

استخدام الانتقاء في درس التربية الرياضية وتأثيره لتعلم فعاليات العاب القوى للأعمار (١٣-١٢) سنة

م.د. فراس طلعت حسين

وزارة التربية

Firasali9@gmail.com

م.د. علي مناتي احمد

الجامعة المستنصرية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Alhamrani2003@gmail.com

الكلمات المفتاحية (الانتقاء ، درس ، تأثيره ، تعلم ، العاب القوى)

المستخلص باللغة العربية:

تكمن مشكلة البحث في قلة اكتشاف المواهب الرياضية بواسطة درس التربية الرياضية لفعاليات العاب القوى ، أما اهداف البحث هي معرفة استخدام الانتقاء في درس التربية الرياضية وتأثيره لتعلم فعاليات العاب القوى للأعمار (١٣-١٢) سنة لعينة البحث ، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي ، عينة البحث من طلاب ثانوية المتميزين للتربية بغداد الكرخ الثانية للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠)، وبلغ عددهم (٥٢) طالباً ، اذ تم اختيار شعبتين بطريقة القرعة لأجراء البحث تمثل احدهما المجموعة التجريبية الاولى ، والاخرى تمثل المجموعة التجريبية الثانية ، تم اجراء الاختبارات البدنية الخاصة بانتقاء على جميع الطلاب ، بعد ترتيبهم تنازلياً تم اختيار افضل (١٢) نتائج من المجموع العام لطلاب المجموعة الاولى باستخدام الدرجات المعيارية الثانية ، وتم اختيار (١٢) طلاب عشوائياً من المجموعة الثانية بعد ذلك تم اجراء الاختبارات القبلية والبعديّة لعينة البحث ، واستنتج الباحثان ان عملية الانتقاء في درس التربية الرياضية يجب تبنى على الاسس العلمية للانتقاء وليس بشكل عشوائي .

The use of selection in the physical education lesson and its effect to learn athletics activities for ages (12-13) years

Prof. FIRAS TALAAT HUSSEIN

Ministry of Education

Firasali9@gmail.com

Prof. ALI MANANI AHMED

AL-Mustansiriya university college of physical education and sports sciences

Alhamrani2003@gmail.com

Keywords: (Key words: selection, lesson, impact, learning, athletics)

Abstract in Arabic:

The research problem lies in the lack of discovery of athletic talents by means of the physical education lesson for athletics activities. As for the objectives of the research, knowledge of the use of selection in the lesson of physical education and its impact on learning athletics activities for ages (12-13) years for the research sample, and the researcher used the experimental method, the research sample of high school students The Excellence in Education Baghdad Al-Karkh Second for the academic year (2019-2020), and their number reached (52) students, as two divisions were chosen by lottery method to conduct the research, one represents the first experimental group, and the other represents the second experimental group. After their ranking in descending order, the best (12) results were selected from the general total of the students of the first group using the standard grades T, and (12) students were randomly selected from the second group, after which the pre and post tests were conducted for the research sample, and the researcher concluded

that the exclusion process in the physical education lesson Selection should be based on scientific foundations, not randomly.

١- التعريف بالبحث:

١-١ مقدمة البحث وأهميته:

من الضروري والمهم وجود دراسات خاصة الهدف منها اكتشاف المواهب الرياضية حتى الوصول الى مستويات عالية فنيا لغرض نيل اوسمة في البطولات العربية والاسيوية والعالمية في مختلف الفعاليات الرياضية وفق التخطيط السليم والمنطقي تبعا لظروف الدولة من امكانيات مادية وبشرية فضلا عن البنية التحتية للمنشآت الرياضية .

نرى العالم يسعى الى اكتشاف المواهب الرياضية واقتنائها بمختلف الطرق العلمية كان تكون عن طرق الاختبارات المعملية لاجهزة الجسم المختلفة كذلك القياسات الجسمية فضلا عن الاختبارات الميدانية للقدرات البدنية والحركية والمهارية ، لذا تعتبر الاختبارات هي الاساس في انتقاء المواهب الرياضية من خلال الكشافين او عن طريق المشاهدة عن طرق الصدفة او من خلال درس التربية الرياضية ... الخ .

يساهم درس التربية الرياضية في تكوين وتوجيه المواهب بشكل صحيح في ممارسة الفعالية الرياضية المناسبة لهم وخاصة في مرحلة الدراسة المتوسطة ، اذ ان مرحلة الدراسة الابتدائية هي مرحلة التكوين الاولى في اكتشاف المواهب وعدم التوجه لرياضة معينة بسبب عدم اكتمال النمو الحركي بشكل كامل ، لذلك فهو يساعد في كشف القدرات الحقيقية لنشاط الطالب وما لديه من مواهب ، قد تكون هذه مؤرثة او مكتسبة من البيئة او لديه قدرات جسمانية مختلفة عن اقران ، لذ من الواجب مراقبة المواهب بصورة دقيقة ، حيث لكل لعبة رياضية مميزات خاصة في اكتشاف الموهوبين ، مثلا لعبة كرة السلة تختلف في الموصفات البدنية والحركية والوظيفية والنفسية ... الخ ، عن لعبة العاب القوى .

تحتاج فعاليات العاب القوى الى العناية الخاصة لاكتشاف المواهب اذ تعتبر هذه الفعاليات واحدة من اصعب الالعاب لما لها من مشقة في التدريب واتقان المرحلة الفنية (التكنيك) لمختلف فعاليتها ، حيث يمثل التكنيك النصف الاخر لاغلب الفعاليات في هذه اللعبة لما له من علاقة طردية اي كلما تطورت القدرات تحسن (التكنيك) ، لذ تحتاج هذه الفعاليات الى قدرات خاصة الوصول الى الانجاز العالي ، وهذا يتطلب اختيار العناصر ذات الكفاءة العالية ويأتي هذا من خلال الانتقاء .

ومن هنا جاءت اهمية البحث ، في انتقاء المواهب الرياضية لفعاليات العاب القوى من خلال درس التربية الرياضية .

١-٢ مشكلة البحث:

يمثل الانتقاء جانب مهم في اكتشاف المواهب الرياضية في الالعاب الفرقيه والفردية وخاصة اذا كان مبني على اسس علمية صحيحة من خلال البرامج التعليمية والتدريبية لكافة الالعاب الرياضية ، ومن خلاله مشاهدة البطولات والسباقات التي تجري في العراق لفعاليات العاب القوى على مختلف المجالات ومنها الرياضة المدرسية ، نلاحظ قلة وجود عناصر ذات مواهب خاصة بسبب عدم الاهتمام في انتقائهم بشكل صحيح وهذا له اثر واضح على مستوى نتائج الرياضية بشكل عام على العراق في السباقات الدولية بعد ان كان العراق واحد من افضل الدول على المستوى العربي والاسيوي ، اذ يعود ذلك الى تجاهل وابتعاد الكشافين في اكتشاف المواهب الرياضية في الوقت الحاضر بشكل عام في الاندية والمؤسسات وبشكل خاص في وزارة التربية عن طريق درس التربية الرياضية .

ان ممارسة فعاليات العاب القوى يعتمد في بداية ممارستها على تعلم المرحلة الفنية لكل فعالية من فعاليات العاب القوى ، فضلا عن نمو وتطوير القدرات البدنية والحركية ، ونرى العمل بهذه المكونات في درس التربية الرياضية التي يعتبر واحد من اهم اسس لانطلاق واكتشاف المواهب الرياضية ، لذا ارتأى الباحثان بعد اطلاعهما على العشوائية في اختيار الفرق المدرسية في

السباقات بوضع برنامج تعليمي لمعرفة تأثيرها في اكتشاف المواهب الرياضية بواسطة درس التربية الرياضية لفعاليات العاب القوى .

٣-١ أهداف البحث:

يهدف البحث الى :

معرفة استخدام الانتقاء في درس التربية الرياضية وتأثيره لتعلم فعاليات العاب القوى للاعمار (١٢-١٣) سنة .

٤-١ فروض البحث:

هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية للعينة في متغيرات البحث .

٥-١ مجالات البحث:

تتحدد مجالات البحث في الاتي :

المجال البشري : عينة من طلاب ثانوية المتميزين .

المجال الزمني : ٢٠١٩/١٠/١٤ - ٢٠١٩/١٢/١٢ .

المجال المكاني : ساحة ثانوية المتميزين .

٢ - منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

١-٢ منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته طبيعة مشكلة البحث .

٢-٢ عينه البحث:

تم اختيار عينة البحث من طلاب ثانوية المتميزين للتربية بغداد الكرخ الثانية للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) للأعمار (١٢-١٣) للصف الاول المتوسط موزعين على (٤) شعب دراسية ، اذ تم اختيار شعبتين بطريقة القرعة لأجراء البحث وهي شعبة (ب) تمثل المجموعة التجريبية الاولى ، وشعبة (ج) تمثل المجموعة التجريبية الثانية ، وبعد ان تم استبعاد الطلاب الممارسين لفعاليات العاب القوى والمرضى ، اصبح عدد الطلاب العينة (٥٢) ، اذ لكل الصف الواحد (٢٦) طالباً ، تم اجراء الاختبارات البدنية الخاصة بانتقاء على جميع الطلاب ، بعد ترتيبهم تنازلياً تم اختيار افضل (١٢) نتائج من المجموع العام لطلاب المجموعة الاولى باستخدام الدرجات المعيارية التائية ، وتم اختيار (١٢) طلاب عشوائاً من المجموعة الثانية بعد استبعاد (١٢) طلاب الاوائل من هذه المجموعة .

٣-٢ أدوات وأجهزة البحث :

المصادر العربية والأجنبية .

استمارات لجمع البيانات ، استمارة تقويم الاداء الفني لفعاليات العاب القوى .

جهاز عرض فيديو DVD عدد (٢) .

آلة تصوير فيديو عدد (٢) نوع سوني .

جهاز تلفزيون سوني ياباني .

أقراص ليزيرية (CD) عدد (٤) .

حاسوب لمعالجة الوسائل الإحصائية .

مقابلات شخصية .

ادوات العاب قوى مختلفة .

ساعات توقيت إلكترونية عدد (٤) .

شريط قياس .

ميزان طبي .

٢-٤ الاختبارات المستخدمة بالانتقاء وتقييم الاداء الفني لعينة البحث:

بعد اخذ رأي الخبراء المختصين* في العاب القوى ، استخدم الباحثان الاختبارات البدنية المعدة من قبل الاتحاد الدولي لعاب القوى لانتقاء لاعبي العاب القوى (٣٥:١) ، كما مبين في الجدول رقم (١) ، كما تم تحديد اختبارات تقييم الاداء الفني لفعاليات العاب القوى لعينة البحث في الاختبار القبلي والبعدي من نفس الخبراء كما مبين في الجدول رقم (٢) .

جدول رقم (١)

بيّن الاختبارات البدنية بانتقاء لاعبي العاب القوى وطريقة قياسها:

المتغيرات	الهدف من الاختبار	وحدة القياس
٣٠ متر من الوقوف	قياس السرعة	الثانية وأجزاؤها
رمي كرة طبية للخلف	قياس قوة لذرعين الرجلين	المتر وأجزاؤه
القوة للرجل اليمين	قياس قوة للرجل اليمين	المتر وأجزاؤه
القوة للرجل اليسار	قياس قوة للرجل اليمين	المتر وأجزاؤه
ركض ١٢ دقيقة	قياس المطاولة	المتر

جدول رقم (٢)

بيّن الاختبارات لفعاليات العاب القوى وطريقة قياسها:

المتغيرات	الهدف من الاختبار	وحدة القياس
مستوى الاداء الاركاض	يحسب اداء التكنيك المهاري للاركاض القصيرة والطويلة	درجة من (١٠)
مستوى الاداء الرمي والدفع	يحسب اداء التكنيك المهاري الرمي والدفع	درجة من (١٠)
مستوى الاداء القفز والوثب	يحسب اداء التكنيك المهاري القفز والوثب	درجة من (١٠)

٢-٥ الشروط العلمية لاختبارات فعاليات العاب القوى.

تم اجراء الاختبار الخاص لغرض تحقيق الشروط العلمية للاختبارات المختارة على عينة من تتكوين من (٦) طالبا من مجتمع الاصل ، وتم اعادة الاختبار بعد ثلاثة ايام لتحقيق الثبات ، تم اعتماد جدول الثبات لتحقيق الصدق ، كما اعتمد على اجراء الارتباط البسيط بيرسون بين درجات مقومين اثنين لتحقيق الموضوعية وكما مبينة بالجدول رقم (٣) .

أ.د. صريح عبد الكريم الفضلي- اختصاص الساحة والميدان - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد .

أ.د. محمد جاسم محمد اختصاص الساحة والميدان - كلية التربية للبنات - جامعة الكوفة .

أ.م.د. علاء جابر عبود - اختصاص الساحة والميدان - وزارة التربية .

أ.م.د. حيدر نوار حسين - اختصاص الساحة والميدان - وزارة التربية .

أ.م.د. حيدر فياض حمد - اختصاص الساحة والميدان - كلية التربية الرياضية - جامعة الكوفة .

م.د. ناصر حسين علي - اختصاص الساحة والميدان - كلية التربية الرياضية - جامعة الكوفة .

م.د. حسين جابر عبود - اختصاص الساحة والميدان - وزارة التربية .

جدول (٣)

يبين الشروط العلمية للاختبارات في ألعاب القوى:

الموضوعية	الثبات	الصدق	وحدة القياس	الاختبارات
٠,٩٤١	٠,٩٢٣	٠,٩٦٠	درجة	الاركاظ
٠,٩١٢	٠,٨٦١	٠,٩٢٧	درجة	الرمي والدفع
٠,٩٢٨	٠,٨٩٥	٠,٩٤٦	درجة	القفز والوثب

٦-٢ الاختبار القبلي:

تم اجراء اختبار قبلي يوم الاحد الموافق (٢٠١٩/١٠/٢٠) على عينة البحث من اجل تقويم الاداء الفني لفعاليات ألعاب القوى واختبار فعاليات الاركاظ والرمي والدفع والقفز والوثب لعينة البحث ، قام بتقويم الاداء الفني لفعاليات ألعاب القوى الخبراء المختصين* فسي ألعاب القوى .

٧-٢ الاختبار البعدي:

بعد الانتهاء من الوحدات التعليمية كافة تم اجراء الاختبار البعدي على عينة البحث يوم الخميس الموافق (٢٠١٩/٥/١٢) ، من اجل معرفة أي من المجموعتين أفضل في طبيعة الأداء الفني لفعاليات ألعاب القوى ، إذ كانت الأوضاع في الاختبار البعدي نفسها في الاختبار القبلي من حيث المكان والزمن وأجراء الاختبار لعينة البحث .

٨-٢ التجربة الرئيسية:

لقد قام الباحثان بالبداية بالتجربة الرئيسية بعد إعطاء وحدة تعليمية تعريفية وكان الهدف منها هو تعريف أفراد عينة البحث بطبيعية الأداء الفني لفعاليات ألعاب القوى وتعويدهم على تطبيق هذا الأداء بشكل عملي لكي تتكون فكرة أولية لدى أفراد عينة البحث بوصفهم ذوي مستوى أولي من الأداء ، ثم تم تطبيق المنهاج التعليمي الخاص المعد من قبل الباحث للمدة من ٢٠١٩/١٠/٢٢ الى ٢٠١٩/١٢/٩ ، بمجموع (١٤) وحدة تعليمية واستغرق زمن الوحدة التعليمية الواحدة (٤٥) دقيقة ، وقد تضمن المنهج التعليمي للمجموعتين للتجربتين قيد البحث ، والتي يعتمد على المدرس في شرح وعرض الفعاليات .

٩-٢ الوسائل الاحصائية:

استعمل الباحثان البرنامج الإحصائي (SPSS) لمعالجة نتائج البحث .

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٣-١-١ عرض وتحليل ومناقشة فرق الأوساط الحسابية ، وانحرافها المعياري ، وقيمة (t) المحسوبة ، ودلالة الفروق بين الاختبارين : القبلي والبعدي ، للمجموعة التجريبية الاولى في متغيرات البحث:

الجدول (٤)

يبين فرق الأوساط الحسابية ، وانحرافه المعياري ، وقيمة (t) المحسوبة ، ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ، للمجموعة التجريبية الاولى في متغيرات البحث:

الفعاليات	قبلي		بعدي		ع ف	قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	درجة الحرية	دلالة الفروق
	ع	س	ع	س					
الجرى	٤,٧٠٨	٠,١٣٦	٥,٧٤١	٠,١٧٨	١,٠٣٣	٠,١٧	٢٠,٩٣٣	١١	معنوي

أ.د. محمد جاسم محمد اختصاص الساحة والميدان - كلية التربية للبنات - جامعة الكوفة .

أ.م.د. حيدر نوار حسين - اختصاص الساحة والميدان - وزارة التربية .

أ.م.د. حيدر فياض حمد - اختصاص الساحة والميدان - كلية التربية الرياضية - جامعة الكوفة .

رمي ودفع	٤,٢٢٠	٠,١٠٩	٤,٩٨٣	٠,٢١٠	٠,٧٦٢	٠,١٦	١٥,٩٧٨	٠,٠٠٠	١١	معنوي
وثب وقفز	٤,٤٦٦	٠,١١٣	٥,٣٥٤	٠,١٣٥	٠,٨٨٧	٠,١٨	١٦,٤٢٠	٠,٠٠٠	١١	معنوي

يتبين من الجدول (٤)

ان فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاولى في متغيرات قيد البحث (الجري ، الرمي والدفع ، الوثب والقفز) بلغت (١,٠٣٣) ، (٠,٧٦٢) ، (٠,٨٨٧) ، بانحرافات معيارية للفروق مقدارها (٠,١٧١) ، (٠,١٦٥) ، (٠,١٨٧) ، على التوالي وبلغت قيم (t) المحسوبة (٢٠,٩٣٣) ، (١٥,٩٧٨) ، (١٦,٤٢٠) ، في حين كان مستوى الخطأ (٠,٠٠٠) ، على التوالي ، هي أقل من نسبة الخطأ (٠,٠٥) ، أمام درجة حرية (١١) ، وهذا يدل معنوي الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي في متغيرات البحث كافة .

١-٣ عرض وتحليل ومناقشة فرق الأوساط الحسابية ، وانحرافه المعياري ، وقيمة (t) المحسوبة ، ودلالة الفروق بين الاختبارين : القبلي والبعدي ، للمجموعة التجريبية الثانية في متغيرات البحث :

الجدول (٥)

يبين فرق الأوساط الحسابية ، وانحرافه المعياري ، وقيمة (t) المحسوبة ، ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ، للمجموعة التجريبية الثانية في متغيرات البحث :

الفعاليات	قبلي		بعدي		ف	ع ف	قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	درجة الحرية	دلالة الفروق
	س	ع	س	ع						
الاركاظ	٤,٤٤١	٠,٠٩٧	٤,٧٠٤	٠,١٨٣	٠,٢٦٢	٠,١٨	٤,٩٥٤	٠,٠٠٠	١١	معنوي
رمي ودفع	٤,١٤١	٠,٠٤١	٤,٣٣٣	٠,٢٢٣	٠,١٩١	٠,٢٣	٢,٧٨٧	٠,٠١٨	١١	معنوي
وثب وقفز	٤,٢٥٩	٠,٠٦٣	٤,٤٧٩	٠,٢٤٢	٠,٢٢٠	٠,٢٤	٣,١٥٥	٠,٠٠٩	١١	معنوي

يتبين من الجدول (٥)

ان فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية في متغيرات قيد البحث (الجري ، الرمي والدفع ، الوثب والقفز) بلغت (٠,٢٦٢) ، (٠,١٩١) ، (٠,٢٢٠) ، بانحرافات معيارية للفروق مقدارها (٠,١٨٣) ، (٠,٢٣٨) ، (٠,٢٤١) ، على التوالي وبلغت قيم (t) المحسوبة (٤,٩٥٤) ، (٢,٧٨٧) ، (٣,١٥٥) ، في حين كان مستوى الخطأ (٠,٠٠٠) ، (٠,٠١٨) ، (٠,٠٠٩) ، على التوالي ، هي أقل من نسبة الخطأ (٠,٠٥) ، أمام درجة حرية (١١) ، وهذا يدل معنوي الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي في متغيرات البحث كافة .

٢-٣ عرض نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ، وقيمة (t) المحسوبة في الاختبار البعدي للمجموعتين :

جدول (٦) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للمجموعتين (التجريبية والضابطة) في متغيرات البحث للاختبار البعدي :

الفعاليات	مجموعة (١)		مجموعة (٢)		قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	درجة الحرية	دلالة الفروق
	س	ع	س	ع				
لاركاظ	٥,٧٤١	٠,١٧٨	٤,٧٠٤	٠,١٨٣	١٤,٠٣٤	٠,٠٠٠	٢٢	معنوي
رمي ودفع	٤,٩٨٣	٠,٢١٠	٤,٣٣٣	٠,٢٢٣	٧,٣٢٩	٠,٠٠٠	٢٢	معنوي
ثب وقفز	٥,٣٥٤	٠,١٣٥	٤,٤٧٩	٠,٢٤٢	١٠,٩٠٧	٠,٠٠٠	٢٢	معنوي

يتبين من الجدول (٦)

بلغت لأوساط الحسابية في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية الاولى في متغيرات قيد البحث (الجري ، الرمي والدفع ، الوثب والقفز) بلغت (٥,٧٤١) ، (٤,٩٨٣) ، (٥,٣٥٤) ، بانحرافات معيارية للفروق مقدارها (٠,١٧٨) ، (٠,٢١٠) ، (٠,١٣٥) ، على التوالي ، في حين بلغت لأوساط الحسابية في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية الثانية في متغيرات قيد البحث (الجري ، الرمي والدفع ، الوثب والقفز) (٤,٧٠٤) ، (٤,٣٣٣) ، (٤,٤٧٩) ، بانحرافات معيارية للفروق مقدارها (٠,١٨٣) ، (٠,٢٢٣) ، (٠,٢٤٢) ، على التوالي وبلغت قيم (t) المحسوبة (١٤,٠٣٤) ، (٧,٣٢٩) ، (١٠,٩٠٧) ، في حين كان مستوى الخطأ (٠,٠٠٠) ، على التوالي ، هي أقل من نسبة الخطأ (٠,٠٥) ، أمام درجة حرية (٢٢) ، وهذا يدل معنوي الفروق للمجموعة التجريبية الاولى في متغيرات البحث كافة .

٣-٣ مناقشة النتائج:

من خلال الجداول اعلاه نلاحظ هناك تطور لعينة البحث في الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبيتين الاولى والثانية ولمصلحة المجموعة التجريبية الاولى في متغيرات البحث كافة ، ان هذا التطور التي حصل للمجموعة التجريبية بشكل كبير في الاداء الفني يعود امتلكهم القدرات البدنية الجيدة ، اذ يكون الدور الكبير لقدرة السرعة في الجري (الركض) السريع والتحمل ، وايضا الى قوة الذراعين في الرمي والدفع ، وقوة الساقين للوثب والقفز ، فضلا عن بعض القدرات البدنية مشتركة ومترابطة فيما بينها ، نجد في الاركاض السريعة بعد السرعة يحتاج الى قوة الساقين للانتقال من الخلف الى الامام بخطوة اطول واسرع اذ تعتمد سرعة الركض على طول الخطوة وتردها وللحصول على خطوة جيدة تأتي من قوة الدفع للساقين لأرض ، ويحتاج الى قوة واسترخاء حركة الذراعين من اجل التوافق مع قوة الرجلين والانتقال بانسيابية الى الامام وبذلك يحصل على تكنيك جيد في الاداء ، ويذكر محمد جاسم محمد ان الركض السريع تعتمد على ربط الساقين والذراعين والجدع بتوافق متناغم من قبل الرياضي (٤: ٢٨٢) ، وتشارك في الرمي بشكل فعال قوة الساقين من خلال الدوران او عملية الدفع لأداة الرمي ، اي هناك تسلسل حركي يبدأ من القدم ... الى الذراع واليد ، وفي الوثب والقفز تشترك قوة الذراعين من خلال حركة الذراعين الدائرية اذ تساعد في توازن الجسم لحظة الارتقاء ، كذلك هناك علاقة توافقية بين حركات الساقين والذراعين اثناء مرحلة الطيران للحفاظ على توازن مركز الثقل ، فضلا عن السرعة في الاقتراب ، اذ يذكر هارلد مولر وفولفجانج ريتز دورف ان موصفات الاقتراب الجيد هي السرعة والدقة والاتساق يحصل للاعب على ارتقاء قوي (٩: ٩٧) ، لذلك نلاحظ ان اختبار ٣٠ متر للسرعة تشترك فيها كافة فعاليات العاب القوى ، حيث انه من اساسيات التدريب في الجري (الركض) والرمي والقفز .

ان الانسجام في مفردات البرنامج التعليمي ساعد في تطور المجموعتين وخاصة افراد المجموعة التجريبية الاولى بشكل سريع لما لهم من قدرات في تنفيذ البرنامج دون ملل وتعب وكان واضح بتحسن الاداء الفني بشكل جيد في فعاليات الركض ، اذ ان التكرار للأداء الفني الذي يمارس اثناء الوحدات التعليمية يحتاج في بعض الاحيان الى زمن معين لإنجاز العمل المطلوب هذا ما نراه في المسافات القصيرة والطويلة ، اي كلما كان الاداء دقيق كان هناك اقتصاد بالجهد وسرعة الانجاز في التسلسل الحركي ، ويذكر ثيودور بومبا ان تمارين الاستجابة تعتمد على التكرارات حسب غرض التدريب ونوع التمرين (٢: ٥٦) ، لذا فان المسار الحركي لفعاليات الرمي والوثب تعتمد على توافق اجزاء الجسم مع سرعة الاداء والتي تتطور من خلال التكرارات بشكل كبير ، ويشير محمد عبد الحسن عن (بافلوثا) ان الحركة الاتوماتيكية تستلزم تكرار للمسار الحركي الفعال (٦: ١٠٦) ، ويضيف الباحثان ان الافراد الموهوبين الذين لديهم قدرات بدنية وحركية جيدة تساعدهم على تطبيق البرنامج بكل اندفاع وحماس فضلا عن حبائهم للدرس والاستمتاع بيه اذ يشير كل من (ويس وبيتلشكوف) عن (لوري ودمان) ان اسباب مشاركة النشئ في الرياضة هي (اللياقة ، الاستمتاع ، الانتماء ، الكافية) (٣: ١٠٠) ، فان اللياقة واحدة من اسباب مشاركة النشئ في ممارسة الألعاب الرياضية كافة ، ويتفق الباحثان مع محمد رضا ومهدي كاظم ان الخبرة الايجابية التي يكتسبها الرياضيون نتيجة ممارستهم للألعاب الرياضية هو نتيجة تمتع الاطفال في ممارسة الألعاب الرياضية لسنوات طويلة (٥: ١٧) ، لذا فان

العلاقة بين القدرات البدنية والاداء الفني يجب ان تكون قوية ومترابطة بحيث يتم تطوير القدرات البدنية بما يتلائم ويتفق مع ستراتيديات الاداء الفني مما يحقق احسن الانجازات اي كلما كان المستوى البدني جيد كان الاداء افضل .

٤ - الاستنتاجات والتوصيات:

١-٤ الاستنتاجات:

ان عملية الانتقاء في درس التربية الرياضية يجب تبنى على اسس علمية للانتقاء وليس بشكل عشوائي . ان المجموعة الاولى ذات القدرات البدنية الجيدة تفوقت على المجموعة الثانية الاقل منها في القدرات في مستوى تقويم فعاليات العاب القوى .

يتم انتقاء الموهبين داخل التربية الرياضية بواسطة الاختبارات وحسب النتائج الافضل المتحققة في الاختبارات ، ومتابعتهم .

قلة وضعف في توفير الامكانيات من حيث التجهيزات الرياضية وملاعب في المدرسة تسهم في عدم الانتقاء بشكل علمي مدروس .

تشجيع الطلاب الموهبين بممارسة الفعالية التي يتميزون بها عن غير الفعالية التي يحبونها . عدم تهيمش المحددات الخاصة بالانتقاء انها تساعد في اكتشاف المواهب ضمن القياسات العلمية . حقّق المنهج التعليمي أثراً واضحاً في تطوير المجموعة التجريبية ، إذ وضعت مفردات المنهج بشكل علمي سليم بما يتلائم مع عينة البحث .

٢-٤ التوصيات:

الاهتمام باجراء الانتقاء في درس التربية الرياضية وبكافة المراحل الدراسية بشكل عام ، ولمختلف المهارات والفعاليات الرياضية .

الاعتماد على الاسس العلمية والمعايير والمستويات في عملية الانتقاء .

الاهتمام بالموهبين من قبل مدرسي ومعلمي التربية الرياضية وتوجيههم الى التخصصات التي تناسب امكانياتهم وحثهم للانضمام الى الاندية .

اقامة دورات تطويرية لمدرسي ومعلمي التربية الرياضية تعليمية حول كيفية اجراء الانتقاء في درس التربية الرياضية .

أجراء دراسات مشابهة ومتعمقة في عملية الانتقاء لفعاليات العاب القوى ولكلا الجنسين .

المصادر العربية والاجنبية

المصادر العربية:

الاتحاد الدولي لألعاب القوى ؛ نشرة ألعاب القوى ، السنة السادسة ، العدد (٣١) : (القاهرة ، مطبعة مركز التنمية الاقليمي ، ٢٠٠٢) .

ثيودور بومبا ؛ تدريب القوة البليومترية ، ترجمة : جمال صبري فرج ، ط١ : (عمان ، دار دجلة ، ٢٠١٠) .

لوري ودمان ؛ التدريب الرياضي علم وفن ، ترجمة : عصام بدوي واخرون ، ط١ : (مدينة نصر ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٤) .

محمد جاسم محمد ؛ البايوميكانيك في التربية البدنية والرياضية ، ط١ : (بغداد ، دار الكتب والوثائق ، ٢٠١٢) .

محمد رضا ومهدي كاظم ؛ اسس التدريب الرياضي للاعمار المختلفة ، ط١ : (بغداد ، دار الضياء للطباعة ، ٢٠١٣) .

محمد عبد الحسن ؛ علم التدريب الرياضي ١١١ ، ط١ : (بغداد ، مكتب الابتكار للطباعة والاستنساخ ، ٢٠١٠) .

مروان عبد الحميد ابراهيم ؛ الموسوعة العلمية للنشر والتوزيع ، ط١: (عمان ، مؤسسة أوراق النشر والتوزيع ، ٢٠٠١) .

مفتى ابراهيم حماد ؛ التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة ، ط٢: (مدينة نصر ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠١) .

هارلد مولر وفولفجانج ريتزدورف ؛ الاتحاد الدولي لألعاب القوى ، اجري افقرز ارمي ، ترجمة : مركز التنمية الاقليمي بالقاهرة : (القاهرة ، مطبعة مركز التنمية الاقليمي ، ٢٠٠٩) .

يحيى السيد اسماعيل الحاوى ؛ الموهبة الرياضية والابداع الحركي ، ط١: (القاهرة ، المركز العربي للنشر ، ٢٠٠٤) .

ملحق (١)

نموذج من الوحدات التعليمية لفعاليات العاب القوى

الهدف التعليمي: تعليم بعض فعاليات العاب القوى

وحدة التعليمية / للمجموعتين

الزمن : ٤٥ دقيقة

الوقت	أجزاء الدرس	التفاصيل
١٣ د	القسم الإعدادي	
٣ د	النشاط التنظيمي	حضور لطلاب الى الساحة ، وجلب الادوات ، ووقوفهم بخط مستقيم لأداء التحية الرياضية
٥ د	الإحماء	المشي ، هرولة ، هرولة مع مس الارض بأحد الذراعين بالتناوب ، ومن ثم لف الجذع يمين ويسر ، المشي على الكعبين ، لف الجذع يمين ويسار .
٥ د	الإحماء الخاص	(وقوف الذراعان جانباً) ، رفع الركبتين عالياً . (وقوف الذراعان جانباً) ، لمس الورك بالكعب . (وقوف) هرولة ثم الوثب عالياً .
٢٨ د	القسم الرئيسي	تعليم تكنيك المراحل الفنية لفعالية الاركاض القصيرة .
٥ د	النشاط التعليمي	شرح مراحل فعالية الاركاض القصيرة . شرح ومشاهدة التمرينات المختلفة .
٢٣ د	النشاط التطبيقي	التمرين الاول : تثبيت الذراعين بمسك الحوض والتسارع لمسافة ٢٠ متر مع الاحتفاظ بوضع الذراعين . التمرين الثاني : تطوير سرعة رد الفعل وتزايد السرعة . التمرين الثالث : تطوير التسارع والسرعة القصوى . التمرين الرابع : الركض من البدء الطائرة ٢٠ متر . التمرين الخامس : الركض من البدء الطائرة ٣٠ متر .
٤ د	القسم الختامي	لعبة الارقام ، ومن ثم التحية والانصراف .