

## تأثير استخدام إستراتيجية المجموعات المرنة في تعلم فعالية دفع الثقل للطلاب

م.د. حيدر طه عبد الرضا مظلوم

وزارة التربية، مديرية تربية بغداد، الكرخ الثانية، العراق

[hiedartahaalsarie1975@gmail.com](mailto:hiedartahaalsarie1975@gmail.com)

٠٧٧٠٢٥٧٤٩٣٣

مستخلص البحث

يهدف البحث إلى الكشف عن تأثير استخدام إستراتيجية المجموعات المرنة في تعليم فعالية دفع الثقل للطلاب في درس التربية الرياضية للمرحلة المتوسطة، حيث فرض الباحث، بأن توجد فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج تعلم فعالية دفع الثقل بين المجموعة التجريبية التي تتعلم باستخدام إستراتيجية المجموعات المرنة والمجموعة الضابطة التي لا تتعلم باستخدام هذه الإستراتيجية، حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث، وتكونت عينة البحث من شعبتين لطلاب الصف الثاني المتوسط والبالغ عددهم (٨٠) طالب مقسمين بواقع (٤٠) طالب للمجموعة التجريبية و(٤٠) طالب للمجموعة الضابطة تم اختيارهم بشكل عشوائي بطريقة القرعة، وبعد ذلك قام الباحث بأجراء التجربة الرئيسية حيث كانت فيها تنوع في التعليم، وهذا من صفات إستراتيجية المجموعات المرنة والتي يطبق فيها مجموعة من الأنشطة والتمارين التي عدت بناءً على إمكانية الطلاب الذين هم في طور التعلم، وبعدها استخدم الباحث الوسائل الإحصائية لمعالجة البيانات، أسنتج الباحث بأن التعليم باستخدام إستراتيجية المجموعات المرنة في تعلم فعالية دفع الثقل للطلاب وعملية التنوع في التعليم باستخدام إستراتيجية المجموعات المرنة، قد حقق تعلم أفضل من باقي طرائق التعليم الاعتيادية المستخدمة في تعلم فعالية دفع الثقل للطلاب، وتوصل الباحث إلى توصيات أهمها إمكانية استخدام مثل هذه الإستراتيجية في تعليم الفعاليات والمهارات الأخرى لمختلف الألعاب الرياضية كونها تعطي نتائج ايجابية.

الكلمات المفتاحية

(الإستراتيجية، دفع الثقل)

## The Effect of Using Flexible Group Strategy In Learning The Effectiveness Shot Putting for Students

Haider Taha Abdul Redha Mazloom

Ministry of Education, Baghdad Education Directorate, Al-Karkh II, Iraq

[hiedartahaalsarie1975@gmail.com](mailto:hiedartahaalsarie1975@gmail.com)

٠٧٧٠٢٥٧٤٩٣٣

**Abstract**

This research aims to reveal the impact of using shot putting of flexible group strategies in learning. This a ctivity for students in the physical education lessons for intermediate stage. The researcher proposed that there are differences in the ctaticall significant in the results of learning shot putting between the experimental group which learn by using shot putting strategy and the control group that don't learn by this strategy. The searcher used experimental method because it suits this sort or research . The research sample consisted of two classes for the students of second intermediate stage . They are ٨٠ students devided in to two groups each group has ٤٠ students for the experimental group and ٤٠ students for the control group . They are selected randomly by lottery method . The researcher made the fundamental experiment where the variety of learning focus .This one of the features of flexible group strategy in which a set of activities and exercises are applied according to the ability of students who are learning . The searcher used statical methods for data processing. The researcher conclouded

that learning by using flexible groups achieved better learning better than other methods of teaching which was used by learning shot putting for the students. Accordingly, the researcher concluded to recommendations and the most important of these recommendations is the capability of using such strategy in learning other skills and activity for different sports because it gives positive results.

### Keywords (Strategy ,Shot Putting)

#### ١- التعريف بالبحث

#### ١-١ مقدمة البحث وأهميته :

تعتبر دروس التربية البدنية وعلوم الرياضة من الدروس التي تكون فيها الكثير من المتغيرات، وتكون متداخلة بشكل أو بآخر من حيث مدخلات الدرس مع الدروس الأخرى، وفي أثناء الدرس بين أنواع الفعاليات، حيث تجد الصعوبة في السيطرة عليه من قبل المدرس، وهذا يؤثر سلباً على مخرجات الدرس في عملية التعلم، وقد لا يحصل المدرس على الأهداف المطلوبة التي حددها في الوحدات التعليمية بصورة كاملة، ومن بعض تلك المتغيرات الرئيسية هي الفروق الفردية الموجودة بين الطلاب أثناء عملية التعلم عند المتعلمين في نفس الصف الواحد، حيث أن عملية التعلم الذاتي والتي خاضها أكثر التربيين والمختصين في الفترة السابقة لم تمكنهم من السيطرة على عملية التعليم بالشكل الكامل، والسبب يعود إلى تقسيم الطلاب إلى عدة مستويات ومتقاربين، ومن ثم إعطاء واجبات تناسبهم من وجهة نظر المدرس، وبهذا يضع المدرس منهج وخطة لكل مجموعة أو لكل فرد من الطلاب خاصة به، وهذا الأمر يصعب تنفيذه من أدوات وجهد في أثناء الدرس وبشكل كامل، لذلك بدأ التربيين والمربين باستخدام وسائل جديدة وهي التنوع بالتعليم، وهذا يحدث بعدة أساليب وطرائق وإستراتيجيات ومنها إستراتيجية المجاميع المرنة، حيث تتيح هذه الإستراتيجية البدائل التعليمية أمام المتعلمين، ويتم الاختيار المناسب له حيث ينتقل المدرس من التعليم الموجه لكل الطلاب إلى عملية تقسيم الصف إلى مجموعات ويستمر العمل مع هذه المجموعات لفترة محددة حسب نوع الأهداف التي يرغب المعلم في تحقيقها، وذلك من خلال وضع اختيارات تعليمية متنوعة أمام المتعلمين، وبعد ذلك يرجع إليها المعلم مع المتعلمين بشكل جماعي، كل هذا يتم من قبل المعلم والذي قد سبق أن خطط وصمم أنواع من الأنشطة التي تكون مناسبة مع قدرات وميول واهتمامات المتعلمين، حيث أن المتعلم هو الأساس والمحور الرئيسي في العملية التعليمية، أن إعطاء الفرصة أمام الطلاب للقيام بأنشطة متنوعة وجماعية تأخذ حاجات ومدى ميول الطلاب حتى تسهل عملية التعلم أثناء الدرس، ومن دروس التربية البدنية وعلوم الرياضة في المرحلة المتوسطة هي فعاليات الساحة والميدان والتي تدخل من ضمنها فعالية دفع الثقل والتي تكون من أهداف هذه الدروس هو تعليم الطلاب أداء فعالية دفع الثقل، وذلك عن طريق تطبيق وحدات تعليمية وهذه الوحدات تحتاج إلى خبرات وممارسة من قبل المعلم والتي تكون معدة مسبقاً مع مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين، وكلما كان أداء المتعلم نحو التطبيق الصحيح هذا يعني تم تحقيق الهدف نحو الأفضل، وتكمن أهمية البحث في تطبيق الخبرات المتنوعة في درس الساحة والميدان وينتج من هذا التطبيق مخرجات تصب في مصلحة الدرس ونوع الفعالية المراد تعلمها، وهي محاولة لحل المشكلة التي يواجهها المعلم في تعليم فعالية دفع الثقل والتي تكون مميزة بالطابع التعليمي والعملي في دروس التربية البدنية وعلوم الرياضة، حيث كانت مشكلة البحث هو ضرورة توفير تعلم جيد لجميع الطلاب وتقديم أفضل بيئة تعليمية، وهذا يعتبر من أولويات التعليم التربوي، وذلك يحدث عن طريق التنوع في عمليات التعليم في شتى أنواعه حتى ينسنى للمعلم تحقيق أهدافه من خلال درس الساحة والميدان بشكل عام وفعالية دفع الثقل بشكل خاص، ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة لاحظ وجود ضعف في عملية تعليم فعالية دفع الثقل لأن هذه الفعالية تتطلب أداء حركي مجزئ إلى عدة أجزاء مجتمعة مع بعضها مكونة حركة واحدة بأداء أفضل، لذا التجأ الباحث إلى استخدام إستراتيجية المجاميع المرنة والتي تناسب الفئة العمرية للمتعلمين، فضلاً عن ذلك إعطاء حرية أكبر للطلاب في عملية التعلم بشكل عام وتعلم فعالية دفع الثقل بشكل خاص، وتحددت أهداف البحث في التعرف على تأثير استخدام إستراتيجية المجاميع المرنة في تعليم فعالية دفع الثقل للطلاب ومعرفة أفضلية التأثير بين إستراتيجية المجاميع المرنة والأسلوب المتبع في تعليم فعالية دفع الثقل للطلاب، كما افترض الباحث هناك تأثير ايجابي لإستراتيجية المجاميع المرنة في تعليم فعالية دفع الثقل للطلاب، ووجود تباين في تأثير إستراتيجية المجاميع المرنة والأسلوب المتبع في تعليم فعالية دفع الثقل للطلاب، أما عن مجالات

البحث فقد حُدد مجتمع البحث بطلاب الصف الثاني المتوسط في مدرسة الثبات للبنين وهي إحدى المدارس التابعة لتربية بغداد الكرخ الثانية للعام الدراسي ٢٠٢٢-٢٠٢٣ وقد كانت فترة التجربة أبتدأ من يوم الاحد الموافق ٢٠٢٣/٢/٢٦ ولغاية الاثنين الموافق ٢٠٢٣/٣/٢٠ أما مكان إجراء الاختبارات فكان في الساحة الخارجية لمدرسة متوسطة الثبات للبنين.

## ٢- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

### ١-٢ منهج البحث :

تم استخدام المنهج التجريبي لكونه متلائم مع طبيعة مشكلة البحث ، وتصميم أسلوب المجموعتين المتكافئتين( التجريبية والضابطة) ذات الاختبار القبلي والبعدي .

### ٢-٢ مجتمع البحث وعينة :

تحدد مجتمع البحث بطلاب الصف الثاني المتوسط في متوسطة الثبات للعام الدراسي ٢٠٢٢-٢٠٢٣ والبالغ عددهم (٢٢٦) طالب موزعين على خمسة شعب، حيث تم اختيار هذه المدرسة بشكل عمدي وذلك لوجود ساحة خارجية وقاعة كبيرة مؤهلة وأن درس التربية الرياضية يطبق بواقع وحدتين تعليمية في الأسبوع، زمن الوحدة التعليمية (٤٠) دقيقة، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وبأسلوب القرعة حيث كانت شعبة ( أ ) لإجراء التجربة الاستطلاعية وشعبة ( ب ) للمجموعة التجريبية وشعبة ( ج ) للمجموعة الضابطة حيث كان مجموع الشعبتين لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة ( ٩١ ) طالب تم اختيار ( ٤٠ ) طالب للمجموعة التجريبية و( ٤٠ ) طالب للمجموعة الضابطة بعد استبعاد الطلاب الغير منتظمين بالدوام والطلاب الراسبين والذين تزيد أعمارهم عن ١٤ سنة والممارسين لالعاب القوى والبالغ عددهم (١١) طالب ليصبح عدد عينة البحث (٨٠) طالب حيث بلغت النسبة المئوية للعينة من المجتمع بنسبة ( ٣٥%) .

## ٣-٢ الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة :

### ١-٣-٢ وسائل جمع البيانات :

- ١- المصادر والمراجع العربية والأجنبية .
- ٢- المقابلات الشخصية .
- ٣- الاختبارات والقياسات .
- ٤- استمارات خاصة لتسجيل نتائج الاختبارات للطلاب .
- ٥- فريق العمل المساعد.

### ٢-٣-٢ الأدوات والأجهزة المستخدمة :

- ١- دائرة لدفع الثقل نموذجية قطرها (١٣٥،٢) سم .
- ٢- لوحة إيقاف.
- ٣- كرات طبية مختلفة الأوزان.
- ٤- كرات ثقل حديدية زنة (٤) كغم عدد (٣).
- ٥- بودر لتخطيط قطاع الدفع.
- ٦- لوازم مكتبية.
- ٧- حاسبة يدوية (١) نوع (National).
- ٨- كاميرة فيديو ديجيتال نوع (Sony ٥M).
- ٩- جهاز حاسوب (لأب توب) نوع (DELL).
- ١٠- أقراص ليزيرية (CD).

## ٢- ٤ الاختبار المستخدم :

قام الباحث وبمساعدة فريق بالعمل بتصوير أداء الطلاب للمراحل الفنية لفعالية دفع الثقل وهي ( مسك الثقل وحمله ، وقفة الاستعداد ، التكور والزحقة ، وضع الدفع ، الدفع ، التغطية والاتزان ) وإعطاء لكل مختبر ثلاث محاولات، وتأخذ المحاولة الأفضل حسب قانون الساحة والميدان(القانون الدولي لاتحاد ألعاب القوى ٢٠١٠-٢٠١٢) ، ومن ثم يُعرض

الأداء المصور بواسطة الأقراص الليزرية (CD) للتقييم من قبل الخبراء والمختصين بالساحة و الميدان حسب الاستمارة المعدة من قبل الباحث والمرفقة في الملاحق ليتم تفرغها ومعالجتها إحصائياً .

## ٥-٢ التجربة الاستطلاعية :

قام الباحث بأجراء تجربة استطلاعية على عينة وكان عددهم (٢٠) طالب ومن ضمن مجتمع البحث وهم شعبة الثاني ( أ ) في يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٣/٢/٢٠ وكان الغرض منها :-

- ١- معرفة الوقت المستغرق لأداء الاختبار.
- ٢- التعرف على الصعوبات التي قد تواجه الباحث في مجريات عمله ووضع الحلول المناسبة لها.
- ٣- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة.
- ٤- التأكد من كفاية فريق العمل المساعد .
- ٥- التعرف على الأخطاء مسبقاً قبل إجراء التجربة الرئيسية.

## ٦-٢ التجربة الرئيسية :

### ١-٦-٢ الاختبارات القبليّة:

أجرى الباحث وبمساعدة فريق العمل الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية في يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٣/٢/٢١ وللمجموعة الضابطة في يوم الأربعاء الموافق ٢٠٢٣ /٢ /٢٢ في تمام الساعة التاسعة صباحاً وعلى الساحة الخارجية لمدرسة متوسطة الثبات للبنين بعد إعطاء محاضرة تعريفية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة عن فعالية دفع الثقل وطريقة الأداء الصحيحة.

### ٢-٦-٢ الوحدات التعليمية :

بعد الانتهاء من تنفيذ الاختبارات القبليّة تم البدء بتطبيق المنهاج التعليمي باستخدام إستراتيجية المجاميع المرنة ، في يوم الأحد الموافق ٢٠٢٣/٢/٢٦ حيث أشتمل المنهاج على (٨) وحدات تعليمية أستغرق تنفيذها (٤) أسابيع وبواقع (٢) وحدة تعليمية في الأسبوع ، وزمن الوحدة التعليمية (٤٠) دقيقة ، والتي تتكون من القسم الإعدادي ومدته (٨) دقيقة لتمارين الإحماء ، والقسم الرئيسي ومدته (٢٨) دقيقة ويشمل: الجزء التعليمي والذي يستغرق (٨) دقيقة ويتم فيه شرح أهمية الفعالية والأداء الفني للفعالية بالشكل النموذجي، ثم تطبيق الفعالية من قبل المدرس بأكثر من مرة مع إعطاء نقاط القوة والضعف أثناء التطبيق، وبعد ذلك أداء الفعالية من قبل أحد الطلاب حيث تم التركيز على الجزء الأصعب والأكثر أهمية للفعالية وهي الزحقة والدفع من أجل إعطاء سرعة أكبر وأقوى في دفع الثقل حتى تتحقق أفضل مسافة للرمي، بعد ذلك يدخل المدرس في الجزء التطبيقي والذي يستغرق (٢٠) دقيقة، يقوم فيه المدرس بالتدرج في تعليم الفعالية مع جميع الطلاب وبشكل موحد ويشمل عدة تمارين متنوعة تخدم الأداء الفني للفعالية، ثم يقوم المدرس بإعطاء أربع أنشطة لتمارين مختلفة في أماكن موزعة داخل القاعة ينقسم الطلاب إلى مجاميع تعمل كل منها على النشاط المحدد لها والذي تم عرضه من قبل المدرس مسبقاً، ثم بعد ذلك يتجمع الطلاب للعمل بشكل جماعي وإعطاء التغذية الراجعة ثم ينقسمون على شكل مجاميع مرة أخرى، بحيث تختار كل مجموعة أسلوب التمرين الذي يناسبها وترغب فيه وإعطاء وقت محدد ليتم التغيير إلى تمرين آخر والى مجموعة أخرى ويبقى المدرس ينتقل بين المجاميع مصحح الأداء وإعطاء التوجيهات، وبعد انتهاء الطلاب من العمل بالمجاميع الأربعة التي اختاروها تلقائياً من التمارين المحددة يتجمعوا مرة أخرى بانتهاء الوقت لهذا القسم، اما الجزء الأخير من الوحدة التعليمية وهو القسم الختامي ومدته (٤) دقيقة تعطى فيه لعبة تروحيه هادفة تخدم الفعالية .

### ٣-٦-٢ الاختبارات البعديّة :

بعد الانتهاء من تطبيق المنهاج التعليمي بواقع (٨) وحدات تعليمية على وفق استراتيجية المجاميع المرنة في يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٣/٣/٢١، قام الباحث وبمساعدة فريق العمل بإجراء الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية وذلك في يوم الأربعاء الموافق ٢٠٢٣/٣/٢٢ وللمجموعة الضابطة يوم الخميس الموافق ٢٠٢٣/٣/٢٣ ، وقد أجريت الاختبارات في نفس الظروف التي أجريت فيها الاختبارات القبليّة.

٧-٢ الوسائل الإحصائية: أستخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (spss) .

### ٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

٣-١ عرض نتائج اختبارات الأداء الفني لفعالية دفع الثقل للمجموعة التجريبية وتحليلها.

## الجدول (١)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمتي (t) المحسوبة والجدولية في الاختبارات القبلية والبعديّة للأداء الفني لفعالية دفع الثقل للمجموعة التجريبية

الدلالة	قيمة (T) الجدولية	قيمة (T) المحسوبة	بعدي		قبلي		المعالم الإحصائية الاختبارات
			ع±	س	ع±	س	
معنوي	٢,٠٥	٣,٢٥	١,١٩	١٠,٧٥	١,٢٨	٩,٣٠	اختبار الأداء الفني لفعالية دفع الثقل

عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وعند درجة حرية (٣٩)

## ٢-٣ عرض نتائج أختبارات الأداء الفني لفعالية دفع الثقل للمجموعة الضابطة وتحليلها.

## الجدول (٢)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمتي (t) المحسوبة والجدولية في الاختبارات القبلية والبعديّة للأداء الفني لفعالية دفع الثقل للمجموعة الضابطة

الدلالة	قيمة (T) الجدولية	قيمة (T) المحسوبة	بعدي		قبلي		المعالم الإحصائية الاختبارات
			ع±	س	ع±	س	
معنوي	٢,٥	٢,٧٥	١,٧٤	٩,٤١	١,٢٨	٩,٢٦	اختبار الأداء الفني لفعالية دفع الثقل

## ٤-٣ عرض نتائج الفروق في الاختبارات البعديّة لاختبارات الأداء الفني لفعالية دفع الثقل بين المجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها

الجدول (٣) يبين أقيام الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمتي (t) المحسوبة والجدولية في الاختبارات البعديّة بين المجموعتين التجريبية والضابطة لاختبارات الأداء الفني لفعالية دفع الثقل.

الدلالة	قيمة (T) الجدولية	قيمة (T) المحسوبة	أبعدي (الضابطة)		أبعدي (التجريبية)		المعالم الإحصائية الاختبارات
			ع±	س	ع±	س	
معنوي	٢,٠٣	٣,٣٢	١,٧٤	٩,٤١	١,١٩	١٠,٧٥	اختبار الأداء الفني لفعالية دفع الثقل

عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وعند درجة حرية (٧٨)

## ٤-٣ مناقشة النتائج :

٦- من خلال النتائج التي تم عرضها سابقا في الجداول (١،٢) تبين وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في اختبار أداء فعالية دفع الثقل لطلاب متوسطة الثبات، ويعزو الباحث سبب تطور أداء المجموعة الضابطة إلى المواظبة والانتظام واستمرار حضور الطلاب للدروس، فضلا عن التغذية الراجعة وأهميتها في تحسين الأداء الحركي، والتي كان لها الدور الفعال والإيجابي في تطوير أداء الطلاب في فعالية دفع الثقل حيث "ان التغذية الراجعة تظهر انها المتغير الأقوى والمسيطر على الأداء، وعلى التعلم، وقد اتضح انه لن يكون هناك تحسن في الأداء من دونها" (يعرب خيون، ٢٠١٠، ص٧٢)، كذلك أظهرت النتائج البعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الجدول (٣) فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات في أداء فعالية دفع الثقل ولصالح المجموعة التجريبية والتي اعتمدت على استخدام إستراتيجية المصاحبة المرنة، ويعزو الباحث تلك

الفروق إلى أن المنهج الذي طبق فيه إستراتيجية الجامعات المرنة ساعد على إعطاء حرية في الاختيار للطلاب في أداء التمارين المحددة وبالتالي ساعد على تطويرهم، "إذ أن التخطيط للهدف ووضوحه من الوحدة التعليمية والانسجام مع مستوى الطلاب الحقيقي سيؤدي إلى تسهيل التعلم وبالتالي تحقيق الهدف المطلوب من الوحدة التعليمية(حامد سليمان حمد الدليمي، ٢٠١٧، ص٣٤) إذ " أن كل وضوح في الأهداف وتحديدها في صور مباشرة سلوكية أو مستوى الأداء المعني فإنه يكون ذات مغزى وفاعلية"(صبري الدمرداش، ٢٠٠٧، ص٥٢) "حيث أن تخطيط درس التربية الرياضية بإستراتيجية الجامعات المرنة يساعد على إعطاء الكثير من الأفكار المطروحة وتنوعها وبهذا يتم استنتاج أفكار وحلول قد لا تكون معنى لصاحبها ، ولكن هي في الواقع تكون مجدية وخصوصا إذا استخدم طلاب آخرون مداخل أو مثيرات لأفكار أخرى بحيث تكون أكثر عمقا"( فؤاد سليمان قلادة، ٢٠١٧، ص١١٧) كذلك " أن التدريس هو نظام من العمل المخطط له مسبقا، وهو تعليم الطالب بالهدف الرئيسي"( صلاح الدين محمود علام ، ٢٠١١، ص٧٨) وبهذا فإن التخطيط المسبق من قبل المدرس وفي كلا الأسلوبين المتبعين في عملية التعلم جعل الطلاب يؤدون الفعالية بنسب نجاح مختلفة عن السابق، وكذلك يعزو الباحث الى أن استخدام إستراتيجية الجامعات المرنة قد جعلت تنوع في التعليم والتي يكون فيها متوفر أكثر من بديل في الأنشطة والتمارين التي استخدمت لتعليم فعالية دفع النقل، بالعمل على شكل مجاميع صغيرة واختيار الطالب المجموعة التي تناسبه في التعلم والأسلوب المفضل لديه في التعلم "أن الطالب يميل الى التعلم والتذكر والاستمتاع بالتعلم بدرجات أكبر عندما يتعلم من خلال أسلوب تعلمه المفضل، فضلا عن زيادة في التحصيل وتحقيق درجات أفضل من المواقف التي لا يكون فيها التنوع"( لمياء الديوان، ٢٠٠٩، ص٨١) كما كانت هناك فروق نتيجة أعداد وتنفيذ الباحث إستراتيجية الجامعات المرنة فكان الجمع بين المزايا في العمل الفردي ومزايا العمل كمجموعات وهذا يعتمد على ملاحظات الباحث للعيونة التي قام بوضع أنشطة متنوعة لها وتمارين تخص الفعالية، مما اظهر حافز عند الطلاب والتنافس فيما بينهم في طريقة التعلم وهذا فهم أساليب دور التعلم ، حيث أن هذه الإستراتيجية قد حققت استثمار جيد بين الفروق الفردية وبدل أن تكون عائق أمام الطلبة بل أصبحت عامل مساعد في أنجاح عملية تعلم الفعالية موضوع البحث.-

## ٥- الاستنتاجات والتوصيات

### ٥-١ الاستنتاجات :

في ضوء نتائج الاختبارات وتحليلها ومناقشتها توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية :

- ١- إن استخدام إستراتيجية الجامعات المرنة والطريقة المتبعة من قبل المدرس قد اثر في الطلاب وحقق تعلم أداء فعالية دفع النقل.
- ٢- تفوق مجموعة البحث التجريبية التي استخدم فيها إستراتيجية الجامعات المرنة على مجموعة البحث الضابطة والمستخدم فيها الطريقة المتبعة من قبل المدرس.
- ٣- أن النتائج التي تحققت في الاختبارات قد أثبتت نجاح الوحدات التعليمية التي أعدها الباحث من خلال تعلم واضح وملحوظ في فعالية دفع النقل.
- ٤- استخدام إستراتيجية الجامعات المرنة ساعدت على وجود روح التعاون والاعتماد على النفس وإبداء الرأي ، وولد هذا انعكاس إيجابي في تطور أداء فعالية دفع النقل.

### ٥-٢ التوصيات :

توصل الباحث الى عدة توصيات وهي:

- ١- إمكانية استخدام إستراتيجية الجامعات المرنة كإحدى الإستراتيجيات المهمة في تعليم طلاب المرحلة المتوسطة في شتى دروسها .
- ٢- ضرورة الأخذ بعين الاعتبار بالأفكار عند الطلاب مع مراعاة الفروق الفردية فيما بينهم والتقسيم على شكل مجاميع يمكن إعطائهم الحرية بالتطبيق للفعالية مع الإشراف والملاحظة عليهم من خلال إستراتيجية الجامعات المرنة.
- ٣- إمكانية استخدام مثل هذه الإستراتيجية في التدريس للفعاليات والمهارات الأخرى لمختلف الألعاب الرياضية كونها تعطي نتائج إيجابية.

## المصادر

- ١- الأتحاد الدولي: القانون الدولي لألعاب القوى ، ٢٠١٤-٢٠١٨ .
- ٢- حامد سليمان حمد الدليمي : منظومة طرائق التدريس في التربية الرياضية ، ط١ ، النجف الأشرف ، دار الضياء للطباعة ، ٢٠١٧ ، ص٣٤ .
- ٣- صبري الدمرداش : أساسيات تدريس العلوم ، القاهرة ، دار المعارف، ٢٠٠٧ ، ص٥٢ .
- ٤- صلاح الدين محمود علام : القياس والتقويم التربوي والنفسى ، ط٥ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠١١ ، ص٧٨ .



- ٥- فؤاد سليمان قلادة : الأهداف التربوية وتدريب المناهج ، الإسكندرية ، دار المطبوعات الجديدة ، ٢٠١٧، ص ١٧٧ .  
 ٦- لمياء الديوان : أساليب فاعلة في تدريس التربية الرياضية ، البصرة ، مطبعة النخيل ، ٢٠٠٩، ص (٨١).  
 ٧- يعرب خيون: التعلم الحركي بين النظرية والتطبيق، ٢، (بغداد، الكلمة الطيبة، ٢٠١٠)، ص ٧٢ .

### الوحدة التعليمية الأولى لفعالية دفع الثقل بطريقة الزحلقة باستخدام إستراتيجية المجاميع المرنة

الصف : الثاني المتوسط  
 زمن الوحدة التعليمية : ٤٠ دقيقة  
 المكان: متوسطة الثبات  
 الهدف التربوي : تنمية روح العمل المنظم بين الطلاب  
 الأجهزة والأدوات : كرات طبية .

الملاحظات	التشكيلات	الوسائل والتمرينات المستخدمة	الزمن	أقسام الوحدة التعليمية
يرحرص المدرس على الأهتمام بالجوانب الإدارية ( الالتزام، الحضور ، الزي الرياضي )	xxxxxxxxxxxx (x) xxxxxxxxxxxx	تهيئة الأدوات والتجهيزات الخاصة بالدرس	٥٨	القسم التحضيري (الإعدادي)
		تهيئة عامة لجميع أجزاء الجسم وخاصة التي تستخدم في القسم الرئيسي من درس هرولة ثم السير و قتل الجذع يميناً ويساراً ثم تدوير رسغي اليدين والقدمين ثني الركبتين من وضع الجلوس والنهوض	٥٢	المقدمة
			٥٣	الإحماء
			٥٣	التمارين البدنية
يقوم المدرس بشرح الوضع الابتدائي ، والتأكيد على مسك الثقل وحملة ووقفه الاستعداد كوحدة واحدة ولكن تجزئتها الى مراحل لغرض سهولة التعلم . الأنتباه على عرض النموذج الحي التأكيد على الربط الحركي بين كل مرحلة والمرحلة التي تليها .	xxxxxxxxxxxx x x x x x x x x x x x x (x)	- شرح و عرض الفعالية كاملة - تعليم مسك الثقل وحمله : إن مسك الثقل في طريقة الزحلقة كما هو الحال في مسك الثقل بطريقة الدوران ويحمل بوضع الثقل بجانب تجويف الرقبة بين الفك الأسفل وعظم الترقوة وهذا الوضع يعتمد على قسوة مفصل الرسغ والأصابع. ويكون المرفق للخارج بزاوية (٤٥°) مع الجسم -وقفه الاستعداد: يقف دافع الثقل داخل دائرة الدفع وظهره مواجه لاتجاه قطاع الدفع ويكون جسم دافع الثقل ممندا بارتخاء محتفظاً بتوازنه مع مراعاة عدم الميل إلى اليمين أو اليسار وذلك لعدم توتر العضلات وهنا يكون دافع الثقل واقفاً عند حافة الدائرة المضادة لاتجاه قطاع الدفع وثقل كتلة الجسم مرتكزا على الرجل اليمين ويكون مكانها يمين خط المنتصف الوهمي بالدائرة. أما القدم اليسرى فتكون للخلف بمسافة والارتكاز على الأصابع (الأمشاط)، وملامستها للأرض ملاسمة خفيفة ومثنية بعض الشيء من مفصل الركبة وتقع يسار خط المنتصف ، أما الذراع اليسرى فترتفع أمام الجسم بحرية وارتخاء ويتم تثبيت نظر قائد الثقل على نقطة ثابتة أمامه ، ويرى عدد من المتخصصين أن وقفة الاستعداد من وجهة النظر الميكانيكية لا تلعب دورا ذا أهمية في التأثير على المستوى حيث لا يظهر لها تأثير وفعالية في الثقل ، لذلك فإن الواجب الأساسي لهذه المرحلة ينحصر في تأمين وضع مثالي لبداية الحركة ومن النواحي الميكانيكية تأمين الطريق المناسب للتدرج في السرعة.	٥٨	الجزء التعليمي
		- تقسيم على شكل مجاميع وإعطاء كل مجموعة تمرين خاص يخدم طريقة المسك ووقفه الاستعداد . - ثم بعد أداء التمارين في كل المجموعات وحرية الطالب باختيار المجموعة يقوم المدرس بتبديل المجموعات بأخرى - يقوم المدرس بربط التمارين في الفعالية مع إعطاء النصائح والإرشاد والتغذية الراجعة	٥٢٠	الجزء التطبيقي
ان يشعر الطالب بروح المنافسة والتعاون	xxxxxxxxxxxx	أداء لعبة ترويحية ، تمارين تهدئة واسترخاء الجسم ، ثم الانصراف .	٥٤	القسم الختامي

