Distribution, Ed.). <https://www.iraqnla.gov.iq/opac/index.php?q>
- Muhammad Shihab Ahmed, Mayada Khaled Jassim, & Israa Yassin Abdul Karim. (2013). The effect of mental imagery accompanying skill training in improving the performance level of artistic gymnastics. *Contemporary Sports, University of Baghdad*, 12(21), 221–246.
<https://www.iasj.net/iasj/article/79798>
- Oras Qasim Muhammad, & Hassan Jijan Sabbar. (2022). The effect of mental training in improving the level of performance of the handstand movement on the parallel apparatus in artistic gymnastics for men. *Anbar University Journal of Physical and Sports Sciences*, 13(25). <https://doi.org/10.37655/uaspesj.2023.135931.1007>

- Oudah, M. J. , Aldewan, L. H., & Hchaya, H. M. (2022). Building a Scale of Systems Thinking in Tennis. . *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 32(2), 18–27. <https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v32i2.341>
- Radwan, Muhammad Nasr al-Din. (2011). *Introduction to Measurement in Physical Education and Sports: Vol. 2nd edition* (Al-Kitab Publishing Center, Ed.).
<https://library.alkutcollege.edu.iq/book/99>
- Rafid Mahdi Qaddouri. (2013). *The essence of motor learning* (Diyala University).
https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ar&user=GEUB2pcAAAAJ&citation_for_view=GEUB2pcAAAAJ:roLk4NBRz8UC
- Wajih Mahjoub, Ahmed Badri Hussein, & Mazen Abdel Hadi. (2000). *Theories of learning and motor development* (Ministry of Education Press, Ed.). <https://cte.univ-setif2.dz/moodle/mod/book/view.php?id=32920&chapterid=7442&lang=ar>
- Wissam, S. A. H., & Samer, Y. M. (2014). *Motor learning and its applications in physical education and sports* (Dar Al-Kutub Al-Ilmiyyah, Ed.).
<https://www.sport.ta4a.us/books/1854-kinetic-learning-applications-physical-sports.html>
- Yarub Khayoun. (2010). *Kinetic learning between principle and application: Vol. 2nd edition* (Al-Kalima Al-Tayyibah Press, Ed.). <https://www.sport.ta4a.us/books/1753-kinetic-learning-principle-application.html>

ملحق (1)

يبين السادة الخبراء في رياضة الجمناستك

ت	الاسم والصفة	مكان العمل
1.	أ.د سندس محمد سعيد / خبير ومختص برياضة الجمناستك / محكم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الانبار
2.	م.د اوراس قاسم محمد / خبير ومختص برياضة الجمناستك / محكم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الانبار
3.	م.د هيثم اسماعيل محمد / ومختص برياضة الجمناستك / محكم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الانبار
4.	م. جاسم نافع حمادي / خبير ومختص برياضة الجمناستك	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الانبار

ملحق (2)

يبين استمارة تقييم اداء حركة الغطس بالدرجة الامامية بالجمناستك

ت	مرحلة التقرب ثم الارتقاء للأعلى بالرجلين (د2)	مرحلة الطيران واستقامة الجسم (3 د)	مرحلة الهبوط على الذراعين والدرجة مس الارض باليدين ثم بالكتفين فالظهر مع ثني الركبتين استعداد للقوف (د4)	مرحلة النهوض ثم الاتزان على القدمين والذراعين جانبا (د1)	تقييم
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					

