

تأثير استخدام اسلوب الاجزاء الصعبة في تحقيق المستوى الرقمي

في فعالية رمي الرمح للطالبات

أ. م. د. عقيل يحيى الاعرجي

جامعة الكوفة – كلية التربية للبنات

المخلص

هدفت الدراسة الى التعرف على تأثير استخدام اسلوب الاجزاء الصعبة في تعلم الاداء الفني وتحقيق المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح للطالبات، وتكونت عينة البحث من طالبات السنة الدراسية الاولى في قسم التربية الرياضية كلية التربية للبنات جامعة الكوفة والبالغ عددهن (28) طالبة، وبعد تكافئهما، قسمت الى مجموعتين متساويتين احدهما تجريبية واستخدم فيها اسلوب الاجزاء الصعبة والاخرى ضابطة استخدم فيها الاسلوب التقليدي في التعلم، ولمدة سبع وحدات دراسية. واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمتها وطبيعة البحث، وتمت معالجة البيانات احصائياً، واستنتج الباحث بان استخدام اسلوب الاجزاء الصعبة في فعالية رمي الرمح للطالبات تؤثر تأثيراً ايجابياً في تعلم الاداء الفني وتحقيق المستوى الرقمي.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

وفرت المدنية الحديثة الاسس العلمية لتطوير كافة الجوانب الحياتية للانسان التي شملت مجالات كثيرة منها مجال التربية الرياضية وخاصة العملية التعليمية لارتباطها بالعلوم الاخرى مثل علم الحركة والتشريح والفلسفة والبايوميكانيك وعلم النفس وغيرها، وذلك عن طريق دراسة واستخدام افضل السبل والوسائل لتحقيق الكفاية التعليمية والتأثير الايجابي في مواصفاتها اذ ان الاساس الذي تبنى عليه الفعاليات الرياضية هو تعلم المهارات لكل فعالية ومحاولة الوصول إلى الانجاز الافضل من خلال تنمية الصفات البدنية والحركية وتطوير الاداء الحركي "لقد شهد مجال التعلم الحركي تطوراً كبيراً من اجل تهيئة المواقف التعليمية بشكل يستثير دوافع الفرد المتعلم، والوصول إلى الهدف من العملية التعليمية، اذ ان عملية التعلم تركز على وسيلة مهمة لنقل المعلومات والمعارف من المدرس الى الطالب وهذه الوسيلة هي طريقة التعلم التي كلما كانت مناسبة تمت عملية التعلم بصورة افضل واسرع وبجهد اقل". (عثمان، 1980، 193)، فضلاً عن التغيرات التي تحدث في السلوك الحركي التي تنتج اساساً من عملية الممارسة الفعلية بهدف اكتساب الفرد المتعلم للصفات البدنية والحركية المختلفة، ونتيجة لهذه التغيرات والتطورات فقد تراجعت الطرائق والاساليب التقليدية التي كانت معتمدة في التعلم لتحل بدلا منها انماط واساليب تعليمية حديثة تركز على الفروق الفردية بين المتعلمين وعلى قدراتهم

وحاجاتهم ودوافعهم المتميزة ، ومنها أسلوب التعلم على وفق الاجزاء الصعبة من الطريقة الجزئية الذي يعد من الاساليب الحديثة في تعلم المهارات الحركية وخاصة في الفعاليات الفردية
ومن هنا تتجلى أهمية البحث والحاجة إليه في الكشف عن اثر التعلم بالأجزاء الصعبة المصاحب للأداء الفني في تحقيق المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح مقارنة بالأسلوب (التقليدي) .

2-1 مشكلة البحث

يعتمد التعلم الحركي على مدى تأثير الطرائق والاساليب التعليمية المعززة للأداء وتحقيق الانجاز في الفعاليات الرياضية للوصول إلى المستوى المطلوب في الاداء وضمن الزمن المقرر, لذا تعد اساليب التعلم ومن ضمنها اسلوب التعلم بالأجزاء الصعبة من الطريقة الجزئية من الجوانب الرئيسة في نجاح البرامج التعليمية . ومن خلال ملاحظة الباحث الميدانية المتواضعة بوصفه تدريسيا لمادة الساحة والميدان واطلاعه لآراء الخبراء والمختصين ، وملاحظته لطرائق تدريس الاساتذة الاخرين للمواد الدراسية الاخرى وحسب المنهج المقرر ، لاحظ ان الكثير منهم لم يأخذ بعين الاعتبار مبدأ التنوع في استخدام الاساليب التعليمية فضلا عن استخدام الاسلوب التقليدي في التعلم دون اللجوء إلى اساليب تعليمية اخرى وذلك لاختلاف وجهات نظر المدرسين وتجاربهم الشخصية في اختيار الانسب لتهيئة المتعلم للأداء الفني ومن ثم تحقيق المستوى الرقمي ، وعليه تحددت مشكلة البحث في محاولة تجريب استخدام الاسلوبين المتدرج (التقليدي) واسلوب التعلم بالأجزاء الصعبة من الطريقة الجزئية المصاحب لتعلم الاداء الفني في تحقيق المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح من اجل توظيف نتائج هذا البحث في خدمة العملية التعليمية والتدريبية في فعالية رمي الرمح وبالعاب الساحة والميدان .

3-1 هدفا البحث :

- 1- الكشف عن اثر استخدام اسلوب التعلم بالأجزاء الصعبة المصاحب لتعلم الاداء الفني في تحقيق المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح .
- 2- الكشف عن الفروق في تحقيق المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح بين مجموعتين البحث (التجريبية والضابطة) في الاختبارين القبلي والبعدي .

4-1 فرضيتا البحث :

- 1- يؤثر اسلوب التعلم بالأجزاء الصعبة المصاحب لتعلم الاداء الفني تأثيرا ايجابياً وفعالاً في تحقيق المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح .
- 2- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتين البحث التجريبية والضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي في تحقيق المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح ولمصلحة المجموعة التجريبية

5-1 مجالات البحث :

- 1- المجال البشري : طالبات السنة الدراسية الأولى في قسم التربية الرياضية - كلية التربية للبنات جامعة الكوفة .
- 2- المجال الزمني : للمدة من 2010/3/23 ولغاية 2011/5/19 .
- 3- المجال المكاني : الساحة الخارجية في قسم التربية الرياضية - كلية التربية للبنات جامعة الكوفة .

2- الاطار النظري:

1-2- أسلوب الاجزاء الصعبة من الطريقة الجزئية:

تعد الطريقة الجزئية في التعلم من اهم الطرائق الاساسية في مجال التعلم الحركي ، "وتعتمد هذه الطريقة مبدأ التدرج من الصعب الى السهل في تعلم المهارة الحركية ، ويتم تعليم كل جزء من عناصر المهارة بمفرده ولا يتم الانتقال الى الجزء الذي يليه الا بعد اتقانه بدرجة مناسبة ، وبعد استكمال تعلم اجزاء المهارة يتم اداؤها بشكلها الكامل ، وتتميز هذه الطريقة بكونها طريقة مناسبة لتعلم المهارات الحركية الصعبة ، كما انها تتناسب مع قدرات الفرد المتعلم وتمكنه من تفهم الاجزاء الصغيرة للمهارة الحركية ، كما انها سهلة الاخراج والتنفيذ لكل من المعلم والمتعلم" ، (شاكرا ، 2005 ، 73) .

ونقلا عن (الديري ، وبطانية ، 1987) فقد "اشار كل من (Singer) و(Bouger) وآخرون الى انه لا توجد طريقة مثالية لتدريس التربية الرياضية ، وان اختيار أية طريقة للتدريس يعتمد اعتمادا كلياً على الوضع التعليمي لكل بيئة" (الديري ، وبطانية ، 1987 ، 11).

وبرغم التركيز على عدد محدد من الطرائق والاساليب التعليمية الا ان هذا الاختيار يعتمد على معايير عدة او ضوابط وشروط يقتضيها تعلم المهارة الحركية الجديدة ، "فاختيار انسب الطرائق واكثرها اقتصادا بالوقت والجهد هو امر هام وجانب رئيس من جوانب الطريقة المستخدمة في تعليم الفعاليات والمهارات الرياضية في مجال درس التربية الرياضية" ، (صادق ، والهاشمي ، 1988 ، 53) .

لذا فان طرائق التعلم كثيرة ومتنوعة ، ولكل منها مواصفات فنية تميزها عن اقرانها ، والمهم هو القدرة على اختيار الطريقة المناسبة اعتماداً على العملية التعليمية ، والتي تتكون من عدة عناصر اساسية تؤثر وتتأثر بعضها ببعض ، ويمكن تحديدها في

(المعلم - المادة العلمية - المتعلم) ، فضلاً عن العناصر المساعدة الأخرى مثل الامكانيات المادية والبشرية والدعم المعنوي ، وما الى ذلك من مسببات النجاح .

والاهم من اختيار الطريقة هو اختيار الاسلوب المستخدم في التعليم ، فقد يستخدم معلمان الطريقة نفسها ولكن يبدو الاختلاف في اسلوب التعليم إذ ، "ان اساليب التعليم هي نفسها طرائق التعليم ، الا ان اساليب التعليم لها تطبيقات خاصة بمواد دراسية معينة وفي مستويات صافية معينة" ، (الحيلة ، 2001 ، 51) . "وفي الطريقة الجزئية يتم الانتقال فيها من الاجزاء الصعبة كأجزاء منفردة مع ارتباطها بالشكل العام للمهارة المتعلمة حتى يتم اتقانها " ، (خطابه ، 1997 ، 116) ، وهناك عدة اساليب لتعلم الاداء الفني اعتماداً على الجزء الذي علينا البدء بتعليمه . ومن خلال مراجعة الباحث للعديد من المصادر العلمية في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس . منها (الاعرجي) ، (التكريتي ، وآخران) ، (التك) ، تبين بان الطريقة الجزئية يمكن تنفيذها بعدة انماط أو أساليب في التعلم ، وهي :

- 1- الأسلوب التقليدي البسيط (المتدرج البسيط) .
- 2- الاسلوب التقليدي المتقدم (المتدرج المتقدم) .
- 3- أسلوب الاجزاء الرئيسية والهامة من الحركة .
- 4- الأسلوب العكسي البسيط .
- 5- الأسلوب العكسي المتقدم .
- 6- الأسلوب الموحد .

7- اسلوب الاجزاء الصعبة من الحركة ، (الاعرجي ، 1995 ، 17-19) ، (التكريتي وآخران ، 1998 ، 35) ، (التك ، 1998 ، 25-26) .

والذي يخص الباحث في موضوع دراسته هو أسلوب الأجزاء الصعبة من الحركة أو المهارة ، وهو الاسلوب الذي نبدأ بتعليم الجزء الصعب فيه أولاً ثم تعليم الجزء الثاني الذي يليه بالصعوبة ، "وبالإمكان تقسيم المهارة الى جزئين او ثلاثة اجزاء او اكثر والتدريب على المهارات حسب صعوبتها ومن ثم ربطها بالأداء الكلي ويستطيع المتعلم ان يتدرب على الجزء من المهارة ومن ثم يقوم بأداء الجزء الأقل صعوبة وهكذا وحسب ما يلاقي المتعلم من صعوبة ، ومن ثم ربط هذه الاجزاء بشكل متكامل" ، (Sage, 1984, 334) .

وهذا ما يؤكد (لايرش واخرون) "ان اعطاء الحركات الصعبة مبكراً للطالب يؤدي الى اتقانها ، ويؤدي الى تقدمه في اللعبة ، فضلاً عن أن مزاولتها المستمرة تساعد الطالب في اتقان مجاميع حركية معينة واكسابه قدرة وتوافق كبير تمكنه من اداء الحركات الصعبة" ، (لايرش ، واخرون ، 1973 ، 26) . ونقلنا عن (خويلة) فقد اشار (Singer) الى ان النظريات تدعم وتستطيع ان تجمع على ان التدريس يجب ان يكون من الصعب الى السهل ، (خويلة ، 1999 ، 161) .

ويذكر كل من (مجيد ، والانصاري) الى انه من المستحسن بدء القسم الرئيس من الدرس بالمهارات الاكثر صعوبة والتي ترتبط بتمرينات ذات تنسيق

معقد ، (مجيد ، والانصاري ، 2002 ، 23) "وهناك اساليب عديدة لمعرفة الاجزاء أو الاقسام الصعبة من الحركة أو المهارة وكما يأتي :

1- عرض الحركة من قبل النموذج أو باستخدام الرقائق السيمية أو اشرطة الفيديو تيب ، ويطلب من العينة التي سيتم تعليمها بتحديد الاجزاء الصعبة التي يتوقعون مواجهتها في أثناء الأداء في هذا الجزء ويتم ذلك عن طريق الاستبيان أو المقابلة .

2- من خلال تطبيق المهارة أو الفعالية من قبل العينة ليكتشف المعلم الاجزاء الصعبة التي تعاني منها العينة .

3- يتم تحديد الاجزاء الصعبة على وفق درجات الصعوبة من خلال الخبراء والمختصين في مجال الفعالية عن طريق الاستبيان أو المقابلة الشخصية" ، (الاعرجي ، 1995 ، 17).

ويرى الباحث بأنه قد لا يكون الجزء الصعب هو الجزء المهم من الحركة ، وقد يكون الجزء صعب لفرد وسهل لفرد آخر بسبب الفروق الفردية ، وقد يكون الجزء صعب ومهم في الوقت نفسه من الحركة ، وقد يكون الجزء صعب في بداية الحركة أو نهاية الحركة ، ومهما كانت طريقة الاختيار للأجزاء الصعبة وكيفية تطبيقها فان هذا الاسلوب من الاساليب الحديثة في التعلم الذي لم يستخدم على حد علم الباحث في مجال العاب الساحة والميدان وخاصة في فعالية رمي الرمح.

3- إجراءات البحث

3-1 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث

3-2 مجتمع البحث وعينته :

تكون مجتمع البحث من طالبات السنة الدراسية الأولى في قسم التربية الرياضية - كلية التربية للبنات - جامعة الكوفة والبالغ عددهن (26) طالبة ، وهن عينة البحث تم اختيارهن بالطريقة العشوائية بعد أن تم تقسيمهم إلى مجموعتين ، المجموعة الأولى وعددها (13) طالبة سميت بالضابطة والمجموعة الثانية وعددها (13) طالبة سميت بالتجربة . والجدول (1) يوضح ذلك .

جدول (1)

يوضح عدد أفراد العينة والأساليب المستخدمة في التعلم

المجموعة	الاسلوب	عدد الطالبات
الضابطة	التعلم بالأسلوب التقليدي	13
التجريبية	التعلم بأسلوب الأجزاء الصعبة	13
المجموع		26

3-3 تكافؤ مجموعتي البحث :

تمت عملية التكافؤ بين مجموعتين البحث لضبط المتغيرات الآتية :

- 3-3-1 العمر الزمني مقاساً بالسنة .
 3-3-2 الطول مقاساً بالسنتيمتر .
 3-3-3 الكتلة مقاساً بالكيلوغرام .
 والجدول (2) يوضح ذلك .

الجدول (2)

يوضح دلالة الفروق لمجموعتي البحث في متغيرات العمر والطول والكتلة

قيمة (ت) * المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المعالم الاحصائية المتغيرات
	ع +	س	ع +	س	
0.81	0.11	18.11	0.8	18.9	العمر / سنة
1.03	7.33	168.55	5.88	163.30	الطول / سم
1.98	6.56	63.25	4.81	60.50	الكتلة / كغم

* قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ (0,05) ودرجة حرية (24) = 2,08

يتضح من الجدول (2) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتين البحث في المتغيرات التي تم ضبطها , مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات المذكورة.

4-3 عناصر اللياقة البدنية والحركية :

استخدام الباحث تحليل المحتوى للمراجع العلمية في مجال بحثه ، وقد استخلصا مجموعة من عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في تحقيق المستوى الرقمي من فعالية رمي الرمح واسفر التحليل عند تحديد العناصر الآتية :

1- القوة العضلية وتشمل (القوى القصوى ، القوة الانفجارية ، مطاولة القوة)

2- السرعة وتشمل (السرعة الانتقالية ، السرعة الحركية) .

3- المطاولة وتشمل (مطاولة القوة ، مطاولة السرعة) .

4- المرونة . 5- الرشاقة . 6- الدقة . 7- التوازن .

ثم قام الباحث بعرضها في صورة استبيان الملحق (1) على عدد من المختصين (1) في التدريب الرياضي والتعلم الحركي واللاعب الساحة والميدان يهدف تحديد أهم عناصر الصفات البدنية والحركية المؤثرة في تحقيق المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح وأهم الاختيارات البدنية لقياسها ، وكانت حصيلة آرائهم على الصفات والاختبارات البدنية الأكثر تكراراً وكالاتي :

- 1 أ.م.د محمد خضر اسمر كلية التربية الرياضية – جامعة الموصل .
 أ.م. د محمد جاسم الخالدي كلية التربية للبنات – قسم التربية الرياضية – جامعة الكوفة.
 أ.م. د، حيدر ناجي حبش كلية التربية الرياضية , جامعة الكوفة .

1- القوة الانفجارية للأطراف العليا :

تم قياسها باختبار رمي الكرة الطبية زنة (3)كغم من وضع الجلوس على الكرسي من الثبات .
(الحكيم ، 2004 ، 95)

2- القوة الانفجارية للأطراف السفلى :

تم قياسها باختبار القفز العريض من الثبات (الحكيم ، 2004 ، 91)

3- المرونة :

تم قياسها باختبار ثني الجذع للإمام اسفل من وضع الوقوف (الحكيم ، 2004 ، 131)

4- التوازن :

تم قياسها باختبار الوقوف بالقدم الواحدة على المنصة (وقوف اللقلق) ولأطول زمن بالثانية ، (علاوي،
ورضوان ، 1989 ، 365)

والجدول (3) يوضح نتائج التكافؤ بين مجموعتي البحث في اختبارات عناصر الصفات البدنية والحركية المختارة والاداء الحركي لفعالية رمي الرمح .

الجدول (3)

يوضح دلالة الفروق لمجموعتين البحث في بعض عناصر الصفات البدنية والحركية المختارة والاداء الحركي لفعالية رمي الرمح

قيمة (ت) * المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المتغيرات المعالم الاحصائية
	ع +	س	ع +	س	
1.81	0.95	6.70	1.20	7.45	القوة الانفجارية للأطراف العليا / متر
0.88	0.80	1.29	0.90	1.42	القوة الانفجارية للأطراف السفلى / متر
0.98	1.99	14.06	1.66	12.27	المرونة / سم
1.10	6.19	2.99	0.75	5.92	التوازن الثابت / ثانية
1.67	2.20	14.93	2.18	13.11	رمي الرمح / متر

* قيمة (ت) الجدولية عند سنا خطأ (0,05) ودرجة حرية (24) = 2,08

يتضح من الجدول (3) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتين البحث في المتغيرات التي تم ضبطها .

4-3 التصميم التجريبي:

استخدم الباحثان التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم تصميم المجموعات العشوائية الاختيار

ذات الاختيار القبلي والبعدي المحكمة الضبط " (الزوبعي ، والغنام ، 1981 ، 112)

5-3 وسائل جمع البيانات:

1- استمارة الاستبيان 2 - المصادر والمراجع العربية

6-3 الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

- 1- ساعة توقيت عدد (4) .
- 2- ميزان طبي دقيق لقياس الاوزان مع مقياس متدرج لقياس الاطوال .
- 3- شريط قياس متري بطول (50) م .
- 4- رمح عدد (15) باوزان مختلفة .
- 5- شواخص عدد (10) .
- 6- طباشير + بورك .
- 7- كرات طبية بأوزان مختلفة عدد (3) .

7-3 متغيرات البحث وكيفية ضبطها:

"ان من خصائص العمل التجريبي ان يقوم الباحث متعمدا بمعالجة عوامل معينة تحت شروط مضبوطة ضبطا دقيقا لكي يتحقق من كيفية حدوث حالة او حادث ويحدد اسباب حدوثها" . (فان دالين ، 1984 ، 348) ، وحددت المتغيرات في هذه التجربة كالآتي :

أ- المتغيرات المستقلة :

"المتغير المستقل هو العامل أو السبب الذي يطبق بغرض معرفة أثره على النتيجة" (العساف ، 1989 ، 306) ، وتتمثل المتغيرات المستقلة للبحث فيما يأتي :

- اسلوب الاجزاء الصعبة والاسلوب المتدرج (التقليدي) في التعلم

ب- المتغيرات التابعة :

"هو المتغير الذي يتغير ويتأثر نتيجة المتغير المستقل" ، (عويس ، 1999 ، 125) ، ويتمثل بالمتغيرات الآتية :

- تحقيق المستوى الرقمي (الانجاز) في فعالية رمي الرمح.

8-3 البرنامج التدريبي المقترح :

من خلال الدراسات النظرية للمراجع العلمية (محبوب، 1989، 155-117) (عثمان 1990 ، 480-490) ، وبالرجوع إلى المختصين⁽²⁾ في مجال الساحة والميدان والتعلم الحركي والتدريب الرياضي ، تم استخدام اسلوب الاجزاء الصعبة المصاحب لتعلم الاداء الفني وقد استغرق تنفيذ البرنامج (7) اسابيع خلال الفصل الدراسي الأول للفترة من 23 /3/ 2009 ولغاية 19/5/2008 وبمعدل (7) وحدات تعليمية لكل مجموعة ، وبواقع وحدة تعليمية في كل أسبوع ، زمن الوحدة التعليمية الواحدة (90) دقيقة ، وقد تضمن البرنامج التعليمي ، النشاط الإداري والتنظيمي والاحماء العام والخاص والنشاط التعليمي (شرح

² نفس المختصين السابق ذكرهم في اختبارات الصفات البدنية والحركية .

وعرض الفعالية) ، ثم النشاط التطبيقي (تطبيق اجزاء فعالية رمي الرمح على وفق اسلوب الاجزاء الصعبة المصاحب للأداء الفني) ، ثم النشاط الختامي ، الملحق (2) .

9-3 طريقة تحديد الاجزاء الصعبة في تعلم الاداء الفني في فعالية رمي الرمح:

في ضوء تحليل المراجع العلمية ، وهي (Carl, 1976) ، (الجبالي ، 1989) ، (حسين، وآخران، 1990)، (الربضي، 1998)، (Journal of sports Sciences, 2001) واعتمادا على اقسام البناء الظاهري للفعالية تم تقسيم مهارة قذف الثقل الى ما يأتي :

1- القسم التحضيري

أ. مسك وحمل الرمح .

ب. الوضع الابتدائي (الاستعداد) .

ج. الركضة التقريبية.

2- القسم الرئيسي

أ. خطوات الرمي

ب. وضع الرمي (وضع القوة) .

ج. الرمي (الاطلاق).

3- القسم الختامي

التغطية والتوازن .

قام الباحث بإعداد الاستبيان لهذا الغرض ، الملحق (3) ، وتم عرضه على الخبراء والمختصين (3) في مجال ألعاب الساحة والميدان والتدريب الرياضي والتعلم الحركي بهدف تحديد قيم الاجزاء الصعبة واعطاء درجة لكل جزء حسب صعوبته ، وكانت النتائج التي حصل عليها الباحث لنسبة الاتفاق 85% من آراء الخبراء والمختصين، فكان تسلسل تحديد الاجزاء الصعبة في تعلم الاداء الفني على وفق اسلوب الاجزاء الصعبة في فعالية رمي الرمح مبتدأ من التسلسل رقم (1) وهو الجزء الأصعب والى التسلسل رقم (7) وهو الجزء الاقل صعوبة ، كما موضح في الجدول (4) .

الجدول (4)

يبين تسلسل تحديد الاجزاء الصعبة في تعلم الاداء الفني في فعالية رمي الرمح

الرقم	البناء الحركي الظاهري	درجة الصعوبة لكل جزء
1	القسم التحضيري :	
	أ. مسك وحمل الرمح	7
	ب. الوضع الابتدائي (الاستعداد)	6
	ج. الركضة التقريبية	5
2	القسم الرئيسي :	
	أ. خطوات الرمي	3
	ب. وضع الرمي	2

³ نفس المختصين السابق ذكرهم في اختبارات الصفات البدنية والحركية

1	ج. الرمي (الاطلاق)	
	القسم الختامي :	3
4	التغطية والتوازن	

10-3 طريقة تنفيذ البرنامج المقترح :

- 1- تعليم مجموعتي البحث المادة التعليمية نفسها المشمولة بالبحث ، مع مراعاة مبدأ التساوي في عدد التكرارات عند تعليم الاداء الفني لفعالية رمي الرمح.
- 2- تعليم المجموعة الضابطة الاداء الفني لفعالية رمي الرمح باستخدام الاسلوب المتدرج التقليدي مبتدأ من الجزء الاول في الوحدة التعليمية الاولى وبالتدرج الى الجزء الختامي من الفعالية .
- 3- تعليم المجموعة التجريبية الاداء الفني لفعالية رمي الرمح باستخدام اسلوب الاجزاء الصعبة المصاحب لتعلم الاداء الفني, إذ يقوم المدرس بشرح الواجب الحركي للوحدة التعليمية بعد تقسيم الاجزاء الحركية للفعالية وعرضها على المختصين لاختيار اصعب الاجزاء الحركية من وجهة نظرهم ومن ثم البدء بتعليم الجزء الصعب في الوحدة التعليمية الاولى ومن ثم الجزء الاقل صعوبة .. وهكذا الى الانتهاء الى الجزء الاقل صعوبة من الفعالية .

11-3 تنفيذ اختبارات القياس القبلي والبعدي للمستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح

للمجموعتين التجريبية والضابطة

قبل البدء بتطبيق الوحدة التعليمية الاولى على مجموعتين البحث ، تم اعطاء وحدة تعليمية واحدة لعينة البحث حول الخطوات الأساسية للأداء الفني من قبل مدرس المادة ، فضلاً عن الاداء العملي وبواقع (3) رميات لكل طالبة قبل الشروع بالاختيار القبلي ، وباستخدام الأسلوب التقليدي في التدريس ، مع تفسير بعض أهم مواد القانون الدولي للطالبات ، وبعد ذلك تم إجراء الاختبار القبلي على أفراد العينة ، وذلك عن طريق اعطاء (3) محاولات لكل طالبة ، وباستخدام رمح زنه (400) غم ، وذلك بتاريخ 2007/3/19 ، إذ تم تقويم القياس للمستوى الرقمي لكل أفراد العينة .وبعد الانتهاء من تطبيق برنامجي المجموعتين الضابطة والتجريبية، تم تنفيذ الاختبارات البعدية لقياس المستوى الرقمي في فعالية قذف النقل لطالبات السنة الدراسية الاولى، وذلك بتاريخ 2010/5/23، وبعدها تم جمع البيانات لمعالجتها احصائيا .

12-3 الوسائل الاحصائية :

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- اختيار "ت" لمتوسطين مرتبطين ولعينتين متساويتين .

- اختيار "ت" لمتوسطين غير مرتبطين ولعينتين متساويتين . (وديع، وحسن، 1999-280)

4- عرض النتائج ومناقشتها :

1-4 عرض النتائج

1-1-4 عرض نتائج المقارنة القبليّة البعدية للمجموعة الضابطة لاختيار قياس المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح.

الجدول (5)

يوضح دلالة الفروق بين الاختيارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لاختبار قياس المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح.

قيمة (ت) *	البعدي		القبلي		المتغيرات
	ع +	س	ع +	س	
المحسوبة					المستوى
1.98	2.15	16.24	2.18	13.11	الرقمي / م

* معنوي عند نسبة خطأ 0.05 ودرجة حرية (24) ، قيمة "ت" الجدولية (2.08)

يتضح من الجدول (5) أن قيمة "ت" المحسوبة في اختبار لقياس المستوى الرقمي بلغ (1.98) وهي اصغر من قيمة "ت" الجدولية عند نسبة خطأ > 0.05 ، ودرجة حرية (24) والبالغة (2,08) ، الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة .

2-1-4 عرض نتائج المقارنة القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لاختبار قياس المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح.

الجدول (6)

يوضح دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار لقياس المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح .

قيمة (ت) *	البعدي		القبلي		المتغيرات
	ع +	س	ع +	س	
المحسوبة					المستوى
4.81	3.60	19.12	2.20	14.93	الرقمي / م

* معنوي عند نسبة خطأ 0.05 ودرجة حرية (24) ، قيمة "ت" الجدولية (2.08)

يتضح من الجدول (6) أن قيمة "ت" المحسوبة في اختبار لقياس المستوى الرقمي بلغ (4.81) وهي اكبر من قيمة "ت" الجدولية عند نسبة خطأ > 0.05 ، ودرجة حرية (24) والبالغة (2,08) ، للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي .

3-1-4 عرض نتائج المقارنة البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لاختبار المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح.

الجدول (7)

يوضح دلالة الفروق لمجموعتي البحث في الاختبار البعدي لقياس المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح.

قيمة (ت) * المحسوبة	البعدي التجريبية		البعدي الضابطة		المعالم الاحصائية المتغيرات
	ع +	س	ع +	س	
3.75	3.60	19.12	2.15	16.24	المستوى الرقمي / م

* معنوية عند نسبة خطأ > 0.05 ، ودرجة حرية (24) ، قيمة "ت" = 2.08

يتضح من الجدول (7) أن قيمة "ت" المحسوبة في اختبار قياس المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح بلغت (3.75) ، وهي اكبر من قيمته "ت" الجدولية عند نسبة خطأ 0,05 ودرجة جريه (24) والبالغة (2,08) ، ولما كانت القيمة المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية ، أذن توجد فروق ذات دلالة معنوية في اختبار قياس المستوى الرقمي للمجموعتين التجريبية والضابطة ولمصلحة المجموعة التجريبية والتي استخدمت اسلوب الاجزاء الصعبة المصاحب لتعلم الاداء الفني لفعالية رمي الرمح.

2-4 مناقشة النتائج

يتضح من خلال نتائج الجداول (7,6) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات المجموعة الضابطة والتجريبية ، والمصلحة المجموعة التجريبية ، التي استخدمت اسلوب الاجزاء الصعبة المصاحب لتعلم (الاداء الفني) لفعالية رمي الرمح ، وهذا ما يحقق فرضيتا البحث، وعليه يمكن القول أن استخدام اسلوب الاجزاء الصعبة المصاحب لتعلم الاداء الفني في فعالية رمي الرمح ، يؤدي إلى تطوير الخطوات الفنية ومما أدى إلى تحقيق المستوى الرقمي ، وهذه نتيجة طبيعية ، إذ أن الاسلوب الصعب يعمل على تحسين وتطوير الاداء العملي ويقلل من زمن التعلم ، فضلاً عن تثبيت القدرات الحركية ، والتفاعل الايجابي بين كل متطلبات العملية التعليمية ، لاستغلال الجوانب التعليمية من حيث استخدام افضل الاساليب التعليمية في تفاصيل اجزاء المهارة (الفعالية) المطلوب تنفيذها في الوحدة التعليمية احدث تقدماً ملحوظاً في المستوى الرقمي للطلبات ربما كان له التأثير الايجابي في تسهيل وتسريع عملية التعلم نظراً لما احتواه من تنوع في الحركات التوافقية والتكرارات المناسبة التي تخدم الجانب الفني ، فضلاً عن دور التغذية الراجعة (التصحيحية والتقييمية) من قبل المدرس في عملية تصحيح الأخطاء من أجل المقارنة بين ما تم وما يجب أن يتم ، إذ أن الطالب عند أدائه للجزء الصعب من الحركة أولاً يشعر بتحدٍ وارتياح شديدين ، على أن الجزء الثاني الذي يلي الجزء الصعب هو أسهل من الجزء الذي تعلمه ، وان هذا الشعور يؤدي بالطالب إلى حافز نفسي ومعنوي لأداء الفعالية بإتقان جيد ، "لان تلك المهمة الصعبة تحتاج إلى قدرات بدنية وحركية وعقلية اكبر ، تم تحفيزها بعد أداء الفعالية الصعبة ، فهي في

كامل نشاطها وقدراتها على استقبال الأداء وتعلم فعالية سهلة لا يرهقها أداء وقدرة بدنية وحركية" ، (خويله ، 1999 ، 36) ، والطالبة في هذه الدراسة وضعت جميع قدراتها لتعلم الجزء الصعب محاولة منها اجتياز الحاجز النفسي ، مما ساعد في تسريع العملية التعليمية ، إذ يذكر (التك) "إن تعلم الجزء الصعب من المهارة أو الحركة يعدّ مفتاح الحركة لأنه يمثل أصعب ما موجود في المهارة ، فتعلمه في بداية مرحلة التعلم يسهل تعلم الأجزاء الأخرى من الحركة" ، (التك ، 1998 ، 100) ، وإما المجموعة الضابطة التي طبقت الأسلوب التقليدي والتي ظهر تحسن غير معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي في النتائج ، فيعزو الباحث سبب ذلك إلى غياب دور الاسلوب الحديث المصاحب لأداء الفني ، في تحليل المجموعات الفعلية العاملة في الاداء الحركي ، إذ أن الغاية والهدف الأساسي للأداء المتميز في فعالية رمي الرمح هو الحصول على أفضل انجاز رمي الرمح إلى ابعد مسافة ممكنه وذلك من خلال استغلال جميع الطاقات البدنية والمهارية ، وتعد فعالية رمي الرمح من المهارات المغلقة ، وتنفذ تحت ظروف محيطية ثابتة والتي تتطلب الدقة في الاداء ، إذ يشير (عنان وباهي) "إلى أن المهارات المغلقة هي المهارات التي ليست لها متطلبات بيئية عديدة وان كان لها بعض المتطلبات فهي متوقعة مثل (رمي الرمح) ، ويعتمد التفوق فيها على أسلوب الاداء الشخصي الذي يستخدمه اللاعب وقدراته البدنية ، ويتصف بالمهارة عند اهماله لعدد من الاشارات والتعليمات القادمة من البيئة الخارجية ، وكذلك عند تخصيص جزء كبير من الوقت في التدريب على المهارة ، وخاصة في بداية فترة التعلم لبناء الشكل الحركي وحتى تصبح عادة حركية ويخيم على العادات الحركية الملائمة لإتقان المهارة استعداد لمقابلة المتطلبات المتوقعة" . (عنان ، باهي ، 2001،35) .

وبالرغم من النتائج الايجابية التي تم الحصول عليها في هذه الدراسة ، إلا أن اعتقاد الباحث بان المستوى الرقمي للعينية الذي تم الحصول عليها لم تصل إلى المستوى المطلوب ، وخاصة للمجموعة الضابطة إذ لم يتجاوز متوسط المسافة إلى (16.24 م) وهذه المسافة في الانجاز تعد متوسطة إلى حد ما بالنسبة للطالبات في قسم التربية الرياضية ، والسبب في ذلك إلى أن درس التربية الرياضية والذي عادة يكون خاصة بالتعليم ولوحدة تعليمية واحدة في الأسبوع لفصل دراسي واحد كما في المنهج الخاص بأقسام وكليات التربية الرياضية في فعالية رمي الرمح لا يكفي في تنمية وتحسين الجوانب الأساسية في العملية التعليمية ، وإنما يحتاج هذا التحسن إلى ساعات تعليمية وتدريبية اضافية ، فضلاً عن أن التعليم بنظام الفصول في الجامعات يعتمد على نظام الساعات المقررة ، وان هناك وقتاً محدداً للوصول إلى حدود التمكن في الفعالية أو تجاوزها بدون تمكن ، إذ يتم بعدها الانتقال إلى الجزء الأخر للفعالية أو فعالية أخرى ، وذلك لوجود عدد معين من الفعاليات المقررة تعلمها خلال الفترة الزمنية المحددة لكل فصل دراسي في العاب الساحة والميدان .

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

1- يؤثر اسلوب الاجزاء الصعبة المصاحب لتعلم الاداء الفني تأثيراً ايجابياً في تحقيق المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح وهذا ما يحقق فرضية البحث الأولى .

- 2- حققت المجموعة التجريبية فروقاً معنوياً في تحقيق المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح قيد البحث بين الاختبارين القبلي والبعدي مقارنة بالمجموعة الضابطة ولمصلحة الاختبار البعدي وهذا ما يحقق فرضية البحث الثانية .
- 3- لم تحقق المجموعة الضابطة فروقاً معنوية في الاختبارين القبلي والبعدي في تعلم الاداء الفني وتحقيق المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح.

2-5 التوصيات :

- 1- أهمية استخدام أسلوب الأجزاء الصعبة المصاحب لتعلم الأداء الفني في تحقيق المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح.
- 2- تأكيد استخدام أسلوب الاجزاء الصعبة المصاحب لتعلم الأداء الفني من قبل مدرسي التربية الرياضية ومدربي الاندية والمنتجات الوطنية .
- 3- إجراء دراسات وبحوث مشابهه على فعاليات رياضية مختلفة .

المصادر العربية والاجنبية :

1. الاعرجي ، عقيل يحيى هاشم ، (2006) : اثر استخدام التمرينات البنائية والتمهيدية والمركبة في تعلم الاداء الفني وتحقيق المستوى الرقمي في فعالية قذف الثقل ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الموصل .
2. بلوم ، بنيامين ، وآخرون ، (1983) : "تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني" ، (ترجمة) محمد أمين مفتي ، القاهرة .
3. النك ، قتيبة زكي ، (1998) ، "تأثير استخدام أساليب تعليمية من الطريقة الجزئية في اكتساب واحتفاظ بعض مهارات الجمناستك ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .
4. التكريتي ، العبدى (1999) : التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل .
5. التكريتي ، وديع ياسين ، وآخران ، (1998) : "أثر استخدام طرائق وأساليب مختلفة في تعليم فن أداء رفعة الخطف" ، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية ، المجلد الرابع ، العدد الحادي عشر ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .
6. الجبالي ، عويس ، (1989) : "العاب القوى" ، جامعة حلوان ، القاهرة .
7. حسين ، قاسم حسن ، (1979) : "التدريب الميداني في الرمي والقذف للفتيان" ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد .
8. الحكيم علي سلوم جواد ، (2004) : الاختيارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة القادسية .
9. الحيلة ، محمد محمود ، وآخران ، (2001) : "طرائق التدريس واستراتيجياته" ، ط1 ، دار الكتاب الجامعي العين ، الامارات العربية المتحدة .
10. خطابية ، أكرم سعيد ، (1997) : "المناهج المعاصرة في التربية الرياضية" ، ط1 ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان - الأردن .
11. الديري ، علي ، (1987) : "أصول التمرينات الرياضية وطرق تدريسها" ، دار الأمل للنشر ، جامعة اليرموك ، الأردن .

12. الربضي ، كمال جميل ، (1998) : "الجديد في ألعاب القوى" ، دائرة المطبوعات والنشر ، الأردن .
13. الزوبعي ، عبد الخليل ، الغنام ، محمد احمد (1981) : مناهج البحث في التربية ، ح 1 ، مطبعة التعليم العالي ، جامعة بغداد .
14. شاكر ، نبيل محمود ، (2005) : "علم الحركة (التطور والتعلم الحركي)" ، كلية التربية الأساسية ، جامعة ديالى .
15. صادق ، غسان محمد ، والهاشمي ، فاطمة ياس ، (1988) : "الاتجاهات الحديثة في طرق تدريس التربية الرياضية" ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل .
16. عثمان ، محمد عبد الغني (1987) : التعلم الحركي والتدريب الرياضي ، ط 1 ، دار القلم للنشر والتوزيع ، الكويت .
17. عثمان ، محمد عبد الغني ، (1980) : "أثر كل من الطريقتين الكلية والجزئية في تعلم الملاكمة للمبتدئين" ، مجلة دراسات وبحوث ، المجلد الثالث ، جامعة حلوان ، القاهرة .
18. عثمان محمد ، 1990 : موسوعة ألعاب القوى ، ط 1 ، دار التعلم للنشر والتوزيع ، الكويت .
19. العساف ، صالح محمد ، (1989) : "المدخل الى البحث في العلوم السلوكية" ، ط 1 ، العبيكان للطباعة والنشر ، الرياض – السعودية .
20. علاوي ، محمد حسن ، (1972) : "علم التدريب الرياضي" ، دار المعارف ، مصر .
21. علاوي ، محمد حسن ، ورضوان ، محمد نصر الدين ، (1989) " اختيارات الاداء الحركي" ، ط 2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
22. عنان ، حمود عبد الفتاح ، وباهي ، ومصطفى حسين ، (2001) : "مقدمة في علم النفس الرياضي" ط 2 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
23. عنان ، محمود عبد الفتاح ، وباهي ، مصطفى حسين ، (2001) : "مقدمة في علم النفس الرياضي" ، ط 2 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
24. عويس ، خير الدين علي ، (1999) : "دليل البحث العلمي" ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
25. فان دالين ، ديوبولد ، ب ، (1984) : "مناهج في التربية وعلم النفس" ، ط 2 ، (ترجمة) محمد نبيل نوفل وأخران ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
26. محجوب ، وحيد ، (1989) : " علم الحركة (التعلم الحركي) " ، مطابع دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل .

27- Journal of Sports Science, School of exercise & Sport Science, University of Sydney, Australia, 2001.

28- Journal of Sports Science, School of exercise & Sport Science,

29- University of Sydney, Australia, 2001.

الملحق (1)

"استبيان آراء المختصين حول تحديد عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في تحقيق المستوى الرقمي من فعالية رمي الرمح للطالبات.

الأستاذ الفاضل المحترم

يقوم الباحثان بإجراء البحث الموسوم " تأثير استخدام اسلوب الاجزاء الصعبة في تحقيق المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح للطالبات

" على طالبات السنة الدراسية الأولى في قسم التربية الرياضية - كلية التربية للبنات ، ونظراً لما تتمتعون به من دراية في هذا المجال ، لذا يرجى تأشير أهم عناصر اللياقة البدنية وأهم الاختيارات البدنية لقياسها والمؤثر في تحقيق المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح.

الصفات والاختيارات البدنية والحركية

ت	الصفات البدنية	الاختيارات البدنية	وحدة القياس
1	القوة القصوى للأطراف العليا	أ- السحب على العقلة بإضافة أقصى ثقل إلى الجسم . ب- ضغط من الاستلقاء على مصطبة بريس لمرة واحدة	كغم كغم
2	القوة الانفجارية للأطراف العليا	أ- رمي كرة طيية زنة (3)كغم لأقصى مسافة بالذراعين من وضع الوقوف بدون مرجحة الجذع أو ثني الرجلين ب- رمي كرة طيية زنة (3)كغم لأقصى مسافة بالذراعين مع الجلوس على الكرسي وتثبيت الصدر .	كغم كغم
3	القوة الانفجارية للأطراف السفلى .	أ- الوثب الطويل من الثبات ب- الوثب العمودي من الثبات(سرجنت)	متر
4	مطاوله القوة للعضلات للأطراف العليا	أ- ثني ومد الذراعين من وضع الاستناد تكرر الامامي (شناو) حتى التعب .	تكرار
5	السرعة الانتقالية	أ- ركض 30م من بدء العالي ب - ركض 20م من الوقوف	ثانية ثانية
6	الرشاقة	أ- الجري المكوثي 4×9متر ب- اختيار بارو (3×4,5)	ثانية ثانية
7	التوازن الثابت	أ- الوقوف بالقدمين طويلاً على العارضة ب- الوقوف بالقدم الواحدة على المنصة (وقوف اللقلق)	ثانية ثانية
8	مرونة الجذع والعضلات الخلفية للجسم .	أ- ثني الجذع من الجلوس الطويل ب- ثني الجذع من الوقوف أمام - أسفل على المنصة	سم سم
9	إضافة أي صفة بدنية أو حركية أو اختيار آخر ترونه مناسباً		

ملحق (2)

المرحلة الدراسية: الأولى	نموذج مقترح لوحدية تعليمية لتعليم فعالية رمي الرمح بأسلوب الاجزاء الصعبة	الوحدة التعليمية
عدد الطالبات : 13 طالبة	الهدف التربوي: تحويد الطالبات على النظام والانضباط والشجاعة	السابعة
المجموعة : الضابطة و التجريبية	الهدف التعليمي: تعلم الإحساس بالرمح ومسكه وحمله	التاريخ: / /
		زمن المحاضرة: 90
		قيمة

الملاحظات	الفعاليات (المهارات)	الوقت/د	أقسام الوحدة التعليمية
× × × × × × × × × × (×)	الحظورالى الساحة واخذ الغيايات وتهيئة الادوات وترديد التحية الرياضية.	25 5 20	القسم الاعدادي 1-الجانب التنظيمي 2-التمرينات البدنية.
× × × × × × × × × × (×)	(الوقوف) السيرالموزون والهرولة - الهرولة الجانبية. جزيء بطيء مع تدويرالذراعين أماماً عالياً أسفل. (وقوف، فتحاً) ثني الجذع أماماً أسفل.	5	(أ) التمرينات العامة
× × × × × × × × × × × (×) × × × × × × × × × × ×	تمرينات القفز على البقع إلى الجهات الأربعة(40عدة) (الوقوف) مرجحة الذراعين أماماً خلفاً معاً.....(15 عدة) بالتبادل. (الوقوف) دوران الذراعين للخلف والى الأمام(20 عدة) بالتبادل. (الوقوف) ثني ومد الذراعين معاً عالياً جانباً..... (10 عدة) بالتبادل . (الجلوس، فتحاً) قتل الجذع جانباً يميناً يساراً (20 عدة) بالتبادل.	15	(ب) التمرينات الخاصة
التركيز على النقاط الرئيسية في أداء المهارة. يقوم المدرس بتصحيح الأخطاء. × × × × × × × × × × × (×) × × × × × × × × × × ×	شرح فعالية (مهارة) الإحساس بالرمح ومسكه وحمله من قبل المدرس. تطبيق المهارة من قبل النموذج. والتعريف بانواع المسكات تطبيق المهارة من قبل الطالبات برمح زنة (400) غرام. تطبيق المهارة من قبل الطالبات بالعصى . تطبيق المهارة من قبل الطالبات برمح زنه 600 غم.	60 15 45	القسم الرئيس 1- الجزء التعليمي 2-الجزء التطبيقي
× × × × × × × × × × (×)	جري خفيف- تمرينات- استرخاء- لعبة صغيرة - تحية الانصراف	5	القسم الختامي

ملحق (3)

استبيان آراء المختصين حول تحديد الأجزاء الصعبة للأداء الفني في فعالية رمي الرمح
الأستاذ الفاضل.....المحترم

يروم الباحث إجراء البحث الموسوم بـ (تأثير استخدام اسلوب الاجزاء الصعبة في تحقيق المستوى الرقمي في فعالية رمي الرمح للطالبات)، على طلبة المرحلة الدراسية الاولى في كلية التربية للبنات - قسم التربية الرياضية - جامعة الكوفة ، ولكونكم من ذوي الاختصاص في هذا المجال ، يرجى الباحث التفضل بإعطاء تسلسل (1) لأصعب جزء و(2) للذي يليه في الصعوبة و(3) للذي يليه وهكذا ، من اجل تعليمها لعينة البحث على وفق أسلوب الأجزاء الصعبة في فعالية رمي الرمح.

مع الشكر والتقدير

لرقم	البناء الحركي الظاهري	درجة الصعوبة لكل جزء
1	القسم التحضيري :	
	أ. مسك وحمل الرمح	
	ب. الوضع الابتدائي (الاستعداد)	
	ج. الركضة التقريبية	
2	القسم الرئيسي :	
	أ. خطوات الرمي	
	ب. وضع الرمي	
	ج. الرمي (الاطلاق)	
3	القسم الختامي :	
	التغطية والتوازن	