



تأثير استخدام التغذية الراجعة المكتوبة والشفهية في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل
م. نزار فانق صالح / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة _ جامعة تكريت

nazarfaiq67@gmail.com 07701854979

م.م عمر عبدالله حسين/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة _ جامعة تكريت

o.abdullah.h@gmail.com 07705164316

أ.م.د مراد أحمد ياس / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة _ جامعة تكريت

alyassmurad@yahoo.co 07705833963

م.ابراهيم فيصل خلف/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة _ جامعة تكريت

Ibrahimalnufan@yahoo.com 07702078597

"الملخص"

هدفت الدراسة :

- الكشف على تأثير استخدام التغذية الراجعة المكتوبة والشفهية في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل.
- المقارنة في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبتين في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل.
مجتمع البحث وعينته: تكون مجتمع البحث من طلاب المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة _ جامعة تكريت وللعام الدراسي 2018-2019 والبالغ عددهم (165) طالبا ، اما عينة البحث فقد تكونت من (60) طالبا بعد استبعاد مجموعة من الطلاب لاسباب منها الغياب والاصابة وممارسة الفعالية والطلاب الذين لديهم رسوب وبذلك بلغت نسبة العينة (36,36) من مجتمع البحث.
الوسائل الاحصائية : الباحثون استخدموا الوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار T لعينتين مستقلتين مرتبطتين والتي سيتم استخراجها بواسطة برنامج spss ما عدا النسبة المئوية.

وكانت الاستنتاجات:

- 1- ان للتغذية الراجعة دور ايجابي في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل
- 2- تلعب التغذية الراجعة المكتوبة دور اكبر في مستوى الانجاز للفعالية
- 3- لاقل اهمية التغذية الراجعة الشفهية في نتائجها بالرغم من النتائج التي حصل عليها الباحثون

اما التوصيات فكانت:

- 1- ضرورة استخدام مثل هذه الدراسة مرة اخرى على بقية فعاليات الالعاب الفردية
- 2- اعادة هذه الدراسة على وعلى عينات مختلفة

The effect of the use of written and verbal feedback on the achievement level of long jump efficiency

M. Nizar Faik Saleh /College of Physical Education and Sports Sciences _ University of Tikrit

nazarfaiq67@gmail.com 07701854979

M.M.Omar Abdullah Hussein /College of Physical Education and Sports Sciences _ University of Tikrit

o.abdullah.h@gmail.com 07705164316

As. Prof. Dr. Mourad Ahmed Yas / College of Physical Education and Sports Sciences _ University of Tikrit

alyassmurad@yahoo.co 07705833963

M. Ibrahim Faisal Khalaf /College of Physical Education and Sports Sciences _ University of Tikrit

Ibrahemilnofan81@gmail.com 07702078597

"Summary"

The study aimed at:

- To explore the effect of the use of written and verbal feedback on the achievement level of long jump efficiency.



- Comparison in the post-test between the two experimental groups at the completion level of the long jump efficiency.

The research community and its sample: The research community consists of students of the first year in the Faculty of Physical Education and Sports Sciences _ Tikrit University and for the academic year 2018-2019 of (165) students, while the sample of the study consisted of (60) students after excluding a group of students for reasons Absence, injury, and effectiveness of students and students who have a failure and thus the proportion of the sample (36,36) of the research community, Statistical methods: The researchers will use the arithmetic mean, standard deviation and T test for two dependent independent samples that will be extracted by the spss program except the percentage.

The conclusions were:

1. Feedback has a positive role in the level of achievement of long jump efficiency
2. Written feedback plays a greater role in the level of achievement of effectiveness
- 3 - The importance of oral feedback in the results despite the results obtained by the researchers

The recommendations were:

- 1 - the need to use such a study again on the rest of the activities of individual games
- 2 - to return this study on and on different samples

1-1 المقدمه واهمية البحث: تأثير استخدام التغذية الراجعة المكتوبة والشفهية في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل

العالم يشهد على مر العصور تطور الكبير في مجال البحث العلمي ومن مزايا هذا العصر الحديث هو ان التطور سرى في مجالات الحياة المختلفة وكانت الرياضة احدى هذه المجالات اذ كان للعملية التعليمية باستخدام البرامج التعليمية في مجال التعلم الحركي تغير نحو الافضل وعلم التدريب وطرائق التدريس وبقية العلوم الاخرى لذا اصبح اعتماد الوسائل العلمية بأشكالها المختلفة من الامور المهمة جدا لغرض تحقيق التقدم بمستوى الانجاز الرياضي ومن الالعاب التي لاقت اهتماما للتطور العلمي هي الالعاب الفردية وبوجه الخصوص فعاليات العاب القوى وكانت التغذية الراجعة من أكثر المتغيرات العلمية أهمية في تحقيق التعلم وتعمل على تصحيح المسار الحركي ومن ثم تحقيق الانجاز حيث دخلت التغذية الراجعة حقول معرفية كثيرة، بما في ذلك مجال التعليم ، فلولا التغذية الراجعة ما استطاع المدرسون الوقوف على درجة اكتساب التعليمات والمعارف والمهارات ، ولما استطاعوا تصحيح التمثيلات والرؤى القبلية، فالتدريس الحديث يتوقف على معرفة ردود الأفعال من أجل التدخل الآني والمؤجل مواكبة للمتعلم في كل مراحل تعلمه حيث تمثل هذه المعلومات بالتغذية الراجعة والتي تتخذ أشكالا متعددة منها اللفظية والمرئية التي تعطي المتعلم صورة واضحة عما يفعله أثناء تطبيق المهارة بالعين المجردة، وعليه يستطيع أن يصحح أخطاءه تبعا للمعلومات التي يتلقاها من المدرس قبل التطبيق وإثباته وتعمل بالأساس على تطور هذه اللعبة او الفعالية يحتاجها كل نشاط رياضي وكل فعالية رياضية وخاصة فعاليات الميدان في العاب القوى فبواسطته يكسب الانسان مجمل خبرته الفردية وعن طريقه يتقدم ويتطور في هذا المجال ويزيد من انجازه ، ويشير محجوب (2001) ان المعلومات التي يزود بها المتعلم عند ادائه الحركي من خلال تعلمه المهارة تعتبر من اكثر المتغيرات أهمية في التعلم الحركي هذه المعلومات التي يمكن ان تأخذ اشكال عدة سواء كانت من الظروف التعليمية أو ظروف البحث المختبري فأنها تخبر المتعلم عن درجة كفاءة الاداء خلاله أو بعده أو في كليهما (1) لذا تعد مفهوم الت من المفاهيم والاسس المهمة في مجال التعلم لكونه من المحاور الاساسية لنجاح اي عملية تعليمية وهي محورا ضروريا ومن هنا تكمن اهمية البحث في استخدام التغذية الراجعة المكتوبة والشفهية في تحسين مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل والدراسة بدورها تعمل على مراعاة الفروق الفردية للمتعلمين والتي من خلالها يمكن ان تعطي مدلول عن قدرات الطلاب العقلية في كيفية استقبال المعلومة.

1-2 مشكلة البحث:

على الرغم من إجراء العديد من الدراسات والبحوث فقد برزت أهمية ودور التغذية الراجعة في العملية التعليمية ، إلا ان مجال التعلم وبالإضافة الى التدريب تبقى بحاجة الى كيفية الاستخدام لانواع التغذية الراجعة ومتى ومن خلال عمل الباحثون في المجال الاكاديمي بإعطاء محاضرات عملية في التربية البدنية وعلوم الرياضة وجدوا ان الطلاب يتفاوتون بتعلمهم وانجازاتهم وبوجه الخصوص في الفعاليات الفردية لذا تبلورة فكرة عن دراسة استخدام التغذية الراجعة

(1) محجوب ، وجيه : التعلم وجدولة التدريب الرياضي ، ط1، دار وائل للنشر ، عمان ، الأردن (2001)، ص16.



المكتوبة والشفهية في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل وهي محاولة جادة للوقوف على النتائج التي يمكن من خلالها بان يكون استخدامها هو مراعاة للفروق الفردية للطلاب ومن هنا يكون التسائل هل ان استخدام التغذية الراجعة المكتوبة ستعطي نتائج افضل ام التغذية الراجعة الشفهية ستعطي نتائج افضل في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة _ جامعة تكريت.

3-1 هدفا البحث:

- 1- الكشف عن تأثير استخدام التغذية الراجعة المكتوبة والشفهية في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل.
- 2- المقارنة في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبتين في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل.

1_4 فرضا البحث:

1- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين مجموعتي البحث ولصالح الاختبار البعدي في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل .

2- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين مجموعتي البحث في الاختبار البعدي في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل.

1-5 تحديد المجالات:

- 1- المجال البشري: طلاب المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة _ جامعة تكريت.
- 2- المجال الزمني: الفترة المحصورة من 15 / 11 / 2018 ولغاية 18 / 12 / 2018 للتجربة الرئيسية
- 3- المجال المكاني: ملاعب وقاعات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة _ جامعة تكريت.

2- اجراءات البحث:

1-2 منهج البحث : استخدم الباحثون المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته : تم اختيار مجتمع البحث من طلاب المرحلة الدراسية الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت للعام الدراسي (2018 / 2019) وانحصرت على شعب الطلاب والبالغ عددهم (165) طالبا اما عينة البحث فقد تم اختيارها بالطريقة العشوائية والمتكونة من (60) طالبا وتم توزيعهم الى مجموعتين تجريبتين بعد استبعاد مجموعة من الطلاب لأسباب منها الممارسين في المرحلة الدراسية والطلاب المتغيبين والمصابين والمشاركين في التجربة الاستطلاعية ، وقد شكلت النسبة المئوية للعينة (36,36%) والجدول (1) يبين ذلك:

يبين الاحصائية لمجتمع البحث وعينته

المتغيرات	عدد الطلاب	الاستبعاد
العدد الكلي	109	49
مجموعة التجريبية شعبة ب	30	53 / العدد الكلي
المجموعة التجريبية شعبة ج	30	56 / العدد الكلي
عدد طلاب التجربة الاستطلاعية	15	
عدد الطلاب مصابين	10	
عدد الغياب	20	
عدد ممارسين للفعالية	4	

2-3 التصميم التجريبي : استخدم الباحثون التصميم الذي يطلق عليه اسم " تصميم مجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار"⁽²⁾ والشكل (1) يوضح ذلك:

المجموعات	الاختبار القبلي	المتغير المستقل	الاختبار البعدي
المجموعة التجريبية الاولى	مستوى الانجاز في فعالية الوثب الطويل	استخدام التغذية الراجعة المكتوبة	مستوى الانجاز في فعالية الوثب الطويل
المجموعة التجريبية الثانية	مستوى الانجاز في فعالية الوثب الطويل	استخدام التغذية الراجعة الشفهية	مستوى الانجاز في فعالية الوثب الطويل

(²) فان دالين دي بولد وآخرون : مناهج البحث العلمي في التربية وعلم النفس ، ترجمة: محمد نبيل نوفل ، ط3: (القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، 1984) ص384.



4-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث: (ميزان الكتروني كهربائي لقياس (الطول والكتلة) ، ساعة توقيت عدد(4) ، شريط قياس طول (20) م بورگ ابيض)

5-2 وسائل جمع المعلومات:

1-5-2 المصادر العربية والأجنبية

2-5-2 شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)

3-5-2 القياسات والاختبارات

4-5-2 الأستبيان:

1-4-5-2 استبيان لتحديد بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل والاختبارات المناسبة لها : تم تصميم استمارة الأستبيان ووزعت على السادة المختصين في (علم التدريب الرياضي والتقويم والقياس والعب القوى) لتحديد بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل واختباراتها لغرض التكافؤ بين مجموعتي البحث ، ويشير (بلوم وآخرون) على الباحث الحصول على نسبة موافقة (75%) فأكثر من آراء الخبراء⁽³⁾والجدول(2) يبين ذلك:

5-5-2 المقابلات الشخصية: تم إجراء المقابلة الشخصية مع الخبراء في مجال (التعلم الحركي وطرائق التدريس والعب القوى) التي تطرقت المقابلة الشخصية إلى :

- كيفية استخدام التغذية الراجعة المكتوبة والشفوية ومدى صلاحيتها لعينة البحث .

- أوقات استخدامها مع كل تمرين ومرحلة تعليمية ومدى ملائمتها لعينة البحث .

- كيفية تطبيقها بشكل يضمن تحسن في مستوى الانجاز للفعالية.

6-2 التجارب الاستطلاعية: أجرى الباحثون مع مدرس المادة التجربة الاستطلاعية على طلاب من خارج عينة البحث ومن مجتمع البحث نفسه والبالغ عددهم (15) طالباً قبل البدء بتنفيذ البرنامج التعليمي ومن التجارب الاستطلاعية هي:

1-6-2 التجربة الاستطلاعية الاولى : عمل الباحثون التجربة الاستطلاعية الاولى الموافق بتاريخ 8 / 11 / 2018 الساعة التاسعة صباحاً وذلك بتطبيق التغذية الراجعة المكتوبة ضمن البرنامج التعليمي الخاص بالمجموعة التجريبية الاولى.

2-6-2 التجربة الاستطلاعية الثانية: عمل الباحثون التجربة الاستطلاعية الثانية والتي وافقت بتاريخ 8 / 11 / 2018 الساعة العاشرة والنصف صباحاً وتطبيق التغذية الراجعة الشفوية ضمن البرنامج التعليمي الخاص بالمجموعة التجريبية الثانية ، وكان الهدف من التجريبتان هو:

التأكد من صلاحية استخدام التغذية الراجعة المكتوبة والشفوية ضمن البرنامج التعليمي وزمن استخدام التغذية الراجعة المكتوبة والشفوية للوقت ، ومدى ملائمتها لأهداف البحث ، والتعرف على الأخطاء المتوقعة في تنفيذ البرنامج والتهيؤ لها .

وكان من نتائج التجارب الاستطلاعية هي :

صلاحية استخدام التغذية الراجعة المكتوبة والشفوية ضمن البرنامج التعليمي ، وملاءمة زمن استخدام التغذية الراجعة المكتوبة والشفوية بالنسبة لوقت المحاضرة مدى استجابة العينة التجريبية الاستطلاعية لفقرات الوحدة التعليمية ، التمكن من لتلافي الأخطاء .

7-2 تجانس وتكافؤ مجموعتي عينة البحث:

1-7-2 التجانس : تم إجراء التجانس بين بعض المتغيرات وهي (الطول مقاساً بالسنتيمتر والكتلة مقاسة بالكيلوغرام والعمر مقاساً بالسنة) والجدول(2) يبين ذلك:

يبين التجانس في متغيرات الطول والكتلة والعمر لأفراد عينة البحث

المتغيرات	وحدة القياس	وسط حسابي	الانحراف المعياري	المنوال	معامل الالتواء
الطول	سم	174,577	5,258	174	0,109
الكتلة	كغم	66,473	11,062	68,600	0,192
العمر	سنة	20,244	0,712	20	0,342

⁽³⁾ بلوم ، بنيامين ، وآخرون : تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني (ترجمة) محمد أمين المفتي وآخرون ، ماكروهيل ، القاهرة (1983) ص 126 .



2-7-2 التكافؤ في بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل : استخدم الباحثون أسلوب تحليل المحتوى للمصادر العلمية بالعباب القوى لغرض تحقيق التكافؤ بين المجموعتين التجريبتين في بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية واختباراتها الآتية:

- 1- القوة الانفجارية للرجلين : اختبار الوثب الطويل من الثبات. (4)
- 2- القوة المميزة بالسرعة للرجلين: اختبار الثلاث حجلات لأقصى مسافة ممكنة ولكل رجل على حدة (5)
- 3- السرعة الانتقالية: اختبار عدو (30م) من بداية متحركة. (6)
- 4- المرونة : اختبار فتحة برجل (7)

5- الرشاقة اختبار الجري الزجراجي بطريقة بارو (3×4,5م) (8) والجدول (3) يبين ذلك
يبين نتائج اختبار (t) بين المجموعتين في بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل

ت	المتغيرات	المعالم الإحصائية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية الاولى		المجموعة التجريبية الثانية		قيمة sig
				الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	القوة الانفجارية للرجلين	م	1,92	1,22	1,89	1,59	0,92	
2	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	ثا	9,05	2,01	9,00	1,47	0,97	
3	السرعة الانتقالية	ثا	4,07	1,74	4,9	1,66	0,22	
4	المرونة	سم	12,07	2,77	12,08	2,05	0,09	
5	الرشاقة	ثا	14,12	2,02	13,97	2,03	0,82	
6	التوازن الثابت	ثا	1,92	0,97	2,06	0,89	0,65	

* قيمة (sig) اكبر من (0,05)

تبين في الجدول (3) وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين المجموعتين في بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث.

2-8 الاختبارات القبليّة والتكافؤ:

2-8-1 الاختبارات القبليّة: أجرى الباحثون الاختبارات القبليّة على مجموعتي البحث الموافق بتاريخ 13 / 11 / 2018 وقبل البدء بالاختبار القبلي قام مدرس (*) شرح وعرض للمراحل الفنية لفعالية الوثب الطويل لتكون لدية فكرة عن الاداء الفني للفعالية ثم أدى كل طالب محاولتين تجريبتين ثم تم الاختبار القبلي بإعطاء ثلاث محاولات لكل طالب وفق القانون الدولي للهواة بالعباب القوى وحساب الانجاز الافضل.

2-8-2 التكافؤ بمستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل: جاء التكافؤ لعينة البحث للاختبار القبلي بإعطاء ثلاث محاولات لكل طالب وطبقاً للقانون الدولي الذي "يشير إلى أنه إذا كان عدد المتسابقين أكثر من ثمانية يمنح كل متسابق ثلاث

(4) شحاتة ، محمد إبراهيم ، وبريق ، محمد جابر : دليل القياسات الجسمية واختبارات الأداء الحركي ، منشأة المعارف بالإسكندرية (1998) ص 91-92.

(5) عبد الجبار ، قيس ناجي واحد ، بسطويسي : الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي ، مطبعة التعليم العالي ، بغداد (1987) ص 346

(6) حسانين ، محمد صبحي: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ج 1، ط 6 ، دار الفكر العربي ، القاهرة (2004) ص 292.

(7) البدي ، أحمد الهادي يوسف : وضع معايير قياسية واختبارات مقننة لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبى الجمباز (10) سنوات بمحافظة الإسكندرية ، بحث منشور في المؤتمر العلمي لدراسات وبحوث التربية الرياضية ، مشكلات الاعداد الرياضي للناشئين ، جامعة حلوان (1980) ص 201.

(8) علاوي ، محمد حسن ورضوان ، محمد نصر الدين : اختبارات الأداء الحركي ، ط 1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة (1989) ص 304.

(*) م. عاطف عبد الخالق احمد/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت .



محاولات" (9) حيث تم اختيار أفضل محاولة من المحاولات الثلاثة باختيار الانجاز الأعلى من كل المحاولات ثم عمل الباحثون على استخراج معامل الارتباط البسيط والذي بلغ (86,8) بين المجموعتين وهو ارتباط معنوي ثم أجرى التكافؤ باستخدام اختبار (t) والجدول (4) يبين ذلك.

يبين نتائج اختبار t بين المجموعتين في مستوى الانجاز بفعالية الوثب الطويل

الدالة	(Sig)	المجموعة التجريبية الثانية		المجموعة التجريبية الاولى		المتغيرات الاحصائية المتغير
		ع	س-	ع	س-	
غير معنوي*	0,14	1,72	4,22	1,67	4,15	مستوى الانجاز في فعالية الوثب الطويل

* قيمة (sig) اكبر من (0,05)

فمن الجدول (4) تبين وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين المجموعتين في متغير مستوى الانجاز مما يدل على تكافؤ.

2-9 البرنامج التعليمي :

2-9-1 البرنامج التعليمي للمجموعتين التجريبتين: يحتوي البرنامج التعليمي للمجموعتين على ثمان وحدات تعليمية حيث ان كل وحدة تتضمن اقسام رئيسية وهي القسم التحضيري والقسم الرئيسي والقسم الختامي ولاطار العام يتضمن على اهداف تربوية وتعليمية والوحدة التعليمية تحتوي على (زمن ، تمارين ، عدد التكرارات) وبعد اطلاع الباحثون على المصادر العلمية وبعض الدراسات وبعد الاستفسار من المختصين في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة تكريت وبعض التدريسيين من جامعات اخرى عمل الباحثون على استخدام التغذية الراجعة المكتوبة والشفوية خلال الوحدات التعليمية.

2-9-2 الخطة الزمنية للبرنامج التعليمي: يتوزع البرنامج التعليمي على المجموعتين التجريبتين مكونة من ثمان وحدات تعليمية لكل منها ومدة كل وحدة تعليمية (90) دقيقة ، كما موضحة بالشكل (2) وكالاتي :

البرنامج التعليمي الخاص بالمجموعات التجريبية الثانية	البرنامج التعليمي الخاص بالمجموعة التجريبية الاولى
مقدمة (4 د) - القسم الإعدادي (25 د) إحماء عام (8 د) إحماء خاص (8 د) الجزء التعليمي (15 د)	مقدمة (4 د) إحماء عام (8 د) إحماء خاص (8 د) الجزء التعليمي (15 د)
- القسم الرئيسي (65 د) الجزء التطبيقي (45 د)	- القسم الرئيسي (65 د) الجزء التطبيقي (45 د)
- القسم الختامي (5 د)	- القسم الختامي (5 د)

يوضح التقسيم الزمني للبرنامج التعليمي والخاصة بالمجموعتين التجريبتين

وكما هو ملاحظ أن الفترة الزمنية لزم من الوحدة التعليمية ثابت لكن يختلف في كيفية استخدام التغذية الراجعة وتم استخدام طريقة التعلم المختلطة (الكلية والجزئية) في تعلم الاداء الفني في الوثب الطويل والتي تجمع بين محاسن الطريقتين الكلية والجزئية ، وفيها يتم عرض الاداء الفني بصورة كلية ثم يؤديها الطلاب وبعد ذلك يتم تقسيم هذا الاداء إلى وحدات صغيرة ثم كبيرة (مراحل الاداء الفني بالوثب الطويل) وهكذا يتم الانتقال إلى المرحلة الثانية والتمرين على أجزاء هذه المرحلة والربط بينها بصورة كلية ، ثم يتم ربط هذه المرحلة بالمرحلة الأولى... وهكذا حتى يتم الانتهاء من التمرين على المهارة بصورة كاملة علماً أنه في بداية الوحدة التعليمية يتم إعادة عرض وأداء المراحل الفنية للوحدات التعليمية السابقة وربطها بالمرحلة التي سيتم تعلمها لاحقاً.

2-10 التجربة الرئيسية: تم البدء بتنفيذ البرنامج التعليمي للمجموعتين الموافق بتاريخ 15 / 11 / 2018 بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع الواحد لكل مجموعة والتي نفذت في يومي (الثلاثاء والخميس) من كل أسبوع مستخدماً التغذية

(9) الشماع ، حيدر فائق وكاطع ، اسيل جليل : القانون الدولي للمنافسات (2013) ص143.



الراجعة المكتوبة والشفهية بعد كل اداء سواء للمراحل الفنية او اداء التمرينات التعليمية لتلك المرحلة وللفعالية كاملا من قبل مدرس المادة بإشراف الباحثون لتعلم الاداء الفني لفعالية الوثب الطويل للمجموعتين في ملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة_ جامعة تكريت ، وتم الانتهاء من تنفيذ البرنامج التعليمي للمجموعتين في يوم الثلاثاء الموافق بتاريخ 2018 / 12/18

2-11-11 متغيرات البحث وكيفية ضبطها:

2-11-11-1 المتغيرات المستقلة للبحث: المتغير المستقل هو العامل أو السبب الذي يطبق لغرض معرفة أثره في النتيجة⁽¹⁰⁾ وتتمثل المتغيرات المستقلة بما يأتي :

1- التغذية الراجعة المكتوبة 2- التغذية الراجعة الشفهية

2-11-11-2 المتغيرات التابعة للبحث : المتغير التابع ، هو العامل الذي ينتج عن تأثير المتغير المستقل⁽¹¹⁾ وهي (مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل)

2-11-11-3 المتغيرات الخارجية : وهي المتغيرات التي يلزم ضبطها لتكون بدرجة متساوية بين المجموعتين التجريبتين مثل (العمر، الطول ، الجنس... وغيرها)⁽¹²⁾

3-12-3 الصدق التجريبي : ينقسم إلى نوعين مهمين احدهما يتعلق بمدى صحة المعالجة التجريبية والأخرى بمدى إمكانية تعميم النتائج هما : (الصدق الداخلي ، الصدق الخارجي)

2-12-2-1 الصدق الداخلي:

1- ظروف التجربة: لم يتعرض البحث إلى أية عوامل أو حوادث أثرت في التجربة طوال مدة تطبيقها
2- العمليات المتعلقة بالنضج: ويقصد به ما يحدثه عامل الزمن أو النمو الجسمي أو العقلي أو الاجتماعي وبما أن جميع طلاب المجموعتين يتعرضون لعمليات النمو نفسها فإن هذه العوامل قللت من تأثير هذا المتغير في المتغيرات التابعة .
3- أدوات القياس : تمت السيطرة على هذا العامل باستخدام نفس الأجهزة والأدوات لكل مجموعة.
4- التفاعل بين النضج والاختيار: تمت السيطرة على هذا العامل عن طريق اختيار الباحثون مجموعة الدراسة من أفراد في مستوى واحد⁽¹³⁾

2-12-2-2 الصدق الخارجي:

يتحقق الصدق للتصميم عندما يتمكن الباحثون فيه من تعميم نتائج بحثهم خارج نطاق عينة البحث وفي مواقف تجريبية مماثلة⁽¹⁴⁾ وللتأكد من تحقق السلامة والصدق الخارجي للتصميم ينبغي أن تكون تجربة البحث خالية وبعيدة عن الأخطاء.
2-13-2 الاختبارات البعدية : تم إجراء الاختبارات البعدية لمستوى الانجاز بالوثب الطويل للمجموعتين وبأسلوب نفسه الذي تم فيه إجراء الاختبار القبلي في يوم الموافق 20 / 12 / 2018 باعطاء ثلاث محاولات لكل طالب واختيار افضل محاولة من جميع المحاولات.

2-14-2 الوسائل الإحصائية:(الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط البسيط (بيرسون) ، النسبة المئوية ، اختبار (ت) بين وسطين حسابيين مرتبطين⁽¹⁵⁾)

وتم تحليل البيانات بنظام التحليل الإحصائي (SPSS) (*) ماعدا النسبة المئوية.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

⁽¹⁰⁾العساف ، صالح بن محمد : المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية ، شركة العبيكان للطباعة والنشر ، الرياض - السعودية (1989) ص307.

⁽¹¹⁾عبيدات ، ذوقان وآخرون : البحث العلمي ، مفهومة وأدواته وأساليبه ، ط5 ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان (1996) ص281 .

⁽¹²⁾العساف ، صالح بن محمد (مصدر سبق ذكره)(1989)ص301

⁽¹³⁾عطوي ، جودت عزت : أساليب البحث العلمي - مفاهيمه - أدواته - طرقه الإحصائية ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان-الأردن(2000) ص199-200.

⁽¹⁴⁾عودة ، احمد سليمان وملكاوي ، مفتي حسن : أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية ، ط1، مكتبة المنار للنشر والتوزيع ، الأردن(1987)ص172.

⁽¹⁵⁾التكريتي ، وديع ياسين والعبيدي ، محمد حسن : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل(1999)ص34-57.

^(*)حلل النتائج من قبل (ا.م.د مراد احمد ياس - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة_ جامعة تكريت) .

1-3 عرض وتحليل نتائج الفروق بين الاختبارين (قبلي - بعدي) في مستوى الانجاز لمجموعتي البحث لفعالية الوثب الطويل.

الجدول (5)

يبين نتائج الفروق بين الاختبارين (قبلي - بعدي) في مستوى الانجاز لمجموعتي البحث لفعالية الوثب الطويل

الدالة	Sig	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المجموعات
		ع	س-	ع	س-	
	0,000	2,24	5,09	1,67	4,15	المجموعة التجريبية الاولى
	0,000	2,01	4,74	1,73	4,22	المجموعة التجريبية الثانية

* معنوي لان قيمة (Sig) هي اصغر من (0,05).

يتبين من الجدول (5) وجود فروق معنوية بين الأوساط الحسابية بين المجموعتين التجريبتين في الاختبار القبلي والبعدي في مستوى الانجاز في فعالية الوثب الطويل ولمصلحة الاختبار البعدي وبهذا يتحقق الجزء الثاني من الفرض الأول للبحث ، إذ بلغت قيم (sig) اقل من (0,05) في مستوى الانجاز في فعالية الوثب الطويل للمجموعتين التجريبتين .

2-3 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارين (قبلي - بعدي) في مستوى الانجاز لمجموعتي البحث في فعالية الوثب الطويل.

يعزو الباحثون معنوية الفرق بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية الاولى والتجريبية الثانية إلى التمارين المستخدمة في الوحدات التعليمية واستخدام طرائق تعلم وأساليب تمرين تتناسب مع نوع الفعالية المراد تعلمها ، ان الاستخدام الأمثل لمفردات البرنامج المعد من الباحثون مع كيفية تطبيقه وملائمته لأفراد العينة ساعدت على خزن عدد كبير من الخبرات في الذاكرة الحركية ، وان التنوع في استخدام التمارين المنوعة التي مستوى الانجاز سواء اكان للمرحلة الفني التي تم تعلمها بالطريقة الجزئية او الطريقة الكلية مما ساعد على تنفيذ الاستجابة بصورة صحيحة وتحسين مستوى الانجاز، وذكر (Schmidt) "أن التعلم الحاصل لدى المتعلمين الذين يمارسون عدة تنويعات في التمرين للأشكال مهارية سوف تصبح لديهم القدرة على إدراك المثيرات التي تواجههم وبالتالي تفعيل عملية التعلم لهذه المهارات" (16)

إن التعلم في مراحله الأولى يحقق تطور سريع خاصة إذا كان الأفراد المتعلمين لا يمتلكون خبرات كبيرة وباستخدام طرائق تدريس واساليب تعليمية بصورة تتلائم مع امكانيات الطلاب، خصوصاً وان كلا المجموعتين قد تلقت تكرارات والملاحظات للتعلم لنوع التمرين حيث تعتبر الملاحظة تعبير عن التغذية الراجعة في الوحدة التعليمية ، وقد أشارت المصادر إلى أن "التغذية الراجعة تزيد من تحسن الأداء في مراحل التعلم الأولى حيث ان التعلم يأخذ الصورة الأولية للحركة ويضع برنامجاً حركياً مناسباً للاستجابة وينفذه وبعد ذلك يقارن النتيجة مع الهدف المبيت أو البرنامج المقرر" (17)

مما جعلهم اكثر تشويق واثارة مع المادة المراد تعليمها وجعل المتعلم ليس فقط كمتلقي بل متفاعل مع المادة المطلوب تعلمها ، بما يخدم ويسهل عملية اتصال المادة الى المتعلم وامكانية التطلع على محتوى المادة التعليمية وطرح الاسئلة والمناقشة والاجابة على ما يدور من مواضيع تخص الاداء الفني لفعالية الوثب الطويل والتي تجعل المتعلم اكثر تطلعاً " (18)

ويرى الباحثون بالإضافة الى التمرينات والتكرارات وعدد الوحدات التعليمية الأ ان هنالك دور في توظيف التغذية الراجعة ضمن الوحدات التعليمية لتعلم الاداء الفني لفعالية الوثب الطويل والارتقاء بمستوى الانجاز.

1- Richard A. Schmidt Craig. Weisberg. Motor Learning and Performance, Second edition, Human Kinetics (2000) , P: 267 .

2- Richard A. Schmidt Craig A. Weisberg. Motor Learning and Performance, fourth edition, Human Kinetics. (2008), P:99

18 - شعلان ، مرتضى علي : تأثير استراتيجيات التعليم المتمازج في التحصيل المعرفي والاداء الحركي والانجاز لرفع

الخطف لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة : (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

، جامعة كربلاء (2017) ص93

3-3 عرض وتحليل نتائج الفرق في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبتين في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل .

الجدول (6)

يوضح نتائج الفرق في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبتين في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل

الدالة	(Sig)	المجموعة التجريبية الثانية		المجموعة التجريبية الاولى		المتغيرات الاحصائية المتغير
		ع	س-	ع	س-	
	0,048	2,01	4,74	2,24	5,09	مستوى الانجاز في فعالية الوثب الطويل

* قيمة (sig) اقل من (0,05)

3-4 مناقشة نتائج الفرق في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبتين في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل من خلال عرض وتحليل نتائج لمستوى الانجاز في الاختبار البعدي والتي اوضحت في الجدول (6) تبين أن هناك فروق معنوية بين مجموعتي البحث ولصالح المجموعة التجريبية الاولى ويعزو الباحثون هذه الفروق في مستوى الانجاز الى التغذية الراجعة المكتوبة المستخدمة في تعليم طلاب المجموعة التجريبية الاولى ، والتي وفرت للمتعلمين فرصة الوصول الى المعلومة وتوفير بيئة تعليمية جذابة والتي مكنت المتعلمين من مراجعة الحركات الصحيحة في أي وقت ومتى ما يشاء دون اضمحلال المعلومة والتي اكدت لخدمة عملية التعلم وتوفير التغذية الراجعة بأنواعها وهذا كله ساهم في تنمية التعلم الذاتي والتفكير الايجابي العلمي واشراك الحواس التي تساعد المتعلم وسير العملية التعليمية وفقاً الى رغبة المتعلم وقدرتهم مما يزيد من سرعة فاعليتهم وأشار (شعلان ، 2017) إن عرض أهم الأخطاء الشائعة للمرحلة الفنية وتصحيحها للوصول إلى الأداء الأفضل ساعد الطالب على تجنب الوقوع في هذه الأخطاء أثناء الأداء الفني بصورتها النهائية⁽¹⁹⁾ ن طريقة خزن المعلومات في الذاكرة واسترجاعها بصورة جيدة تعتمد على عدة عوامل منها التكرار والممارسة ومدى تثبيتها وطريقة تعلمها ، فالمهارات الحركية التي نكررها ونمارسها بصورة مستمرة تكون اسهل في استدعائها وتذكرها من المهارات التي لم نمارسها أو مورست بشكل منقطع⁽²⁰⁾

ويرى الباحثون ان هذه المبادئ أسهمت في تحسن نتائج الاختبار قياسا بالاختبارات القبليه التي أجريت حيث ان التغذية الراجعة لبت حاجات المتعلمين ، إذ كانوا متفاعلين لتعلم الاداء الفني وتطور مستوى الانجاز بشكل جيد وهذا ما نطمح له ، مما أتاح فرصه لإظهار قدراتهم وإمكانياتهم ومتابعتهم المجددة بشكل ملحوظ ورغبتهم من خلال مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل وبشكل محبب .

المصادر العربية والاجنبية:

1. البدرى ، أحمد الهادي يوسف : وضع معايير قياسية واختبارات مقننة لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبى الجمباز (10) سنوات بمحافظة الاسكندرية ، بحث منشور في المؤتمر العلمي لدراسات وبحوث التربية الرياضية ، جامعة حلوان (1980).
2. بلوم ، بنيامين ، وآخرون : تقييم تعلم الطالب التجميى والتكويني (ترجمة) محمد أمين المفتي وآخرون ، ماكروهيل ، القاهرة (1983) .
3. حسانين ، محمد صبحي : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ج1 ، ط6 ، دار الفكر العربي ، القاهرة (2004)
4. شحاتة ، محمد إبراهيم ، وبريقع ، محمد جابر : دليل القياسات الجسمية واختبارات الأداء الحركي ، منشأة المعارف بالإسكندرية (1998).

19 - شعلان ، مرتضى علي : مصدر سبق ذكره ، ص 99 .

20 - الضمد ، عبد الستار جبار : فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة - تحليل - تدريب - قياس ، دار الفكر

لطباعة والنشر والتوزيع ، عمان (2000) ص 17



5. شعلان ، مرتضى علي : تأثير استراتيجيات التعليم المتمازج في التحصيل المعرفي والاداء الحركي والانجاز لرفعة الخطف لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة : (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة كربلاء(2017).
 6. الشماع ، حيدر فائق وكاطع ، اسيل جليل : القانون الدولي للمنافسات (2013).
 7. الضمد ، عبد الستار جبار : فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة – تحليل – تدريب – قياس ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان(2000) .
 8. عبد الجبار ، قيس ناجي واحمد ، بسطويسي : الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي ، مطبعة التعليم العالي ، بغداد(1987).
 9. عبيدات ، ذوقان وآخرون : البحث العلمي ، مفهومه وأدواته وأساليبه ، ط5 ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان(1996) .
 10. العساف ، صالح بن محمد : المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية ، شركة العبيكان للطباعة والنشر ، الرياض – السعودية (1989).
 11. عطوي ، جودت عزت : أساليب البحث العلمي – مفاهيمه – أدواته – طرقه الإحصائية ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان- الأردن (2000) .
 12. عودة ، احمد سليمان وملكاوي ، مفتي حسن : أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية ، ط1، مكتبة المنار للنشر والتوزيع ، الأردن(1987).
 13. فان دالين دي بولد وآخرون : مناهج البحث العلمي في التربية وعلم النفس ، ترجمة: محمد نبيل نوفل ، ط3، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية (1984)
 14. محجوب ، وجيه : التعلم وجدولة التدريب الرياضي ، ط1، دار وائل للنشر ، عمان ، الأردن(2001) .
- المصادر الأجنبية:

- 1- Richard A. Schmidt Craig. Weisberg. Motor Learning and Performance, Second edition, Human Kinetics (2000).
- 2- Richard A. Schmidt Craig A. Weisberg. Motor Learning and Performance, fourth edition, Human Kinetics. (2008).