

تأثير أسلوب التعلم الاتقاني في تطوير انجاز رمي الرمح حسب مواضيع مختلفة للأداء لدى طلاب المرحلة الأولى

م.م. تقى محمد حسن سلمان¹

الجامعة المستنصرية/ النشاطات الطلابية¹

(¹ Tuqamh1986@uomustansiriyah.edu.iq)

المستخلص: تناول البحث تأثير استخدام التعلم الاتقاني في تطوير انجاز رمي الرمح على وفق مواضيع مختلفة لأداء طلاب المرحلة الأولى، إذ تناول البحث باستخدام هكذا أسلوب على وفق مواضيع مختلفة في أداء الرمي من الوقوف والرمي من الخطوات الخمسة والرمي من اقتراب كامل، إذ استخدمت الباحثة أسلوب التعلم لإتقان الأداء والانتقال إلى المرحلة التالية وفق إتقان المرحلة السابقة لتوفير دعم فردي لمراحل التعلم باستخدام الوسائل المساعدة مع الزميل أو مع استخدام منوع للأداة، إذ تضمن البحث هذه الاستراتيجية لطلاب المرحلة الأولى للعام الدراسي 2025/2024 وعددهم (90) طالباً من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية للشعب (C-E-F)، ثم اختارهم بصورة عمدية لانتظام الدوام لهذه الشعب وابعاد شعبة (D) لكثرة الغياب، ثم اختار (16) طالباً تم تقسيمهم إلى مجموعتين (6) لكل مجموعة (ضابطة وتجريبية) وأبعاد (2) للتجربة الاستطلاعية، إذ مثلت العينة نسبة (88.88%) من مجتمع الأصل وعددهم (90) طالباً بعد أبعاد شعبتين (A-B) كونهم طالبات، إذ تم التجانس والتكافؤ للعينة للحصول على خط شروع واحد في اجراء الاختبارات أثناء الدراسة بأن التعلم الاتقاني كان له الدور في تعلم وإنجاز العينة، وكذلك أوصت الدراسة بأن تكون هناك دراسات مشابهة للتعلم الاتقاني لفعاليات أخرى كرمي القرص والثقل في رياضة ألعاب القوى.

الكلمات المفتاحية: أسلوب التعلم الاتقاني – فعالية رمي الرمح.

1-المقدمة:

نتيجة التطور العلمي والتقني أشد التنافس بين الرياضيين ويظهر ذلك جلياً من خلال كسر الأرقام القياسية أو تحسين مستوى الأداء كلاً على وفق فعاليته مما أدى إلى تحقيق أفضل الإنجازات بالاعتماد على أشراك جميع العلوم الإنسانية والتقنية في خدمة الحركة الرياضية. وقد شهد التعلم الحركي تطورات علمية من خلال ارتباطه الوثيق ببقية العلوم الأخرى .

وتعد فعالية رمي الرمح من الفعاليات الصعبة التي تعتمد على مقدرة اللاعب البدنية والصفات الجسمية، وتأثرها بالعديد من المتغيرات الميكانيكية (السرعة والقوة وغيرهما) كما تمتاز هذه الفعالية في أدائها السريع وأن مجموع الحركات التي تؤدي فيها متزامنة ومتكاملة خلال مرحلة الاقتراب (الخطوات الخمس الأخيرة) وخاصة في الخطوة الأخيرة (مرحلة الرمي النهائية) وأن جميع هذه المراحل تحتاج من المدرب أن يمتاز بدقة الملاحظة في اكتشاف الأخطاء، وبما أن العين المجردة لا تستطيع اكتشاف الأخطاء، لذا تلجأ إلى تصوير وتحليل الحركة من ناحية ميكانيكياً.

إن المتعلم والمادة التعليمية المطلوبة، على أن تؤدي هذه العملية إلى تعلم واتقان الطلاب للمهارة، وتنمية جوانب التعلم المختلفة بالوسائل المختلفة، والوجدانية، ولابد من وجود تفاعل بين المدرس والطالب والمادة التعليمية وطريقة التعلم والتدريس في درس التربية الرياضية ترشد المدرس عن الأهداف والمحتويات والأساليب والخطوات والأدوات التي تساعد على نجاحه في تعليم وتربية المتعلمين على أسس علمية سواء عن طريق مدرس التربية البدنية أو النشاط الرياضي خارج الدرس ودرس التربية الرياضية يعكس طبيعة هذه القدرات البدنية أثناء التعلم والتدريب أو المنافسات باستخدام وسائل متعددة في العملية التعليمية، ولكن في إطار يعبر عنه بالمهارات الخاصة باللعب والقدرة على أداء المهارة بإتقان وشتى المواقف المختلفة لأداء المهارة. أن لكل طريقة تعليمية وتدريبية أهدافها وخصائصها ومضامينها وتطبيقاتها الخاصة بها التي يلائم الفعالية والمهارة المطلوب تعلمها، ومن المراحل التعليمية ومواقعها وإمكاناتها واحتياجاتها لكي ينسجم مع الهدف المطلوب تحقيقه والتي يمكن معالجتها باستخدام الاستراتيجية التعليمية الملائم الذي يتبعه المدرس في

أثناء الدروس العملية، وتعتمد في تطبيقها على الهدف، الموضوع وتعكس سلوكاً تدريسياً معيناً وسلوكاً خاصاً، وأن من الأهداف التي تسعى إليها مراحل التعلم لفعالية رمي الرمح هي الاحاطة بمهارات الأداء الفني ومعرفة القوانين التي تحكم مراحل الأداء في التعلم فيها، أن المهارات الأساسية للفعالية الاقتراب رجوع الرمح للخلف، الخطوات الخمسة ثم الرمي والتبديل لها أثرها الخاص في تحقيق تحسين الانجاز، لذلك تعد دراسة مهارات الرمح أحد أهم أركان هذا الدرس، وتكتسب تعلم المهارة باستخدام وسائل متعددة تعليمية تكتسب أهمية البحث باختيار أسلوب التعلم الاتقاني على وفق مراحل التعلم من قبل المدرس، ويعتمد هذا الأسلوب على نوع من التفاعل الفكري بين المدرس والمتعلم لتحسين مستوى الأداء، فالتعلم للمهارة يمكننا من تحقيق التعلم التي يسعى إليها المتعلمين وصولاً إلى التعلم المؤثر. إذ أن هناك تأثير أسلوب التعلم الاتقاني في استخدام وسائل متعددة في تحسين انجاز رمي الرمح للمتعلمين ومن ثم عرض أهم المبدأ التي يمكن أن يستثمرها المتعلم لأداء هذه المهارة وفق التعلم الاتقاني، ومن بعدها يقوم المتعلمين في أداء المهارة وتعزيز المفاهيم الصحيحة ويتم تطبيقها عملياً وأن أهمية التمرينات وفق التعلم الاتقاني هو جعل عملية التعلم بسرعة وإيصال المتعلم إلى مستوى جيد في الأداء وفق استخدام هذه الوسائل التعليمية وفق السيطرة والتحكم وتطوير الأداء للفعالية في عملية التعلم وأداءهما في انجاز الرمي من ثبات ومن الخمسة خطوات ومن اقتراب كامل في متطلبات تحسين الإنجاز فيها لأفراد العينة.

مشكلة البحث:

إن اختيار فعالية ألعاب القوى وخاصة رمي الرمح لها خصوصية عامة ولاسيما تحسين عملية التدريس وعملية التعلم ولاستراتيجية المؤثرة والمناسبة لتعليم الأداء تقع على عاتق التدريسي، باستخدام وسائل متعددة في التعلم للرمي من مواضع مختلفة ويجب أن يعمل على توسيع مدارك المتعلمين بما ينسجم مع نوع الأداء للتعلم المراد تطبيقه، إذ أن أداء هذه اللعبة وفق استخدام وسائل متعددة تعليمية على وفق مواضع مختلفة للأداء كالعصي والحبال المطاطي واشكال أخرى كثيرة يشكل صعوبة وعائقاً أمام المتعلمين والتي تظهر على شكل أخطاء بالأداء

يتضمن هذا النهج توفير دعم فردي للطلاب وفرص متكررة لإظهار إتقانهم من خلال التقييمات (1):

<https://en.wikipedia.org>

رمي الرمح: هي رياضة تقليدية قديمة، الرياضي الذي يمارسها يستخدم علاوة على القوة الناتجة عن الدوران، قوة التحول، أي قوة الدفع التي تنتقل إلى الرمح بتأثير سرعة الجسم والذراع، وهو يبدأ يعدو سريع لمسافة حوالي 30 متر، وعندما يصل المتسابق إلى موضع الرمي، يبدأ في إبطاء عدوه، بينما يتراجع الذراع والكتف الحاملان للرمح إلى أقصى حد إلى الخلف، وباستدارة عنيفة، ويدفعه قوة بالذراع والذراع، يقلي المتسابق الرمح (2):

<https://en.wikipedia.org>

-الوسائل المساعدة: أن للوسائل المساعدة دوراً مهماً وفاعلاً في توصيل المادة التعليمية إلى المتعلمين، مما يجعل عملية التعلم الحركي أكثر فاعلية وإيجابية، إذ يصبح المتعلم مسؤولاً ومشاركاً وإيجابياً على نحو كبير، بعد أن كان مستقبلاً ومقلداً (3: 152).

2-منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: المنهج هو " اتباع خطوات من طبقة معينة في تناول المشكلات أو الظواهر أو معالجة القضايا العلمية للوصول إلى اكتشاف الحقيقة " (4: 107) استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة المشكلة المراد حلها.

2.2 مجتمع البحث وعينته: تم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وتمثل بطلبة المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية للعام الدراسي 2025/2024 والبالغ عددهم (90) طالباً لشعب (C-E-F) تم اختيار العينة بصورة عشوائية عن طريق القرعة وتم اختيار من مجاميع الشعب (C-E-F) (16) منهم والذين كانوا الأفضل فنياً في رمي الرمح من الطلاب وتم تقسيمهم إلى مجموعتين (تجريبية والضابطة) (6) لكل مجموعة وتم ابعاد (2) منهم لأجراء التجربة الاستطلاعية من خارج مجتمع البحث ومن مجتمع الأصل عليهم ومن خلال هذا بلغت النسبة المئوية لعينة البحث (88.88%)، ولغرض الحصول على تجانس العينة وتكون العينة موزعاً طبيعياً كما يبين الجدول (1).

وعدم السيطرة على مراحل، وهذا ما يسمى بأخطاء الأداء التكنيكي. ومن خلال خبرة الباحثة كونها متابعه للبطولات الجامعية بألعاب القوى ودروس ألعاب القوى لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وملاحظتها لتعليم مهارات اللعبة داخل الجامعة فقد لاحظت تذبذب في مستوى أداء التعلم وفق مراحل لتحسين الإنجاز في رمي الرمح، لذا عملت الباحثة دراسة هذه المشكلة والعمل على معالجتها باستخدام استراتيجية تعليمية وفق التعلم الاتقاني في التعليم باستخدام وسائل مساعدة تعد كمحور مهماً بالنسبة إلى تحسين الإنجاز في رمي الرمح لأفراد العينة.

-هل أن التعلم الاتقاني باستخدام وسائل تعليمية متعددة له في تطوير الأداء وتحسين انجاز رمي الرمح للطلاب.

أهداف البحث:

- 1-اعداد تمارينات على وفق التعلم الاتقاني من مواضع مختلفة في تطوير الإنجاز لأفراد العينة.
- 2-معرفة أثر هذه التمارينات على وفق التعلم الاتقاني من مواضع مختلفة في تحسين وإنجاز رمي الرمح للطلاب.
- 3-التعرف على الفروق بين المجموعتين قيد الدراسة للمتغيرات للمتعلمين من افراد العينة.

فرض البحث:

- 1-هناك فروق ذات دلالة احصائية للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية لأفراد العينة.
- 2-هناك فروق ذات دلالة احصائية للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية لفي تحسين وإنجاز أفراد العينة.

مجالات البحث:

المجال البشري: طلاب المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/الجامعة المستنصرية للعام الدراسي 2025/2024.

المجال الزمني: لمدة من 2025/1/25 ولغاية 2025/3/18.

المجال المكاني: ملاعب الجامعة المستنصرية.

تحديد المصطلحات:

-التعلم الاتقاني: هو استراتيجية تعليمية وفلسفة تربوية تشدد على أهمية تحقيق الطلاب مستوى عالٍ من الكفاءة (مثلاً دقة 90%) في المعرفة الأساسية قبل الانتقال إلى مادة جديدة

الجدول (1) يبين التوزيع الطبيعي للمتغيرات في مراحل الرمي

المتغير	وحدة القياس	الوسط	الوسيط	الانحراف	معامل الالتواء
الطول	م/سم	1,73,25	173,20	0,931	0,279
الوزن	غم/كغم	21,32	21,10	0,913	0,225
عمر	سنة/شهر	68,775	68,31	1,487	0,183

بعد ذلك تم ايجاد التكافؤ بمتغيرات البحث كما يبين الجدول (2).

الجدول (2) يبين تكافؤ العينة

المتغير	وحدة القياس	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة	قيمة (T)	الدلالة
الرمي من الثبات	م/سم	15,711	0,963	0,521	عشوائي
الرمي من خمس خطوات	م/سم	17,650	0,871	0,571	عشوائي
الرمي من اقتراب كامل	م/سم	32,600	1,481	0,561	عشوائي

2-3 وسائل جمع المعلومات والبيانات والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

2-3-1 وسائل جمع المعلومات والبيانات: (المصادر العربية والأجنبية، الاختبار والتدريب، المقابلات الشخصية، الاختبار والقياس).

2-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

(أرماح قانونية عدد (6) قانونية (800) غم، صافرة، ملعب رمي للرمح، شواخص، شريط قياس، حاسبة الكترونية (Hp)، كاميرا تصوير حديثة، أقماع، عدد (12) لتحديد مجال وقطاع الرمي

2-4 الاختبارات الخاصة بالبحث:

أولاً: الرمي من ثبات لأداة الرمح (5: 148):

اسم من الاختبار: الرمي من ثبات

الهدف من الاختبار: قياس المسافة للرمي من الثبات

الأدوات المستخدمة: مساحة لرمي الأداة، شريط قياس معدني طول (50) متر، أرماح عدد (3) قانونية

طريقة الأداء: يقف المختبر من وضع الوقوف، يقوم برمي الرمح لأبعد مسافة ممكنة.

التسجيل: تسجل للرامي مسافة الرمي لأقرب سم.

ثانياً: اختبار الرمي من الخطوات الخمس (6: 74).

الغرض من الاختبار: رمي الرمح من الخطوات الخمس لأبعد مسافة

الأجهزة والأدوات: أرماح عدد (6)، شريط قياس طول 50سم، أقماع عدد (12) لتحديد قطاع الرمي.

طريقة الأداء: يقف المختبر من وضع الخطوات الخمس، يقوم بالركض ومن خطوات الخمس بالركض ثم الرمي لأبعد مسافة ممكنة.

التسجيل: عند سقوط الرمح في قطاع الرمي تسجيل المسافة ولأقرب جزء من سم.

ثالثاً: الرمح من اقتراب كامل (7: 93):

الغرض من الاختبار: قياس مسافة الرمي للإنجاز في الرمي.

الأجهزة والأدوات: ملعب لرمي الرمح، مسافة ممكنة للرمي، (12) قمعاً لتحديد قطاع الرمي للأداة.

طريقة الأداء: يقف المختبر من وضع الخطوات الاقتراب، يقوم بالركض ثم الرمي لأبعد مسافة ممكنة.

التسجيل: تسجل للرامي مسافة رمي الرمح ولأقرب جزء/ سم

2-5 التجربة الاستطلاعية: قامت الباحثة بتجربتها

الاستطلاعية بتاريخ 2025/1/26 على (2) من خارج عينة البحث ومن مجتمع الأصل، الغرض من هذه التجربة التحقق من الامور التالية:

1- معرفة المستغرق في تنفيذ الاختبارات.

2- التعرف على صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة.

3- تلافي الأخطاء التي من المحتمل حدوثها في التجربة الرئيسية.

4- التعرف على فريق العمل المساعد بطبيعة التجربة وكيفية تنفيذها.

2-6 الاختبارات القبلية: تم اجراء الاختبارات القبلية

بمساعدة فريق العمل المساعد في يوم 2025/1/27 بعد اجراء الاحماء والتهيئة تم اجراء اختبارات الرمي من الثبات والرمي من الخطوات الخمس والرمي من اقتراب كامل لمتطلبات أداء مراحل الرمي للفعالية

4-استخدام مبدأ المساعدين في العملية التعليمية.
5-استخدام طريقة الاختبارات الدورية.
وتم الانتهاء في يوم 2025/3/18 . أما فيما يخص المجموعة الضابطة فأعتمد على التعلم المعتاد داخل الكلية.

2-8 الاختبارات البعدية: تم اجراء الاختبارات البعدية في يوم 2025/3/19 بعد اجراء الاحماء والتهيئة تم اجراء اختبار قيد الدراسة.

2-9 الوسائل الاحصائية: استخدمت الباحثة الوسيلة الإحصائية (spss) لمعالجة البيانات الإحصائية من (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الوسيط، اختبار (T) للعينات المتناظرة، اختبار (T) للعينات غير المتناظرة).

3-عرض النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض وتحليل نتائج الفروق في اختبار (T)

للمجموعة الضابطة بين الاختبارين القبلي والبدي:

الجدول (3) يبين قيمة (ت) المحسوبة للاختبارين القبلي والبدي للمجموعة الضابطة بالأسلوب التقليدي

الاختبار	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البدي		ف	ف هـ	ت	الدالة المحسوبة
		س -	ع ±	س -	ع ±				
الرمي من الثبات	م/سم	15,5	1,12	15,7	1,32	3,34	0,61	8,44	معنوي
الرمي خمس خطوات	م/سم	17,455	1,30	22,64	1,02	2,21	0,987	2,239	معنوي
الرمي من اقتراب كامل	م/سم	28,650	0,674	30,313	0,666	0,500	0,016	3,00	معنوي

أظهرت القيمة الجدولية تحت درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0.05)

من الجدول (3) أن الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في متغير الرمي من الثبات (15.5) وبانحراف معياري (1.12) في الاختبار القبلي، أما المتوسط الحسابي للاختبار البدي كان (15.7) وبانحراف معياري (1.32)، أما قيمة (ف) كانت (3.34) أما قيمة (ف هـ) (0.61) أما قيمة T المحسوبة (1.44)، أما متغير الرمي خمس خطوات فكان المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (17.455)، أما الانحراف المعياري (1.30) أما في الاختبار البدي فكان المتوسط الحسابي (22.64) وبانحراف معياري (1.02) أما قيمة (ف) (2.21) وقيمة (ف هـ) (0.987)، أما قيمة T المحسوبة (2.219)، وعند دلالة معنوية، أما متغير الرمي من اقتراب كامل كان المتوسط الحسابي للدقة (28.650) وبانحراف

2-7 المنهج التعليمي: في يوم 2025/1/28-

2025/3/18 ولمدة (6) أسابيع (2) وحدة تدريبية في الأسبوع (الاثنتين والثلاثاء) للمجموعة التجريبية ولمدة (30) دقيقة من الوحدة الرئيسية أي أن مجموع الوحدات التعليمية تتضمن (360) دقيقة لمجموع الوحدات التعليمية لـ (6) أسابيع، تم تطبيق اسلوب لتعلم الاتقاني وفق مواضع مختلفة للأداء لعدة انواع وأماكن للرمي من قبل الباحثة (الرمي من الثبات لعدة مرات ومن خمس خطوات والرمي من اقتراب كامل، فأهم خطوة في التعلم الاتقاني هو تحديد تعاقب الخطوات، أما عن طريق وسائل مساعدة تعليمية للتعلم، وكل خطوة تبنى على الاستجابة التي يتم تحقيقها في الخطوة السابقة ويبنى ليؤدي إلى استجابة واحدة صحيح. أسلوب التعلم الاتقاني للمهارة ثم المهارة الأخرى.

وهو طريقة استقصائية بحثية ذاتية ولكنها موجه وتحت إشراف المدرس إذ يقوم بطرح اسئلة متتالية عليهم يقابلها استجابة حركية منهم، أي سؤال واحد من المدرس يتبعه استجابة واحدة، مجموعة من اسئلة متعاقبة يتبعها مجموعة استجابات حركية توجي إلى اكتشاف الحركة.

تم وضع التمرينات بحيث تتناسب مع خصائص المرحلة العمرية والمستوى المهاري للطلاب.

تم مراعاة مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب في تعليم مهارات الرمي والوصول إلى درجة الاتقان ومن ثم الرمي والوصول إلى درجة الاتقان تضمن المنهج وضع متغيرات التعلم الاتقاني استناداً على طريقة التعلم الاتقاني وبأسلوب التمرين المتغير هو الوصول إلى اتقان الأداء بالاعتماد على التكرار، ومعنى ذلك يتم تحديد عدد التكرارات حسب مستوى أداء الأفراد، وبالاعتماد على ذلك يتم اعطاء المتعلمين ضعيفي الأداء عدد تكرارات أكثر من المتعلمين المتميزين في الأداء لتلك المهارات وفق هذا الاسلوب من التعلم إذ وزع البرنامج التعليمي إلى مفردات الشدة والحجم والتكرار في أداء الوحدات التعليمية لأداء دقة هذه الرمي لأفراد العينة من الطلاب وتضمنت البرامج مبدأ:

- 1-استخدام مبدأ المجاميع الصغيرة التي تناسب الفروق الفردية.
- 2-استخدام مبدأ الوحدات التعليمية الاضافية للإقلال من الفروق الفردية.
- 3-استخدام مبدأ اشراك المتعلمين المتميزين في التعلم.

عند الجدول (5) لعرض النتائج كان المتغير في الرمي من الثبات في الاختبار القبلي الوسط الحسابي (15.711) لمجموعة التجريبية وانحراف معياري (1.59)، اما الضابطة فكان المتوسط الحسابي (15.5) وانحراف معياري (1.32)، أما قيمة t المحتسبة كانت (3.05) أما مستوى الخطأ (0.000) وبدلالة معنوية. أما متغير الرمي خمس خطوات للمجموعة التجريبية كان المتوسط الحسابي (17.650) وانحراف معياري (1.05) أما في المجموعة الضابطة فكان المتوسط الحسابي (22.64) وانحراف معياري (1.02)، أما قيمة t المحتسبة (7.23) أما مستوى الخطأ (0.002) وبدلالة معنوية، أما متغير الرمي من اقتراب كامل فكان المتوسط الحسابي للمتغير دقة الضربة للاختبار القبلي للمجموعة التجريبية (32.600) وانحراف معياري (0.966) أما في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية فكان المتوسط الحسابي (30.313) وانحراف معياري (0.666) أما قيمة T المحتسبة (4.967) أما مستوى الخطأ (0.001) وبدلالة معنوية

2-3 مناقشة النتائج:

من الجداول (3 و 4 و 5) يبين أن المتغيرات قيد الدراسة في استراتيجية اسلوب التعلم الاتقاني في مهارات الرمي قيد الدراسة للمجموعتين الضابطة والتجريبية أظهرت نتائج لصالح الاختبار البعدي وفق استخدام هذا الاسلوب وظهرت المجموعة التجريبية معنوية فروق للاختبارات البعدية أفضل من الاسلوب التقليدي المتبع في عملية التعلم، لذلك أظهرت أن الرمي من الثبات ونتيجة ازدياد الميزات وفق التعلم الاتقاني لأداء الرمي من الثبات وهي التحكم بالرمي (8: 313) ومن ذلك أثرت المتطلبات وفق هذا الاسلوب أثرت بشكل ايجابي لأداء الرمي خمس خطوات ونتيجة متماشية لما ظهر من تطور في قيم الرمي بخمس خطوات ومن ذلك التعامل المناسب لوضعية الرمي وقاعدة الارتكاز للاعب وعلاقة ذلك بالأجزاء الأخرى الخاصة بالجسم الذي يكون له دور فعال لأداء مهارة الرمي بالرمح بنجاح وفعالية. (9: 13-14)

أما متغير الرمي من الاقتراب كانت الفروق للاختبارات البعدية معنوية وفق هذا الاسلوب للمجموعة التجريبية قيد الدراسة، لذلك ظهرت نتائج خاصة بهذه القدرة لقوة وسرعة الرمي أظهرت

معياري (0.674) أما في الاختبار البعدي كان المتوسط الحسابي (3.313) وانحراف معياري (0.666) أما قيمة (ف) فكانت (0.500) أما قيمة (ف هـ) فكانت (0.016)، أما قيمة T المحسوبة (0.300) أما الجدولية (0.015) وبدلالة معنوية. الجدول (4) يبين معرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في الاختبارات للمجموعة التجريبية للقيم المحسوبة وقيمة (T) المحسوبة

الاختبار	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ف هـ	ت المحسوبة	الدالة
		س -	ع ±	س -	ع ±			
الرمي من الثبات	م/سم	14,00	1,08	15,711	1,59	0,617	8,44	معنوي
الرمي خمس خطوات	م/سم	17,650	1,11	23,74	1,05	0,328	13,87	معنوي
الرمي من اقتراب كامل	م/سم	29,900	0,674	32,600	0,966	0,152	8,310	معنوي

من الجدول (4) للمجموعة التجريبية كان المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي لمتغير الرمي من الثبات يبلغ (14.00) وانحراف معياري (1.08) أما في الاختبار البعدي فكان المتوسط الحسابي (15.711) وانحراف معياري (1.59) أما قيمة (ف) فكانت (5.21) أما (ف هـ) كانت (0.617) أما قيمة (ت) المحسوبة (8.44) وبدلالة معنوية، أما متغير الرمي من الخمس خطوات في الاختبار القبلي كان المتوسط الحسابي (17.650) وانحراف معياري (1.11) أما في الاختبار البعدي فكان المتوسط الحسابي (23.74) وانحراف معياري (1.05) أما قيمة (ف) (4.55) أما قيمة (ف هـ) (0.328) أما قيمة (ت) المحسوبة (13.87) وبدلالة معنوية، أما متغير الرمي من اقتراب كامل في الاختبار القبلي كان المتوسط الحسابي للدقة (29.900) وانحراف معياري (0.674)، أما في الاختبار البعدي فكان المتوسط الحسابي (32.600) وانحراف معياري (0.966) أما قيمة (ف) (1.300) وقيمة (ف هـ) (0.152) وقيمة (ت) المحسوبة (8.130) وبدلالة معنوية.

الجدول (5) يبين عرض وتحليل نتائج الفروق في قيمة اختبار (T) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المهارات قيد الدراسة لذلك يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة T المحتسبة	مستوى الخطأ	الدالة
	ع	س	ع	س			
الرمي من الثبات	15,711	1,59	15,7	1,32	3,05	0,000	معنوي
الرمي خمس خطوات	23,74	1,05	22,64	1,02	7,23	0,002	معنوي
الرمي من اقتراب كامل	32,600	0,966	30313	0,666	4,967	0,001	معنوي

[4] عبدالله عبدالرحمن الكندري ومحمد عبد الدائم؛ مدخل إلى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم، ط2: (الكويت، مطبعة الفلاح، 1999).

[5] مجلة المثنى لعلوم التربية الرياضية، المجلد الثاني، العدد الاول، الجزء الاول، 2013.

[6] آمال جابر ومحمود ابراهيم؛ تأثير اختلاف الشدة على بعض المتغيرات اليمانيكية المرتبطة بالتوافق الحركي لدى لاعبي كرة القدم بدولة البحرين: (بحث منشور في وقائع المؤتمر العلمي للرياضة العربية وطموحاتها المستقبلية/جامعة الامارات العربية، 1999).

[7] كمال عبدالرحمن درويش وآخرون؛ أسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد نظريات وتطبيقات: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998).

[8] علي زهير صالح؛ أثر استخدام تدريبات الاثقال والاليومترك على القدرة العضلية وبعض المهارات لدى لاعبي كرة القدم الشباب: (رسالة ماجستير، جامعة الموصل/كلية التربية الرياضية، 2005).

[9] سعدي لفته (آخرون)؛ الوسائل التعليمية: (بغداد، مطبعة وزارة التربية، 1982).

[10] رامي صالح حلاوة؛ تأثير خطوات الرمي الناقاطية على مستوى الإنجاز لرمي الرمح لدى طلبة كلية التربية الرياضية/الجامعة الأردنية: (رسالة ماجستير، 2009).

[11] طلحة حسين حسام الدين؛ الأسس الحركية والوظيفية للتدريب الرياضي: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1994).

[12] <https://en.wikipedia.org>

الارتقاء بالقوة والسرعة (أي الأداء بالقوة والسرعة) ورفع المستوى المهارى لعملية الرمي بالرمح وفق هذا الاسلوب من التعلم والتي يحتاج لها اللاعب من خلال ذلك يتفق مع أشار إليه كمال درويش وآخرون لتدريب الانقباض القصير بأقصى سرعة ممكنة (10: 220) ومن ذلك أتضح خلال استخدام اسلوب التعلم الاتقاني عندما يريد اللاعب رمي الرمح لمسافة بعيدة فإنه يحتاج إلى أن يتحرك لمسافة لا تعطي امكانية لهذه الحركة بل تكون معينة ومحدودة لا تعطي امكانية اخراج قوة ممكنة بأسرع ما يمكن (11: 62-63).

4-الخاتمة:

على وفق النتائج التي توصلت اليها الدراسة استنتجت الباحثة التالي:

- 1-أن اعتماد أسلوب التعلم الاتقاني له الأثر على تطوير قدرات الرمي في مراحل مختلفة قيد الدراسة لعينة البحث.
- 2-أن اعتماد اسلوب التعلم الاتقاني يعمل على تطوير مهارات الرمي المختلفة والانجاز قيد الدراسة لعينة البحث.
- 3-أن اعتماد أسلوب التعلم الاتقاني يعمل على تطوير الإنجاز الرمي بالرمح لدى افراد العينة.
- 4-أن أسلوب التعلم الاتقاني ساهم في تطوير انجاز الرمي وفق مراحل مختلفة لأفراد العينة.

على ضوء الاستنتاجات التي تم التوصل اليها توصي الباحثة بالتالي:

- 1-اعتماد التعلم الاتقاني لدى افراد العينة عند الاعتماد على مدرسي التربية الرياضية لتعلم المهارات الرمي بالرمح.
- 2-اعتماد التعلم الاتقاني في تعلم مهارات أخرى في فعاليات أخرى.
- 3-اجراء دراسات مشابهة لمهارات أخرى لفعاليات في العاب أخرى.

المصادر:

- [1] محمد عثمان؛ التعلم الحركي والتدريب الرياضي: (الكويت، دار القلم، 1987).
- [2] ظافر هاشم الكاظم لار، ومحمد حسن علاوي، ومحمد نصر الدين؛ الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1917).
- [3] علي سلوم، جواد كاظم؛ الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي: (جامعة القادسية، 2004).

الملاحق:

الملحق (1) يوضح نموذج لوحة تعليمية للتعلم الاتقاني لفعالية المراحل التعليمية لرمي الرمح

الراحة بين التكرارات	التكرارات	المفردات للأداء	الراحة بعد التكرارات	التكرارات	الفعالية
3-2د	5-3	رمي كرات طبية 3غم وكرات السوفت	3-2د	8-6 مرة	رمي الرمح من الثبات
4-3د	7-5	الرمي لكرات طبية 500غم	3-2د	8-6 مرة	الرمي من خمس خطوات
7-5د	5-4	الرمي لكرات طبية 500غم + كرات سوفت 50غم	3-د	6-5 مرة	الرمي من اقتراب كامل

تضمن البرنامج وحدات أسبوعية بمساعدة أدوات كرات طبية (500) غم مع كرات سوفت (50غم) مع حبال سحب مطاطية لوحدين أسبوعياً (الاثنين والثلاثاء) في وحدات تعليمية للأسلوب الاتقاني وفق شدة وحجم وراحة بين التكرارات وبين المجاميع لمدة (6) أسابيع.

