



مجلة المستنصرية لعلوم الرياضة

<https://mjss.uomustansiriyah.edu.iq/index.php/mjss/index>



أثر تمارين خاصة وفقاً لأنماط التعلم لتنمية الذاكرة السمعية والبصرية في لأداء الفني برمي المطرقة للطالبات

وليد عبد الرزاق جبارة

جامعة ديالى ، كلية التربية الاساسية ، قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

Waleed.abd1976@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2024/12/1

تاريخ القبول: 2024/12/31

تاريخ النشر: 2025/1/1

Creative Commons Attribution 4.0 International License



هذا العمل مرخص من قبل

المستخلص:

هذا البحث يهدف إلى دراسة تأثير التمارين المبنية على أنماط التعلم المختلفة في تحسين الأداء الفني لرياضة رمي المطرقة لدى الطالبات. يتضمن البحث خمسة أقسام رئيسية حيث يتناول القسم الأول أهمية الموضوع ومشكلته، التي تكمن في صعوبة تعلم الطالبات لرياضة رمي المطرقة خلال الحصص العملية. ويركز البحث على تطوير تمارين مهارية تعتمد على أنماط التعلم لتنمية الذاكرة السمعية والبصرية، وتعزيز مهارات الطالبات الأساسية في رمي المطرقة. في القسم الثاني يقدم البحث عرضاً للنظريات المتعلقة بأنماط التعلم وأهمية تطبيقها في المجال الرياضي مع استعراض تقنيات ومهارات رمي المطرقة بشكل تفصيلي. أما في القسم الثالث فقد تم استخدام المنهج التجريبي حيث أجريت الدراسة على عينة من طالبات الصف الخامس الابتدائي وتم إجراء اختبارات قبلية وبعدية لقياس تأثير التمارين على الأداء. أظهرت النتائج التي تم تحليلها في القسم الرابع وجود فروق إحصائية مهمة بين الاختبارات القبلية والبعدية لصالح المجموعة التي تلقت التمارين مما يشير إلى فعالية التمارين المبنية على أنماط التعلم في تحسين الأداء وتنمية الذاكرتين السمعية والبصرية لدى الطالبات. في القسم الأخير خلصت الدراسة إلى أن استخدام أنماط التعلم البصري كان أكثر فعالية من الأنماط الأخرى في تحسين الأداء. وأوصى الباحث بضرورة تدريب المعلمين على استخدام أساليب التعليم المتميز وتوفير الأدوات والبيئة التعليمية المناسبة لتعزيز التعلم الفعال.

الكلمات المفتاحية: التمارين الخاصة، أنماط التعلم، الاداء الفني، رمي المطرقة.

The Effect of Special Exercises According to Learning Styles to develop auditory and visual memory of the Technical Performance of Hammer Throw for Female Students

Walid Abdul Razzaq Jabara

Abstract

This research aims at studying the effect of exercises based on different learning styles in improving the technical performance of the hammer throw sport among female students. The study consists of five main sections. The first section discusses the importance of the topic and its problem, which lies in the difficulty female students face in learning the hammer throw during practical lessons. The research focuses on developing skill exercises that rely on learning styles to enhance auditory and visual memory and improve the students' basic skills of hammer throw. In the second section, the research presents theories related to learning styles and their importance in the sports field, along with a detailed review of the techniques and skills of hammer throw. In the third section, an experimental approach was adopted, the study was conducted on a sample of fifth-grade female students, and pre- and post-tests were conducted to measure the impact of the exercises on performance. The results, analyzed in the fourth section, showed significant statistical differences between the pre- and post-tests in favor of the group that received the exercises, indicating the effectiveness of exercises based on learning styles in improving performance and developing auditory and visual memory among the students. In the final section, the study concluded that using visual learning styles was more effective than other styles in enhancing performance. The researcher recommended training teachers on using differentiated learning methods and providing the necessary tools and educational environment to promote effective learning.

Keywords: special exercises, learning patterns, artistic performance, hammer throw.

1-مقدمة البحث وأهميته :

لقد شهد العالم تطورا ملموسا وكبيرا في جميع المجالات الرياضية وحقق في هذا المجال خطوات واسعة ساهمت في رفع مستوى الأداء المهارى وتحقيق الانجاز فيها بدرجة كبيرة ، وإن سبب هذا التقدم يعود إلى التخطيط المبرمج وإتباع الأسلوب العلمي من أجل المساهمة في تطوير وتحسين المستوى الرياضي ويضمن الارتقاء بمستوى هذه الألعاب نحو الأفضل لتسجيل أفضل النتائج وتحقيق أعلى المستويات

الرياضية وخاصة في لعبة رمي المطرقة ، شهد العالم تطوراً ملموساً وكبيراً في جميع المجالات الرياضية، وحققت الرياضة خطوات واسعة ساهمت في رفع مستوى الأداء المهاري وتحقيق الإنجازات بشكل كبير. يعود هذا التقدم إلى التخطيط المبرمج واتباع الأساليب العلمية الحديثة التي تسهم في تطوير وتحسين المستوى الرياضي، مما يضمن الارتقاء بمستوى هذه الألعاب نحو الأفضل لتحقيق أفضل النتائج والوصول إلى أعلى المستويات الرياضية، وخاصة في لعبة رمي المطرقة.

تُعد لعبة رمي المطرقة واحدة من الألعاب التي شهدت تطوراً ملحوظاً وأصبحت تحتل مكانة بارزة لدى العديد من دول العالم لما تتمتع به من التشويق والإثارة. تتطلب هذه اللعبة إتقان العديد من المهارات الأساسية مثل التوازن و المسك الصحيح ، التسارع، التوجيه الصحيح للرمية، والتحكم في الدوران. لذلك، أصبح من الضروري على الخبراء والمعنيين في تعليم وتدريب هذه اللعبة التركيز على الإعداد والتخطيط السليم وتطبيق برامج علمية دقيقة لتطوير مستوى هذه الفعّال ، ويرى (حيدر عبدالرزاق ص52-53 ، 2017) إلى أن عملية التعلم تعتمد على مجموعة من الخصائص الفسيولوجية والصفات الشخصية التي تُمكن المتعلم من التفاعل الفعّال مع المعلومات. يتم ذلك من خلال إدراك المعلومات بوعي، والتركيز عليها، ومعالجتها واسترجاعها بصورة سهلة وفعّالة. ، مما يؤثر في عملية التعلم ، ومن المهم ان يتم تفعيل العملية التعليمية بشكل مستمر ومنتظم لضمان تطوير المهارات الفنية لأداء المطرقة (مهدي، 2024، ص. 88). ، وأن إدراك المعلم لهذه الأنماط والتعاون معها على نحو صحيح وعلمي يساعد على تحسين البيئة التعليمية ، ومنح المتعلمين فرصة التوصل إلى الأدوات التي يمكن ان تساعد في التعلم على نحو جيد ، لذلك ينبغي علينا أن نهى الأدوات المناسبة للمتعلم ، ومن اجل أن يبدعوا في عملية تعلمهم وتعد أنماط التعلم واحدة من المعايير المهمة في التعليم المتميز ، وأن من أنماط التعلم الأكثر شمولاً : النمط البصري ، والنمط السمعي ، والنمط الحركي بحسب أنموذج سوزان واينبرنر عام 2002 (رواشد وآخرون 2010) ص316 . ومن هنا اهمية البحث العلمي في استخدام اساليب تعليمية حديثة في تعلم الاداء الفني برمي المطرقة لنتمكن من معرفة تأثيرها الايجابي في احداث التعلم المطلوب لدى الطالبات وتطوير المناهج المقررة لهذه المرحلة وطرائق تدريسها واساليب تنفيذها ايضا لتكوين نقطة انطلاق واساس لإكساب الطالبات المهارات رمي المطرقة التي تؤدي دورا كبيرا في الاداء الفني للألعاب والفعاليات الرياضية المختلفة.

1-2 مشكلة البحث

تُعد فعالية رمي المطرقة إحدى الفعاليات المهمة في ألعاب الساحة والميدان، إلا أنها لم تحظَ بالمكانة المستحقة لها ضمن الدروس التطبيقية مقارنةً بالفعاليات الأخرى. ومن خلال خبرة الباحث كمدرّب لنادي ديالى في فعالية رمي المطرقة، لاحظ أن العديد من الطالبات يواجهن تحديات كبيرة في تعلم هذه الفعالية. دفع ذلك الباحث إلى تبني استخدام أنماط تعليمية متنوعة كوسيلة لمعالجة هذه الصعوبات، مع التركيز

على تطبيق أساليب تعليمية فعّالة تشمل التصور الذهني لتحسين الإدراك الحركي، التدريبات البصرية لتعزيز الاستيعاب البصري للحركات، والتدريبات البدنية لرفع الكفاءة الجسدية اللازمة لإتقان تقنيات رمي المطرقة. تهدف هذه الأساليب إلى تحسين الأداء التعليمي والتدريبي للطالبات في هذه الفعالية الرياضية.

1-3 أهداف البحث

- 1- اعداد تمرينات مهارية وفقا لأنماط التعلم في تنمية الذاكرتين السمعية والبصرية وتعلم المهارات الاساسية برمي المطرقة .
- 2- التعرف على انماط التعلم في تنمية الذاكرتين السمعية والبصرية وتعلم المهارات الاساسية لرمي المطرقة .
- 3- تصميم برنامج تعليمي متكامل يعتمد على أنماط التعلم المختلفة، مثل النمط البصري، السمعي، والحركي، لمعالجة صعوبات التعلم في فعالية رمي المطرقة، حيث يدمج البرنامج بين التصور الذهني، التدريبات البصرية، والتدريبات البدنية لضمان تنمية شاملة لقدرات المتعلمين.

1-4 فرضيات البحث

- 1- يوجد تأثير ذو دلالة احصائية للتمرينات في تطوير الاداء الفني برمي المطرقة للطالبات .
- 2- اثر تمرينات وفقا لأنماط التعلم في تنمية الذاكرتين السمعية والبصرية وتعلم المهارات الاساسية لرمي المطرقة .

1-5 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري :- طالبات مدرسة الميناء .
- 1-5-2 المجال الزمني للمدة من 2022/12/19 ولغاية 2023/4/26 .
- 1-5-3 المجال المكاني :- ساحة مدرسة الميناء.

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث :-

ان اختيار المنهج العلمي لابد ان يكون منسجما مع المشكلة المراد دراستها وبما ان المنهج التجريبي يتلاءم مع طبيعة المشكلة التي تروم الباحث دراستها ولكون هذا المنهج يتصف بدقة النتائج لذا يعد المنهج التجريبي اقرب مناهج البحث العلمي وأكثرها صلاحية لحل هذه المشكلة التي سيتصدى لها لذا استعمل المنهج التجريبي بتصميم مجموعة تجريبية واحدة ذات الاختبار القبلي والبُعدي ، وذلك لملائمته طبيعة البحث والجدول (2) يوضح ذلك .

الجدول (2)

المجموعة	المتغير المستقل	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	ملاحظات
المجموعة الواحدة	اثر تمرينات وفقا لانماط التعلم	اختبار رمي المطرقة	اختبار رمي المطرقة	نتائج المجموعة الواحدة

التصميم التجريبي للبحث

2-3 مجتمع البحث وعينته :-

تحدد مجتمع البحث بطالبات الصف الخامس الابتدائي في مدرسة الميناء الابتدائية للبنات والبالغ عددهم (81) طالبة موزعة على شعبتين وتم اختيار هذه المدرسة لما تمتلكه من مستلزمات رياضية تساعد على قيام الدرس وكذلك وجود الكادر التدريسي المتعاون وادارة المدرسة مع وجود درسي رياضة في الجدول الاسبوعي للصف الخامس الابتدائي ، اما عينة التجربة الرئيسية تم اختيار (10) طالبات من شعبة (أ) و(10) طالبة من شعبة (ب) والبالغ عددهن (20) طالبات اذ بلغت النسبة المئوية للمجتمع البحثي (24,691%) وتم اختيار العينة بالطريقة الصحيحة ليمثلن المجموعة التجريبية.

3-3 وسائل جمع المعلومات والاجهزة والادوات المستعملة في البحث :

1-3-3 وسائل جمع المعلومات

- الملاحظة العلمية
- المصادر العربية والاجنبية
- الدراسات السابقة
- شبكة المعلومات (الانترنت)
- المقابلات الشخصية مع الاساتذة والخبراء المختصين
- الاختبارات والقياس
- فريق العمل المساعد

2-3-3 الاجهزة المستعملة في البحث :-

- ميزان طبي
- جهاز ايباد
- كامرة فيديو

3-3-3 الادوات المستعملة في البحث :-

- مطرقة عدد (4)
- صافرة عدد (1)
- شريط لاصق

- شريط قياس

- دائرة رمي مطرقة

3-4 الاجراءات الميدانية للبحث :-

بعد اطلاع الباحثة على العديد من المصادر والمراجع العلمية العربية والأجنبية والدراسة السابقة ذات العلاقة بموضوع البحث وإجراء المقابلات الشخصية مع ذوي الخبرة والاختصاص واستطلاع آرائهم ولتحقيق الاهداف تم الاتي :-

1- تحديد انماط التعلم

2- اختيار اختبارات الاداء الفني برمي المطرقة

3- تصميم التمرينات الخاصة بمهارات رمي المطرقة

4- تحديد الوحدات التعليمية

3-4-3-3 الأسس العلمية للاختبارات :

1- الصدق :

عرف العديد من العلماء والباحثين الصدق غير أن كل التعريفات والمعاني تنصب في موضوع أساس هو أن الاختبار يصمم لقياس ما وضع لقياسه او قياس المجال او الظاهرة المدروسة (الفرطوسي واخرون 2015) ص 69. واستعملت الباحثة الصدق الذاتي للتحقق من صدق الاختبارات وذلك عن طريق الجذر التربيعي .

2- الثبات:

يعد الثبات من الأسس الجوهرية في القياس ، ويمثل مع الصدق والموضوعية مؤشرات يجب توافرها عند بناء الاختبارات وتطبيقها وثبات الاختبار يعني أن الدرجات التي يتم الحصول عليها دقيقة وخالية من الخطأ وهذا يعني أنه في حالة تطبيق نفس اداة القياس على الافراد أنفسهم عدة مرات بالطريقة نفسها والشروط نفسها أننا سوف نحصل على القيمة نفسها او مطابقة لها (مروان عبد المجيد 2000) ص42.

2: موضوعية الاختبار المعرفي:

إن الاختبار الموضوعي "هو الاختبار الذي يعطي نفس النتائج مهما اختلف المصححون أي أن النتائج لا تتأثر بذاتية المصحح أو شخصيته فالمفحوص يأخذ درجة معينة عن الاختبار حتى لو صحح الاختبار أكثر من مصحح) وجيه محجوب واحمد بدري) ص 32 وبما أن الفقرات (الأسئلة) التي اعتمدها الباحث في الاختبار تكون إجابتها من نوع الاختيار من متعدد الذي يمكن للمحكمين أو المصححين اعتماد وإتقان المفتاح الصحيح لإجابات المختبرين. حيث ان هذه الفقرات (الأسئلة) تعد من الأسئلة الموضوعية التي يكون الاتفاق على النتائج متطابقا وواقعا فعلا، لذا قام الباحث بالتحقق من ثبات الاختبارات باستخدام طريقة إعادة الاختبار، إذ تم تطبيق الاختبار يوم الاحد 2-4-2023 واعادته بعد مدة ثمان ايام وذلك في

يوم الاثنين 10-4-2023 وعلى العينة نفسها لمعرفة ثبات الاختبار، وعليه فقد قامت الباحثة باستعمال معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نتائج الاختبار كما في الجدول (3)

الجدول (3) ثبات اختبارات رمي مطرقة

ت	الاختبارات الاولى	معامل الثبات	الصدق الذاتي
1	اختبار رمي مطرقة	0,85	0,90

3-4-4 اعداد التمرينات وفقاً لأنماط التعلم :

لتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة بإعداد تمرينات وفقاً للذاكرة السمعية والبصرية بالاعتماد نال على المصادر والمراجع وبمساعدة ذوي الخبرة والاختصاص لتشمل (16) وحدة تعليمية ، بواقع وحدتين تعليمية أسبوعياً مدة الوحدة التعليمية (45) دقيقة ، وبعد اطلاع الباحث على المصادر العلمية والأخذ بآراء الخبراء والمختصين الذين أجرى الباحثة المقابلة معهم ، استخدم التمرينات المهارية في الوحدات التعليمية ، وأرقام التمرينات المستخدمة في كل وحدة تعليمية ، ويجب ملاحظة النقاط في المهمة الآتية في عملية وضع التمرينات :

1. أن تكون التمرينات المستخدمة ملائمة لمستوى العينة .
2. أن يكون هناك تدرج في مستوى صعوبة التمرينات المستخدمة في الوحدة التعليمية الواحدة وضمن المنهاج بالكامل .
3. أن تحقق التمرينات المستخدمة الغرض منها .
4. أن تراعي استخدام الأجهزة والأدوات لتعلم المهارة وزيادة التشويق .

التجربة الاستطلاعية

قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية على عينة استطلاعية صغيرة لتقييم فعالية تصميم الاختبارات والتمرينات. تضمنت التجربة اختبار قبلي وبعدي لمهارات الأداء الفني لرمي المطرقة لدى الطالبات. تم اختيار عينة استطلاعية من 10 طالبات من مدرسة الميناء الابتدائية للبنات، تضمنت التمرينات استخدام أساليب تعليمية تعتمد على أنماط التعلم (البصري، السمعي، والحركي). تم تطبيق التمرينات بواقع وحدتين تعليمية يومي الاحد والاثنين 11-12/12/2022، لكل وحدة 45 دقيقة ، بهدف تقييم قابلية تطبيق التمرينات ومدى ملائمتها للعينة.

3-5 إجراءات التجربة الرئيسية :

1-3-5 المحاضرة التعريفية :

قامت الباحثة بأجراء المحاضرة التعريفية لمجموعة تجريبية واحدة وهي المجموعة الاولى اسلوب انماط التعلم السمعي والمجموعة الثاني اسلوب انماط التعلم البصري، قبل البدء بالاختبارات القبلية في ساحة مدرسة الميناء الابتدائية للبنات وبحضور مدرسي المادة وفريق العمل المساعد، وتم فيها التعرف على

ألعيينة وتوضيح الاختبارات وكذلك التعريف بالتعليم المتمايز وكيفية عمل كل شكل من الأشكال الثلاثة على وفق الوحدات الموضوعية.

5-3-2 الاختبارات القبليّة :

اجرت الباحثة الاختبارات القبليّة على أفراد العينة قبل البدء بتنفيذ المنهج التعليمي لتحديد مستوى اختبارات الذاكرتين السمعية والبصرية واختبارات المهارات الاساسية برمي المطرقة للطالبات لدى عينة البحث في يومي الاثنين المصادف 2/1/2023 في ساحة مدرسة الميناء الابتدائية للبنات ، وتم تصوير اختبارات اداء المهارات بمساعدة فريق العمل المساعد ، والغرض من هذا الترتيب ضمان عدم حصول أي خطأ في ترتيب الملفات الخاصة بالاختبارات عند تصوير الاختبار البعدي .

5-3 تطبيق المنهج التعليمي :

الان تم تنفيذ التمرينات على المجموعة التجريبية في الكورس الدراسي الثاني للعام الدراسي 2022، 2023 للمدة من 2023/12/21 ولغاية 2023/2/28 في ساحة مدرسة الميناء الابتدائية للبنات ، وكان زمن الوحدة التعليمية (45) دقيقة موزعة على الشكل الآتي :

□ القسم الإعدادي : الزمن الكلي للقسم الإعدادي (15) دقيقة ويتضمن :

أ . الإحماء العام : يتم في هذا إعطاء إحماء لكل أجزاء الجسم وتكون مدته (7) دقائق جامعة مع المقدمة .
ب . الإحماء الخاص : ويتم في هذا الجزء إعطاء تمرينات خاصة لأجزاء الجسم العاملة في الأداء والتركيز على العضلات التي يقع عليها الثقل الأكبر في أثناء عملية أداء المهارات قيد الوحدة التعليمية وتكون مدة هذا الجزء (8) دقائق .

□ القسم الرئيسي : يتم في هذا القسم العمل بالتمرينات الخاصة وتطبيقها والتي عددها ثلاث تمرينات لكل وحدة تعليمية لتعلم المهارات قيد البحث وتكون مدته (25) دقيقة ويتضمن هذا القسم جزأين وهما :

1- الجزء التعليمي : تكون مدة هذا الجزء (5) دقيقة ، ويتم في هذا الجزء فصل المجموعة التجريبية الى مجموعتين وهما :

المجموعة التجريبية الاولى : تتعلم على وفق اسلوب نمط التعلم (السمعى) ، وتتعلم عن طريق الاستماع إلى شرح المهارة من المدرس من خلال استخدام اجهزة الصوت ، ومناقشة المهارة ، والأخطاء التي تواجه الطالبات ، والتغذية الراجعة بحيث يكون الصوت عالي وواضح ومفهوم .

المجموعة التجريبية الثانية : تتعلم على وفق اسلوب نمط التعلم (البصري) فيتم التعلم فيها عن طريق عرض نفس التمرين الاول الذي تستخدمه المجموعة الاولى باستعمال الأفلام التعليمية والمصورات والاشكال والرسوم وعرض التغذية الراجعة عن طريق مقاطع الفيديو للمتعلمين .

ب - الجزء التطبيقي : ويتم في هذا الجزء ممارسة التمرينات الخاصة بالمهارات قيد البحث من قبل الطالبات إذ يتم إجراء التصحيحات لأخطاء الأداء المهاري من قبل المدرس وفريق العمل المساعد وكذلك إعطاء التغذية الراجعة للطالبات وتكون مدة هذا الجزء (20) دقيقة يتم خلالها تطبيق تمرينات خاصة بالمهارات قيد البحث ، إذ خصصت (16) وحدة تعليمية بواقع وحدتين في الاسبوع الواحد يتم فيها تطبيق (3) تمارين للوحدة الواحدة للمجموعة السمعية والمجموعة البصرية ، وتكون مدة تطبيق كل تمرين (6) دقيقة مع فترة راحة بعد كل تمرين دقيقة واحدة وبذلك أصبح الوقت الكلي للجزء التطبيقي (20) دقيقة .

3- القسم الختامي : ويتم في هذا القسم إعطاء تمرينات التهدئة والاسترخاء ثم إعطاء بعض النصائح والتوجيهات للطالبات وإنهاء الوحدة التعليمية ، وتكون مدة هذا القسم (5) دقائق . والجدول (4) يبين أقسام الوحدة التعليمية وأوقاتها .

الجدول (4)

ت	اقسام الوحدات التعليمية	الوقت خلال الوحدة التعليمية /د	الوقت خلال منهج التعليم/2	النسبة المئوية %
1	القسم التحضيري	15د	240د	33.33%
أ	المقدمة والاحماء العام	7د	112د	15.55%
ب	الاحماء الخاص	8د	128د	17.77%
2	القسم الرئيسي	25د	400د	55.55%
أ	الجزء التعليمي	5د	80د	11.11%
ب	الجزء التطبيقي	20د	320د	44.44%
3	القسم الختامي	5د	80د	11.11%

3-6 الاختبارات البعدية:

بعد الانتهاء من مدة تنفيذ الوحدات التعليمية لمجموعة تجريبية، تم إجراء الاختبارات البعدية يوم الاحد 5-3-2023 في ساحة مدرسة الميناء الابتدائية للبنات لتحديد مستوى تعلم الطالبات اختبارات الذاكرتين السمعية والبصرية واختبارات المهارات الاساسية برمي مطرقة لمقارنتها مع الاختبارات القبلية لمجموعة تجريبية، وباستعمال الاختبارات نفسها التي تم استعمالها في الاختبارات القبلية وبالظروف نفسها وبإشراف الباحثة وفريق العمل المساعد.

3-7 الوسائل الإحصائية :

استعملت الباحثة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لمعالجة البيانات واستعملت المعادلات الآتية :

1- الوسط الحسابي

2- الانحراف المعياري

3- اختبار (t) للعينات المترابطة

4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:**4-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمهارات الاساسية في رمي مطرقة ومناقشتها .****4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:**

قامت الباحثة بعرض النتائج التي توصل إليها ومناقشتها للتعرف على اثر تمرينات وفقا لأنماط التعلم في الاداء الفني برمي المطرقة للطالبات، إذ تم تحليل النتائج في ضوء القوانين الاحصائية المستعملة والمناسبة لهذه البيانات لكي يتم تحقيق فرضيات البحث في ضوء الاجراءات الميدانية والتطبيقية التي استعملها الباحثة للتوصل الى هذه البيانات ومن ثم مناقشتها على وفق المراجع العلمية.

4-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمهارات الاساسية في رمي مطرقة ومناقشتها .

للتحقق من هذا الهدف تم استعمال الاختبار الثاني لعينيتين مستقلتين وظهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة (7,26) اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (2,1) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (19) أي انه يوجد فروق احصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية وجدول رقم (1) يوضح ذلك .

جدول (5) بين نتائج الاختبار التائي للفرق بين الاختبار البعدي والاختبار القبلي

القيمة	العدد	متوسط الحسابي	انحراف معياري	درجة الحرية	قيمة t المحسوبة	قيمة T الجدولية	مستوى الدلالة
المجموعة القبليّة	10	6,33	2,201	19	7,26	2,11	دالة عند مستوى 0,05
المجموعة التجريبية	10	12,08	2,706				

ويرى الباحث ان المجموعتين الاولى والثانية اللتان استخدمتا التعلم السمعي والبصري كانتا من الاساليب الجذابة التي تمنع الطالبات فرصة للتفاعل ، وينعكس ذلك على زيادة دافعيتهن للإنجاز وترى الباحثة ان تطبيق انماط التعلم في تعلم المهارات الاساسية برمي المطرقة قد زادت من دافعية المتعلمين وتشويقهم الى المشاركة والمناقشة مع الاخرين اذ ان المتعلم الذي يفتقد الى الدافعية في التعلم لن يتعلم بسهولة وهذا ما اكده (روجيه، 2002) اذ ان (من المهم ان يكون الافراد مندفعين لتعلم المهام الحركية لغرض الحصول على اقصى تعلم ، اما اذا نظر المتعلم الى المهمة على انها ليست بذات معنى او غير مفضلة فأن التعلم على المهارة سيكون محمدا) وجيه محجوب (2002) ص144 وان انماط التعلم التي استعملت في المجموعة التجريبية ساعدت على توزيع المتعلمين في مجموعتين وتكليفهم بمهام تتناسب مع قدراتهم وبشكل جماعي اذ يتفاعل كل متعلم مع مهامه الموكلة له ضمن المجموعة مما يؤدي الى تفاعل المتعلمين مع مفردات المنهج وبشكل ايجابي وصريح وخالي من التوتر والقلق والرغبة من المدرسة والانسجام بين افراد المجموعات ، وتبادل الخبرات والتغذية الراجعة وتصحيح الاخطاء ، ان اختيار التمارين يؤدي الى تطوير المهارة والوصول بها الى التكنيك الصحيح) قدوري، 2024، ص. (27).

5- الاستنتاجات والتوصيات :**5 - 1 الاستنتاجات :**

1. اثرت التمرينات وفقا لانماط التعلم في الذاكرتين السمعية والبصرية
2. رات الاساسية في رمي المطرقة وتنمية الذاكرتين السمعية والبصرية للطالبات .
3. التعليم المتمايز باستخدام النمط البصري أفضل من التعليم المتمايز باستخدام النمط السمعي ، في أسهمت عملية التدرج من السهل الى الصعب في استخدام التمرينات بشكل كبير في تعلم المهاتعلم بعض مهارات رمي مطرقة .

5-2 التوصيات :

1. ضرورة تدريب المدرسين على العمل بالتعلم المتمايز وتعريفهم بفوائدها ومزاياها.
2. حث المدرسين على ضرورة تنويع اساليب التدريس ، وتوظيف كل ما هو حديث منها ، ولاسيما انماط التعلم الذي يسمح بإتاحة الفرصة للجميع .
3. ضرورة التدرج في الاعداد والتنفيذ للمهارات من السهل الى الصعب بما يلائم مع المراحل العمرية للطلبة .
4. العمل على تفعيل دور المؤسسات التعليمية بوساطة توفير المستلزمات الاساسية الخاصة لإنجاح استخدام انماط التعلم
5. العمل على اجراء بحوث او دراسات مشابهة في المدارس مع باقي المراحل العمرية مع الاخذ بنظر الاعتبار تغيير القدرات والمهارات .

المصادر:

1. البياتي، ح. ع. ن. (2017). تأثير التعليم المتمايز بأشكاله (الذكاءات المتعددة – أنماط التعلم - التعليم التعاوني) في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة القدم لطلاب الصف الأول المتوسط. جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
2. مهدي، حسين عبد الهادي. (2024). أثر وحدات تعليمية وفقاً لأنموذج التعلم التوليدي في تعلم واحتفاظ بعض المهارات. (4)6 مجلة المستنصرية لعلوم الرياضة، الأساسية بكرة اليد للطلاب.
3. رواشدة، إ. (2010). أنماط التعلم لدى طلاب الصف التاسع في إربد وأثرها على تحصيلهم في الكيمياء. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 6(4)، 362.
4. الحديثي، خ. إ. س. (2013). التعلم الحركي. سوريا: دار العرب للدراسات والنشر والترجمة.
5. شلش، ن. م.، و صبحي، أ. م. (2000). التعلم الحركي. البصرة: جامعة البصرة
6. سليمان، م. د. (2000). نظريات وطرائق التربية الرياضية. بغداد: وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، دار الكتب للطباعة والنشر.
7. عبد زيد، ن. (2008). أساسيات في التعلم الحركي (ط 1). النجف: دار الضياء للطباعة والتصميم.

8. عبدالحسين، و. ص. (2018). أنماط التعلم وتطبيقاته بين المعلم والمتعلم. جامعة كربلاء، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
9. العيلة، ه. ع. ج. (2012). أثر برنامج مقترح قائم على أنماط التعلم لتنمية مهارات التفكير الرياضي لدى طالبات الصف الرابع الأساسي بمحافظة غزة (رسالة ماجستير). القاهرة: جامعة الأمر، كلية التربية.
10. النداء، الس. ع.، وماهر، أ. (1970). الرمي في مسابقات الميدان والمضمار. الإسكندرية: دار الكتاب الجامعية.
11. درويش، ز.، وعبد الحافظ، ع. (1977). ألعاب القوى: فن الرمي والمسابقات المركبة. مصر: دار المعارف.
12. شلتوت، ح. (1964). مبادئ التدريب في ألعاب القوى. القاهرة: دار الفكر العربي.
13. حسن، س. ع.، وآخرون. (1984). مسابقات الميدان والمضمار. القاهرة: دار المعارف.
14. الشيخ، م. ي. (1975). الميكانيكا الحيوية وعلم الحركة للتمارين الرياضية. مصر: دار المعارف.
15. محمد، ن. ع. (2018). أثر تمرينات وفقا للذاكرة السمعية والبصرية المساندة إلى بوصلة التفكير في بعض القدرات العقلية والحركية وتعلم مهارة قفزة اليبدين الأمامية من عارضة التوازن للطالبات (أطروحة دكتوراه). جامعة ديالى، كلية لتربية الأساسية.
16. الفرطوسي، ع. س.، وآخرون. (2015). القياس والاختبار في المجال الرياضي (ط 1). بغداد: مطبعة المهيم.
17. عبد المجيد، م. (2000). أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية (ط 1). عمان: مؤسسة العراق للنشر لتوزيع.
18. محجوب، و. (2002). التعلم والتعليم والبرامج الحركية (ط 1). عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- تأثير الوحدات التعليمية المرتكزة على استراتيجيات التعلم المتمركزة حول المشكلة في 19. قدوري، مثنى إباد. (2024). مجلة المستنصرية لعلوم الرياضة، تعلم بعض المهارات الأساسية في الملاكمة

Refrencec.

1. Simonki, G. (1979). Non-turning hammer throwing. P.O. Box 296, Lose Altos, CA.
2. Sohmlinsky, G. (1983). Track and fields. Sportverlag, Berlin.
3. Jabs, R. G. (1965). Hammer throwing, track technique. Track and Fields News, Inc, P.O. Box 296, Lose Altos, CA, 722-723.
4. Johnson, G. (1977). Success in athletics. The Pitman Press, London.
5. Giles, K. (1977). How Phil Spivey trains. Modern Athletic and Coach News, P.O. Box 296, Lose Altos, CA.
6. Schmidt, A. R., & Wribery, C. A. (2000). Motor learning and performance. Human Kinetics.
7. Moor, N. M., Aini, M., & Hamizan, N. I. (2014). Video auditory and kinesthetic learners' perspectives. International Conference on Teaching and Learning in Computing.

الملاحق

التمرينات الخطوات التعليمية لرمي المطرقة

اولا :- القذف من فوق الكتف الايسر وكما يأتي :-

- 1- استخدام كرة طبية او شيء مشابه من وضع الوقوف والقدمان باتساع الكتفين مع ثني الركبتين قليلا كما كانت تجلس على كرسي بحيث يكون وزن الجسم على الرجل اليمن .
- 2- يكون الظهر مستقيما ، والذراعان ممدودتان واليدان ممسكتان بالاداة
- 3- انقل وزن الجسم من الرجل اليمنى الى اليسرى مع مد الرجلين ثم رمي او اطاحة الاداة من فوق الكتف الايسر بعيدا والى الاعلى .

ثانيا :- التعرف على الاداة ومتطلبات الامن والقبضة وهي كما يأتي :

- يجب ان يمسك (مقبض المطرقة) باليد اليسرى بحيث يستقر على المفاصل الاخيرة من الاصابع ، على ان تغطي اليد اليمنى اليد اليسرى وبذلك تتقاطع الاصابع والابهامان .
- ثالثا :- المرجحات من الوقوف في ما يأتي :-

- 1- الظهر مواجهة اتجاه الرمي قم بمرجة المطرقة عدة مرات حول الرأس دون التخلص منها .
- 2- الاداة : الوقوف حتما الركبتان مثنيتان قليلا والذراعان ممددتان ابدأ بشد المطرقة من الكتفين لمرجحتها من اليمين والخلف الى الامام واستمر في المرجة حتى ترتفع لليسر (المرفقان مفتوحان واليدان امام الجبهة) ثم تنحدر الى اليمين مرة اخرى وتنخفض الذراع اليسرى امام الصدر مع دوران الجذع ومرجة الحوض عكس المطرقة ، والهدف هو التعود على المطرقة وتعليم المرجة .

رابعا :- الرمي من الوقوف وكما يأتي :

- 1- الظهر مواجهة اتجاه الرمي .. ولكن قم برمي المطرقة بعد اداء مرجحتين اثنتين من فوق الكتف اليسرى .
 - 2- الاداء : المرجة بأستخدام عصا خفيفة او مطرقة ويعقبها الرمي مع محاولة اللف في اتجاه الرمي ثم تمتد الرجلان والجذع ، وحاول ان يتقوس الجسم للخلف وتمتد الذراعان كاملة والهدف تحسين مرحلة التخلص .
- خامسا :- الدورانات وكما يأتي :

- 1- من الوقوف والرجلان باتساع الكتفين ... مع ثني الركبتين قليلا ... امسك عصا مع مد الذراعين للامام .
 - 2- قم بالدوران في المكان بتحريك القدمين عكس عقارب الساعة .
 - 3- ركز النظر على نهاية العصا .
 - 4- كرر ذلك مع استبدال العصا باستخدام المطرقة .
- سادسا :- الدوران على الكعب والمشط وكما يأتي :

- 1- قم بالدوران بزاوية (180) على كعب القدم اليسرى بأتزان بالارتكاز على مقدم القدم اليمنى .
- 2- تابع عملية الدوران على مقدم القدم اليسرى بزاوية (180) اخرى بأتزان مع رفع الرجل اليمنى عن الارض والاحتفاظ بالركبتين متلاحقتين .
- 3- ضع القدم اليمنى الى الاسفل على الارض لاستكمال الدوران بزاوية (360)
- 4- الاداء : الوقوف حتما والقدمان اكبر قليلا من اتساع الصدر وتوزيع وزن الجسم على القدمين وانتشاء خفيف في الرجلين واداء اللف على القدمين معا في الوقت نفسه وذلك على كعب القدم اليسرى ويستقر وزن الجسم على القدم

اليسرى وترفع القدم عن سطح الارض في اللحظة التي تمر فيها الركبة قريبة من الرجل اليسرى وتكون في الوقت نفسه .

سابعاً :- مرجحتان ودوران واحد وكما يأتي :-

- 1- بعد اداء مرجحتين تمهيديتين ابدأ بالدوران .
- 2- قم بدوران واحد (الكعب – المشط) ثم ارمي المطرقة .
- 3- الاداء : المرجحة مع الرمي من دوران واحد (بعد اتقان ذلك ، الرمي مع دورتين ثم ثلاثة دورانات عادية) والهدف هو التوافق بين الحركة الكاملة مع اداء منافسات صغيرة