



مجلة جامعة ذي قار لعلوم التربية البدنية

مجلة علمية محكمة تصدرها كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



تأثير المنهج التعليمي بالايحاءات الحركية وفق الاسلوب الذهني في تطوير سرعة رد الفعل وتعلم مهارة المرجحة والوقوف السرجي على حصان المقابض في الجمناستك

م.د محمد ياسين الزهاوي

جامعة كرميان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

mohammed.yaseen@garmian.edu.krd

مستخلص البحث

وتكمن اهمية الدراسة في استخدام منهج التعليمي بالايحاءات الحركية وفق الاسلوب الذهني في تطوير سرعة رد فعل ومهارة المرجحة والوقوف السرجي , اما مشكلة البحث تكمن في وضع الحلول عن طريق وضع منهج التعليمي بالايحاءات الحركية وفق الاسلوب الذهني لتطوير سرعة رد الفعل وتعلم مهارتي المرجحة والوقوف السرجي على جهاز حصان المقابض ومن اهم اهداف الدراسة تصميم منهج تعليمي بالايحاءات الحركية وفق الاسلوب الذهني في تطوير سرعة رد الفعل وتعلم مهارة المرجحة والوقوف السرجي على جهاز حصان المقابض للطلاب. استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمة طبيعة ومشكلة البحث اشتملت مجتمع البحث على طلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الدراسة المسائية وتم اختيارهم بصورة عمدية والبالغ عددهم (٨) طالب من اصل (١٠) طالب وتم استبعاد طالبين الاثنان لغرض تطبيق التجربة الاستطلاعية عليهم, وتم تقسيمهم الى مجموعتين التجريبية والضابطة بواقع (٤) طالب لكل مجموعة وتم اختيار الاختبارات لمهارة سرعة رد الفعل للذراعين والرجلين بما يتلائم مع مستوى عينة البحث . وتم اجراء الاختبارين القبلي والبعدي على عينة البحث , حيث استغرقت مدة البرنامج (٦) اسابيع وبواقع وحدتين تعليميتين في الاسبوع . وتم معالجة البيانات الاحصائية عن طريق الحقيبة الاحصائية (spss) . واستنتجت الدراسة ان البرنامج التعليمي بالايحاءات تقدم واضح في سرعة رد الفعل لدى عينة البحث . ان برمجة المنهج التعليمي بالايحاءات الحركية وفق الاسلوب الذهني لها دور ايجابي في تطوير السرعة رد فعل واداء مهارة المرجحة والوقوف السرجي.

الكلمات المفتاحية : الايحاءات الحركية , الاسلوب الذهني , سرعة رد الفعل , المرجحة والوقوف السرجي.

Abstract

The importance of the study lies in the use of an educational curriculum with motor suggestions according to the mental method in developing reaction speed and the skill of swinging and saddle standing. The problem of the research lies in developing solutions by developing an educational curriculum with motor suggestions according to the mental method to develop reaction speed and learn the skills of swinging and saddle standing on a device. One of the most important objectives of the study is to design an educational curriculum with kinetic suggestions according to the mental method in developing reaction speed and learning the skill of swinging and saddle standing on the handle horse device for students. The researcher used the experimental method to suit the nature and problem of the research. The research group included students of the third stage of the College of Physical Education and Sports Sciences, evening study, and they were chosen intentionally. They numbered (8) students out of (10). Two students were excluded for the purpose of applying the exploratory experiment to them, and they were divided. It was divided into two groups, experimental and control, with (4) students for each group. Tests were chosen for the skill of reaction speed of the arms and legs in a way that suits the level of the research sample. The pre- and post-tests were conducted on the research sample. The duration of the program lasted (6) weeks and consisted of two educational units per week. The statistical data was processed using the statistical package (spss). The study concluded that the educational program with suggestions made clear progress in the reaction speed of the research sample. . Programming the educational curriculum with motor suggestions

according to the mental method has a positive role in developing reaction speed and performing the skills of swinging and standing saddle.

Keywords: (motor suggestions, mental style, reaction speed, swinging and saddle stance).

١- التعريف بالبحث

١-١ المقدمة واهمية البحث :

لقد كشفت الأبحاث العلمية خلال الاعوام الاخيرة الكثير من أسرار حول العقل البشري من نواحي فهم وتفكير العلمي ، وساعدت هذه المعلومات إلى تغييرات جوهرية حول كيفية استخدامه في عملية التعلم وبرامج تعليمية وتطويرها بشكل أفضل وأسرع وأسهل، وتعالج الصيحات التربوية لإعادة النظر في محتوى العملية التدريبية وأهدافها ووسائلها واستراتيجياتها بما يتيح للأفراد اكتساب المعرفة القائمة على دماغ العقل البشري من حيث الذهن والايحاءات، ويرى (باهي، وجاد، ٢٠٠٤) " ان التدريب العقلي يمكن الجهاز العصبي من تسجيل الأنماط الحركية والحسية ويساعده على التركيز وإعادة تنظيم صور الأداء الحركي الأمثل، ويؤكد بعض العلماء على أن التدريب له تأثير واضح في التغلب على زيادة الاستثارة الانفعالية وتحقيق الأداء الحركي الأمثل للرياضيين وخاصة المبدعين منهم" (باهي وجاد، ٢٠٠٤، ٨٨).

إن استخدام الايحاءات الحركية تشجع المتعلم على التخيل والإدراك والمحاكاة وحب التقليد بالإضافة إلى إعطاء الحرية للمتعم في الحركة والإبداع والنشاط المتنوع . وان من الاساليب التعلم التي تساعد في تطبيق هذا النوع من البرنامج التعليمي ويكون مشابهة اليها بدرجة اكبر والتي يوفر لها طريقه الامثل في ترجمة البرنامج في جانب العملي هو الاسلوب الذهني كون هذا الاسلوب من حيث طريقة تطبيقها يستند الى جانب التخيلي في العقل والدماغ وقيل تطبيق المهارة المعينة , إذ يشير (النقيب) إلى أن المتعلم تستخدم التدريب الذهني لغرض تثبيت الأداء، عن طريق مراجعة المهارة ذهنياً، ويتضمن ذلك التخلص من الأخطاء بتصوير الأسلوب الصحيح للأداء، وإن أغلب الذين لديهم فكرة واضحة عن الجوانب الرئيسية للمهارة، يستطيعون بالتدريب الذهني مقارنة إستجاباتهم بالأداء الأمثل، ومن ثم يصححون الإستجابات الخاطئة (النقيب، ١٩٩٠، ٢٢٣).

وان سرعة رد الفعل لها دور اساسي ومهم في مختلف العاب ومهارات الرياضية وبمستويات مختلفة حسب كل اللعبة ومهارة ويكاد ان لا يخلو اي مهارة منها , أي هو عبارة عن الفترة الواقعة بين المؤثر و التلبية ، و تعتبر السرعة التي يستغرقها رد الفعل عاملا هاما في الرياضة عموما تساعد على تجنب استخدام العضلات التي لاحاجة لعملها في أداء حركة ما . كما أنها تدل على مدى التوافق العضلي العصبي عند الرياضي.

ورياضة جمناستك من الفعاليات يحتاج الى تنمية وتطوير جان الذهني والعقلي التي تساعدها على تطبيق المهارات بدقة وتركيز عاليين والتي ياتي بعد تطوير جانبي انفا الذكر ومن المهارات والاجهزة التي يحتاج الى مخيلة واسعة ونكاء جيد وسرعة في التطبيق المهارات وهي جهاز حصان المقابض التي يحتاج مهاراتها تكوين ذهني للمهارة قبل الاداء والتطبيق على

الجهاز , وتكمن اهمية البحث في معرفه تاثير تطبيق منهج تعليمي بالايحاءات الحركية وفق الاسلوب الذهني في تطوير سرعة رد الفعل وتعلم مهارة المرجحة والوقوف السرجي على جهاز حصان المقابض .

٢-١ مشكلة البحث

واما مشكلة البحث حيث لاحظها الباحث ان التكامل في الاداء الرياضي دائما مايتطلب ان يكون هناك تكامل الربط بين الجانبين العقلي والجسمي لغرض تطبيق المهارات بشكل امثل واكمل ومن حيث خبرة الباحث في هذا الجانب وبعد الاطلاع على الدراسات والبحوث السابقة لاحظ ان الجانب العقلي او الذهني لم يحظى بتلك الاهتمام في عملية تعلم المهارات في لعبة الجمناستك والتي لها دور كبير في عملية التعلم, اذ ان تطوير التكامل بين العقل والجسم هو الطريق نحو اكتشاف قدراتنا الحقيقية وفي هذه الحالة سوف يكون الأداء قريباً من المستوى الافضل ولكي يتم ذلك يجب أن يكون لدى اللاعب الرغبة في قضاء الوقت لتدريب الجانب الذهني مثل الجسم تماما والتي أيضا يساعد على تطوير جوانب حركية اخرى مثل سرعة رد الفعل التي لها دور كبير في تطبيق المهارات الجمناستك والتي لها الرابط المباشر مع الجانب الذهني والعقلي ومن هنا برزت مشكلة البحث ووضع الحل لها عن طريق وضع منهج التعليمي بالايحاءات الحركية وفق الاسلوب الذهني لتطوير سرعة رد الفعل وتعلم مهارتي المرجحة والوقوف السرجي على جهاز حصان المقابض.

٣-١ اهداف البحث

وان الهدف من الدراسة

- تصميم منهج تعليمي بالايحاءات الحركية وفق الاسلوب الذهني في تطوير سرعة رد الفعل وتعلم مهارة المرجحة والوقوف السرجي على جهاز حصان المقابض للطلاب.
- التعرف على تأثير المنهج التعليمي بالايحاءات الحركية وفق الاسلوب الذهني في تطوير سرعة رد الفعل وتعلم مهارة المرجحة والوقوف السرجي على جهاز حصان المقابض للطلاب.
- التعرف على الفروق في تعلم مهارة المرجحة والوقوف السرجي بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية

٤-١ فروض البحث

- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية ولصالح منهج الدراسة.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية وللمنهج التعليمي بالايحاءات الحركية .

٥-١ مجالات البحث

١-٥-١ مجال البشري : طلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كرميان .

٢-٥-١ مجال الزماني : ٢٩/١/٢٠٢٤ - ٤/٣/٢٠٢٤ .

١-٥-٣ مجال المكاني : قاعة الجمناستك في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

٢- منهجية البحث واجراءاته الميدانية :

١-٢ منهج البحث : استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمة طبيعة ومشكلة البحث , " هو إجراء من أجل الحصول على حقائق وبيانات مع تفسير لكيفية ارتباط هذه البيانات بمشكلة الدراسة" (الشوك والكبيسي، ٢٠٠٤، ٥٥) .

٢-٢ عينة البحث : واما مجتمع وعينة البحث هو " الجزء الذي يمثل المجتمع الاصلي او النموذج الذي تجري الباحث مجمل عمله عليه " . (محجوب، ٢٠٠١، ١٦٣) , وعلى هذا الاساس اشتملت مجتمع البحث على طلاب المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كرميان الدراسة المسائية , وتم اختيارهم بصورة عمدية والبالغ عددهم (٨) طالب من اصل (١٠) طالب وبلغت نسبتهم (٨٠٪) وتم استبعاد طالبين الاثنان لغرض تطبيق التجربة الاستطلاعية عليهم, وتم تقسيمهم الى مجموعتين التجريبيه والضابطة بواقع (٤) طالب لكل مجموعة .

٢-٣ وسائل جمع المعلومات والاجهزة والادوات : وتم استخدام جهاز حسان القفز , استمارة التقييم , مصادر والمراجع , حاسبة من نوع DELL, بساط الحركات الارضية .

٢-٤ الاختبارات المستخدمة في البحث

- اختبارات سرعة رد الفعل :

- اختبار نيلسون لسرعة رد فعل الرجلين (ثانية) المعدلة

الغرض من الإختبار:

قياس القدرة على الإستجابة والتحرك بسرعة ودقة وفقاً لاختيار المثير.

- الأدوات:

- منطقة مستوية خالية من العوائق بطول (٢٠م) وبعرض (٢م) يخطط بداخلها ثلاثة خطوط المسافة بين خط وآخر (٢٠م، ٣م)، طول الخط (٢م).

- ساعة توقيت.

- شريط قياس.

وصف الأداء:

يقف المختبر عند إحدى نهايتي خط المنتصف في مواجهة المؤقت، الذي يقف عند نهاية الطرف الآخر للخط ويتخذ وضع الاستعداد بحيث يكون خط المنتصف بين القدمين ثم ينحني بجسمه للأمام، ويمسك المؤقت بساعة إيقاف بإحدى يديه ويرفعها إلى أعلى ثم يقوم بسرعة بتحريك ذراعه إما ناحية اليسار أو اليمين وفي الوقت نفسه يقوم بتشغيل الساعة وعند استجابة المختبر لإشارة البدء يحاول الركض بأقصى سرعة ممكنة في الإتجاه المحدد للوصول إلى خط الجانب الذي يبعد عن خط المنتصف مسافة (٢٠م، ٣م). وعندما يقطع المختبر خط الجانب الصحيح يقوم المؤقت بإيقاف ساعة التوقيت.

شروط الأداء:

- تختار المحاولات في كل جانب بطريقة عشوائية ومتعاقبة.
- إذا بدأ المختبر بالإتجاه الخاطئ فإن المؤقت يستمر بتشغيل الساعة حتى يغير المختبر من اتجاهه.

- يجب عدم معرفة المختبر بعدد المحاولات المطلوب أدائها.
 - يجب أن يبدأ الإختبار بأن يعرض المؤقت إشارة (استعد - أبدأ) في المحاولات جميعها.
 - تختار المحاولات في كل جانب بطريقة سحب الكروت الموحدة الحجم واللون.
- طريقة التسجيل:**
- يعطى المختبر (٦) محاولات متتالية بواقع (٣) لكل جانب بين كل محاولة وأخرى (١٠) ثا.
 - يحسب الزمن الخاص بكل محاولة لأقرب (١٠/١) ثا.
 - درجة المختبر هي : متوسط المحاولات الست. اختبار نيلسن لسرعة رد فعل للذراعين (درجة)

- اختبار نيلسون لسرعة رد فعل للذراعين
- الغرض من الاختبار : قياس سرعة الاستجابة الحركية للذراعين .
- الأدوات : جهاز BATAK MICRO (جهاز قياس سرعة الاستجابة الحركية للذراعين).
- وصف الأداء : يقف المختبر مواجهاً للجهاز الذي يكون على شكل لوح فيه العديد من مفاتيح فتح وغلق وبالتتابع ويحاول المختبر إطفاء مفتاح الغلق عندما يضيء بالضغط على المفتاح , ويشعر المختبر بإطفاء الأزرار المضاء لمدة ٣٠ ثانية .
- طريقة التسجيل : يحتسب عدد المرات التي إطفائها المختبر خلال ٣٠ ثا , والأفضل هو الذي يطفى أكثر عدد من المفاتيح خلال مده الاختبار .
- اختبار المهاري :

- اختبار اداء مهارة المرجحة والوقوف السرجي على حسان المقابض (درجة)

تم عرض الاختبارات بسرعة رد الفعل على مجموعه من خبراء ذوي الاختصاص(الملحق ١) وتم الاتفاق على الاختبارين الاعلى الذكر وتم الاتفاق على تلك الاختبارين .

٥-٢ التجربة الاستطلاعية

تم اجراء التجربة الاستطلاعية على (٢) طالب من طلاب المرحلة الثالثة الدراسة المسائية في قاعة الجمناستك في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وخارج عينة البحث يوم الاثنين (٢٠٢٤/١/٢٨) لغرض وقوف على ملائمة المنهج وكذلك الوقت التي تم وضعها لغرض تدريب وتعلم المهارة وتلافي المعوقات التي تواجه تطبيق المنهج .

٦-٢ التجربة الرئيسية

احتوى المنهج على (١٢) وحدة تعليمية للمجموعتي البحث التجريبية والضابطة بواقع وحدتين في الاسبوع وتم عرض المنهج على خبراء من ذوي الاختصاص الملحق (٢) لغرض معرفة مدى ملائمة المنهج مع عينة الدراسة , وتم تطبيق المنهج في الجزء الرئيسي من الوحدات التعليمية وفي الجزء التطبيقي حيث كان مدة الكلية للوحدة التعليمية ٩٠ دقيقة حسب المدة المحددة من قبل الكلية لكل درس وكان مدة الجزء الرئيسي ٦٠ دقيقة حيث تم اعطاء ٥ دقائق للجزء التعليمي و ٥٥ دقيقة للجزء التطبيقي لغرض اعطاء وقت الكافي لتدنية تمرينات سرعة الرد الفعل وكذلك تطبيق مهارة على جهاز حسان المقابض حيث كان الفترة الزمنية للتجربة ٦ اسابيع بدءاً من تاريخ (٢٠٢٤/١/٢٩) ولغاية (٢٠٢٤/٣/٤) .

٧-٢ الاختبار البعدي

حيث تم اجراء الاختبار البعدي يوم الخميس (٢٠٢٤/٣/٧) مع مراعاة الظروف نفسها من حيث الاختبار القبلي وكذلك ايام تطبيق المنهج, وتم اجراء الاختبار البعدي لسرعة رد الفعل للطلاب وكذلك قيام بتصوير اداء المهارة المؤدى من قبل طلاب وارسالة الى المحكمين لغرض تقييم من (١٠) درجات الملحق (١) .

٨-٢ الوسائل الاحصائية

وتم استخدام الحقيبة الاحصائية (spss) للاستخراج النتائج الخاصة بالمتغيرات البحث.

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

١-٣ عرض وتحليل النتائج :

الجدول (١) يبين النتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار سرعة رد الفعل واداء مهارة المرجحة والوقوف السرجي

ت	الاختبارات	وحدة قياس	القبلي		البعدي		قيمة ت المحسوبة
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
١	سرعة رد الفعل لليدين	عدد	٧,٧٥٠	٠,٩٥٧	١٠	٠,٨١٦	٩
٢	سرعة رد الفعل للرجلين	ثا	٣,٥٥٦	٠,٢٢٤	٣,٣٣٨	٠,٢١٣	٣,٦٣٢
٣	المرجحة والوقوف السرجي	درجة	١,٩٠٠	٠,٧٠٣	٥,٧٦٠	٠,٨٢٠	٧,٧٤٢

ويتبين من الجدول (١) وجود فروق ذات دلالة الاحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي في سرعة رد الفعل لليدين والرجلين واداء مهارة المرجحة والوقوف السرجي .

الجدول (٢) يبين النتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبار سرعة رد الفعل واداء مهارة المرجحة والوقوف السرجي

ت	الاختبارات	وحدة قياس	القبلي		البعدي		قيمة ت المحسوبة
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
١	سرعة رد الفعل لليدين	عدد	٠,٨١٦	٥,٥٠٠	٠,٥٧٧	٥,١٩٦	
٢	سرعة رد الفعل للرجلين	ثا	٠,٥١٦	٣,٤٥٨	٠,٥٠٨	٠,٣٨٨	
٣	المرجحة والوقوف السرجي	درجة	١.١٨٠	٠.٥٢٦	٢.٩٢٠	٢.٠٥٧	

ويتبين من الجدول (٢) حدوث فروق ذات دلالة الاحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي في سرعة رد الفعل لليدين والرجلين واداء مهارة المرجحة والوقوف السرجي وهذا الفروق كانت اقل من الفروق التي احدثت في المجموعة التجريبية .

الجدول (٣) يبين النتائج الفروق بين الاختبارين البعدي بعدية للمجموعة التجريبية والضابطة في اختبار سرعة رد الفعل واداء مهارة المرجحة والوقوف السرجي

ت	الاختبارات	وحدة قياس	البعدي التجريبية		البعدي الضابطه		قيمة ت المحسوبة
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
١	سرعة رد الفعل لليدين	عدد	٠,٨١٦	٥,٥٠٠	٠,٥٧٧	٩	
٢	سرعة رد الفعل للرجلين	ثا	٠,٢١٣	٣,٤٥٨	٠,٥٠٨	٠,٣٣٣	
٣	المرجحة والوقوف السرجي	درجة	٥.٧٦٠	٠.٨٢٠	٢.٩٢٠	٢.٠٥٧	

ويتبين من الجدول (٣) حدوث فروق ذات دلالة الاحصائية بين الاختبارات البعدي بعدية للمجموعة الضابطة والتجريبية ولصالح مجموعة التجريبية في سرعة رد الفعل لليدين والرجلين واداء مهارة المرجحة والوقوف السرجي وهذا الفروق كانت اكبر من الفروق التي احدثت في المجموعة الضابطة.

٢-٣ مناقشة النتائج :

حيث يتبين من الجدول رقم (١) ان هناك فروق ذات دلالة احصائية في نتائج المجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي في اختبار سرعة رد الفعل للذراعين حيث يعزو الباحث هذا فروق الى دور المنهج التعليمي التي تم استخدام الايحاء

الحركي وفق الاسلوب الذهني وهذا ما يدل على استفادة المختبرين من البرنامج التي تم وضعها مما ساعده على تطوير صفة سرعة رد الفعل للذراعين في ذهن المتعلم وبالتالي تبين ذلك في النتائج النهائية , وهذا ما يؤكد ضمد (٢٠٠٠) "ان الدراسات اوضحت ان تعليم والتدريب منتظم يؤدي الى تطوير سرعة رد الفعل " (الضمد, ٢٠٠٠, ٢٢٨) .

وكذلك تبين نتائج الاختبار سرعة رد الفعل للرجلين قد حدث تطور بين الاختبارين القبلي والبعدي ويرجع الباحث ذلك الى الاسلوب التي قد تم استخدامها مع البرنامج التي قد ساعده على تطوير في نتائج صفة رد الفعل للرجلين كون الاسلوب الذهني يرتبط ارتباط شديد من الجانب العقلي والدماغ للمتعلمين اذ يشير(راتب...٢٠٠٠) "أن التدريبات العقلية تـوازى التدريبات الحركية حيث إن كل منهما مهارات يمكن تعلمها ، وتؤدي في النهاية إلى قمة الأداء كما أنها تساعد على تكوين أساس عقلي قوي وهي مكونات هامة لتدريب أي نشاط رياضي ، فبدونها ممكن أن يضيع على المتعلم فرص النجاح عندما يكون مستعد بدنيا وغير مستعد عقليا " (راتب ، ٢٠٠٠ ، ٩) .

ومن حيث النتائج القبلية والبعدي للمهارة المرجحة والوقوف السرجي حيث تبين تفوق الاختبار البعدي من حيث النتائج التي تم استحصاها من المختبرين وهذا يدل دور عمل المنهج التعليمي على تطوير صفة التعلم والاداء مهارة المرجحة والوقوف السرجي التي اوصلة المتعلم الى مرحلة الاداء الجيد التي عملة على جانب قهم والتصور الجيد للمهارة عند الاداء وقبلة الاداء وهذا ما يؤكد (عبدالخالق ٢٠٠٥) "بان المهارة هي الاداء الحركي للحركة الرياضية بصورة اوتوماتيكية ثابتة مع التحكم والدقة والانسيابية للعمل الحركي والاقتصاد في الجهد وسرعة الاستجابة للمواقف المتغيرة واذا تم التدريب عليها بنفس الاداء لحققت افضل النتائج " (عبدالخالق, ٢٠٠٥, ١٣) .

وقد تبين من الجدول (٢) للنتائج الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة حيث اظهرت نتائج هذا المجموعة الى تطور قليل وفروقات قليلة في النتائج اختبارات سرعة رد الفعل للذراعين والرجلين وكذلك الاختبار المهاري للمهارة المرجحة والوقوف السرجي على حضان المقابض , حيث يرجح الباحث هذا الى عدم استعمال او التزام بطريقة واحدة في البرنامج التعليمية وعدم ادخال اساليب وادخال التغييرات في المناهج التعليمية وعدم الاهتمام بالجانب العقلي والذهني للمتعلمين , ويشير (العربي ٢٠١٨) " ان المجموعة التمارين المختارة من المدرب والتي تعمل على تنمية سرعة الاستجابة الحركية ومن خلال التدريب المستمر بتطبيق برنامج التدريب العقلي المصاحب للتدريب المهاري الذي أسهم في سرعة عملية التعلم لم يستخدم هكذا تمارين مع مجموعة الضابطة " (العربي , ٢٠١٨ , ٩) .

ومن حيث النتائج التي اظهرت في جدول (٣) للاختبارات البعدية بعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة والتي اظهرت تلك النتائج تفوق مجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة تشير الى دور المنهج التي تم وضعها وفق الاسلوب الذهني التي يرجح الى عمل مباشر لهذا المنهج على الجانب الذهني للمتعلم والتي بدورها ساعدها في تطوير واداء الجيد للمهارة المرجحة والوقوف السرجي على جهاز الحصان مقابض .

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات

- حققة البرنامج التعليمي بالايحات تقدم واضح في سرعة رد الفعل لدى عينة البحث .
- ان برمجة المنهج التعليمي بالايحات الحركية وفق الاسلوب الذهني لها دور ايجابي في تطوير السرعة رد فعل واداء مهارة المرجحة والوقوف السرجي .

التوصيات

- ضرورة تطبيقه هكذا مناهج في برامج الدراسية مقرره لما يساعد من تنمية وتطوير جانب الذهني لدى المتعلمين .
- ضرورة دمج بين الايحات والجانب الذهني مع جوانب الحركية والمهارية
- ضروره تطبيق هكذا مناهج مع المهارات الاخرى وكذلك فعاليات الرياضية اخرى .

المصادر والمراجع

- باهي، مصطفى حسين .وجاد، سمير عبد القادر (٢٠٠٤): المدخل إلى الاتجاهات الحديثة في علم النفس الرياضي، ط١، الدار العالمية للنشر، القاهرة.
- النقيب، يحيى كاظم (١٩٩٠)؛ علم النفس الرياضي، الرياض، معهد إعداد القادة.
- ال مراد ,نبراس يونس محمد (٢٠١٢) : اثر استخدام برنامج مقترح بالتمارين الحركية الموجهة للدماغ في تنمية سرعة الاستجابة لدى أطفال المدرسة بعمر (٧-٦سنوات), المؤتمر الدوري الثامن عشر لكليات وأقسام التربية الرياضية في العراق , جامعة الموصل .
- الشوك، نوري ابراهيم والكبيسي، رافع صالح (٢٠٠٤): دليل البحوث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية، مطبعة التعليم العالي، بغداد.
- الضمد، عبد الستار جبار (٢٠٠٠)"فسيولوجيا العمليات العقلية للرياضه، تحليل، تدريب، قياس" ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ط١.
- راتب، أسامة كامل: علم نفس الرياضة، المفاهيم والتطبيقات ، الطبعة الثالثة، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٠.
- عصام الدين عبد الخالق مصطفى (٢٠٠٥): التدريب الرياضي (نظريات - تطبيقات)، الطبعة الثانية عشر، دار المعارف، السكندرية.

- العربي , مرسلي, ابراهيم قدور, عياد مصطفى(٢٠١٨) : فاعلية الألعاب المصغرة على تنمية سرعة الاستجابة الحركية وطبيعة علاقتها بتطوير الأداء المهاري لناشئ كرة القدم , مجلة الباحث في العلوم الانسانية والاجتماعية , العدد ٣٥, سبتمبر.

الملحق رقم (١)

يوضح اسماء سادة المقيمين

ت	الاسم	الاختصاص	الجامعة
١	م.د شنيار برهان نعمت	الجمناستك	جامعة كرميان
٢	م.م ربيوار عثمان صالح	الجمناستك	جامعة السليمانية
٣	م.م لافة جمال محمد	الجمناستك	جامعة السليمانية

الملحق (٢)

يوضح اسماء سادة الخبراء الذي تم عرض المنهج التعليمي عليهم

ت	الاسم	الاختصاص	الجامعة
١	ا.د فراس كسوب راشد	تعلم الحركي / كرة الطائرة	جامعة الكوفة
٢	ا.م.د محمد مصطفى صالح	تعلم الحركي / السباحة	جامعة السليمانية
٣	ا.م جعفر حسين علي	طرائق التدريس / ساحة والميدان	جامعة كرميان
٤	م.د داكان بختيار عمر	تعلم الحركي / كرة اليد	جامعة السليمانية
٥	م.د شنيار برهان نعمت	طرائق التدريس / الجمناستك	جامعة كرميان

الملحق (٣)

يوضح تفاصيل المنهج التعليمي

كان الوقت الكلي للمنهج التعليمي ٩٠ دقيقة

- حيث كان الجزء للتحضير من المنهج مدتها ١٥ دقيقة وكان خاص بأخذ حضور وترتيب الطلبة واجراء الاحماء العام والخاص للجزء العلوي والسفلي .

- وكان الجزء الرئيسي من الوحدة التعليمية مدتها ٦٠ دقيقة تم اعطاء ٥ دقائق للجانب التعليمي حيث تم شرح واعطاء نموذج من قبل المدرس وعرض بعض صور للمهارة , وتم اعطاء ٥٥ الدقيقة الاخرى للجانب التطبيقي حيث يتم تعليم الطلاب للمهارة على شكل الايحاءات الحركية من قبل مطبق للمنهج من قبل المعيد المساعد للمدرس حيث يقوم باجراء تعلم اجزاء المهارة بايحاءات لكل مرحلة من مراحل المهارة ويتم تصور تلك الايحاءات من قبل المتعلم ايحاءيا ايضا ومن ثم عمل ذهنيا وفق الاسلوب الذهني ويتم اعطاء كل مرحلة على حدة , وكذلك يتم اعطاء تمارينات سرعة رد فعل التي هي ضمن المنهج التعليمي ويتم تعلم كل جزء من المهارة عن طريق الايحاءات الحركية من اجزاء مهارة وتمارين تعليمية ايضا وتم الانتقال الى جزء الاخر من اجزاء المهارة وبعد .

- وكان الجزء الاخير من المنهج التعليمي هو الجزء الختامي التي كان مدتها ١٥ دقيقة ما بين اعطاء بعض ملاحظات وعمل العاب الصغيرة التي تخدم جانب المهاري وكذلك سرعة رد الفعل للطلاب بما يحتاجه المهارة عند الاداء على الجهاز حسان المقابض .