

تأثير استراتيجية الأركان التعليمية في تطوير التوافق والتوازن الحركي واداء بعض متطلبات المهارات الاساسية ببساط الحركات الارضية لدى طالبات المرحلة المتوسطة

The impact of the educational corners strategy on the development of motor coordination, balance, and the performance of some basic skill requirements in floor exercises among middle school female students

م. يسرى صفاء حسن

الجامعة التقنية الوسطى / الكلية التقنية الإدارية / بغداد

yusra@mtu.edu.iq

الملخص

تعتمد استراتيجية الأركان التعليمية على تقسيم الصف إلى أركان مختلفة، حيث يحتوي كل ركن على مجموعة من الأنشطة التعليمية الموجهة نحو تحقيق أهداف تعليمية محددة. وهي أحد المجالات يتم من خلالها تفعيل هذه النوعية و هدف البحث إلى بيان تأثير الأركان التعليمية كاستراتيجية، على تطوير التوافق والتوازن الحركي وأداء سلسلة الحركات الأرضية لدى الطالبات، إذ تعتبر هذه المرحلة العمرية حساسة جداً من حيث التطور الحركي والمهارات البدنية، ولذلك فإن تطبيق استراتيجيات تعليمية مبتكرة مثل الأركان التعليمية يُعد أمراً ذا أهمية كبيرة. أجرت الباحثة الاختبارات القبليّة في ساحة متوسطة عدن في محافظة بغداد لتربية الكرخ الثانية واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين لكل مجموعة (20) طالبة نفذت عينة البحث وحدتين تعليميتين في الأسبوع على مدى (6) أسابيع استخدمت الباحثة استراتيجية الأركان التعليمية هي واحدة من الأساليب التعليمية الفعالة لتعليم مهارات الجمناستيك بتعلم سلسلة الحركات الأرضية. تعتمد هذه الاستراتيجية على تقسيم محتوى التعلم إلى أركان متعددة، حيث تتعلم الطالبات في كل ركن مهارة معينة من خلال أنشطة موجهة. واستنتجت أن استراتيجية الأركان التعليمية تعمل على تطوير التوافق الحركي والتوازن والمهارات الأساسية ببساط الحركات الأرضية لدى طالبات المرحلة المتوسطة.

الكلمات المفتاحية: الأركان التعليمية، التوافق والتوازن الحركي، سلسلة الحركات الأرضية

ABSTRACT

The educational corners strategy relies on dividing the classroom into different corners, with each corner containing a set of educational activities aimed at achieving specific learning objectives. It is one of the methods used to implement this type of strategy. The research aimed to demonstrate the impact of educational corners as a strategy on developing motor coordination, balance, and the performance of floor exercise routines among female students. This age group is considered highly sensitive in terms of motor

development and physical skills. Therefore, applying innovative educational strategies like educational corners is of great importance. The researcher conducted the pre-tests in Aden Intermediate School in the Al-Karkh 2nd Directorate of Education in Baghdad. The researcher used the experimental method with a design involving two equal groups, with each group consisting of 20 students. The research sample completed two educational units per week over a period of six weeks. The researcher applied the educational corners strategy, which is one of the effective teaching methods for learning gymnastics skills, particularly the floor exercise routines. This strategy involves dividing the learning content into multiple corners, where students learn a specific skill in each corner through guided activities. The researcher concluded that the educational corners strategy enhances motor coordination, balance, and basic skills in floor exercises among middle school female students.

Keywords: Educational corners, motor coordination and balance, floor movement sequences

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تلعب سلسلة الحركات الأرضية في رياضة الجمناستك دوراً مهماً في تطوير مجموعة مهمة ، من المهارات والقدرات لدى الطالبات في المدارس والتي تؤدي الى تعزيز و تحسين القدرات البدنية اذ تعد هذه السلسلة من التمارين الأساسية التي تلعب دوراً مهماً في تطوير القدرات البدنية ، والتنسيق، والتحكم في الجسم. و يساهم إتقان هذه الحركات في بناء قاعدة صلبة للمهارات الرياضية المتقدمة وتحسين الأداء العام للطالبات في مختلف الأنشطة البدنية. كما تنعكس على تطوير القدرات البدنية بشكل إيجابي. ، ويمكن تحقيق فوائد تعليمية وصحية كبيرة للطالبات، مما يجعلها عنصراً أساسياً في برامج التربية البدنية المدرسية. و استراتيجية الأركان التعليمية واحدة من الأساليب الفعالة في مجال التعليم الحديث، بما في ذلك التربية الرياضية حيث تهدف إلى زيادة مهارات التعلم النشط و رفع مستوى الاندماج من خلال تنظيم البيئة التعليمية بشكل يمكنهم من استكشاف المفاهيم والمهارات بطريقة عملية وتجريبية. اذ تعتمد هذه الاستراتيجية على تقسيم الصف إلى أركان مختلفة، حيث يحتوي كل ركن على مجموعة من الأنشطة التعليمية الموجهة نحو تحقيق أهداف تعليمية محددة. تعتبر المهارات الأساسية بالسلسلة الحركية الأرضية أحد المجالات يتم من خلالها تفعيل هذه النوعية بشكل يحقق العديد من الأهداف التربوية والتعليمية. من خلال تقسيم الطالبات إلى مجموعات وتوزيعهم على أركان مختلفة، يمكن تعزيز تعلم الحركات الأرضية في الجمناستك بطرق تفاعلية ومتنوعة. اذ تتيح هذه الاستراتيجية للأركان التعليمية في مساحات أو زوايا محددة في الفصل الدراسي، يُخصص كل منها لموضوع معين أو نشاط تعليمي محدد. يتم تجهيز هذه الأركان بالمواد والأدوات اللازمة التي تسمح للطلاب بالتفاعل مع المحتوى التعليمي بشكل مستقل أو ضمن مجموعات صغيرة. من الأدوات التعليمية الهامة التي تُساهم في خلق بيئة تعليمية تفاعلية تُشجع على التفكير النقدي والإبداع وتطوير مهارات متنوعة لدى الطالبات. من خلال التخطيط الجيد والتطبيق الفعال لهذه الاستراتيجية، يمكن الوصول ،الى جودة التعلم وتُسهم في تطوير الطالبات بشكل شامل تتيح هذه الاستراتيجية للطالبات الفرصة لممارسة الحركات بشكل مكثف، لديهم، وهنا تبرز ،الأهمية في تطبيق استراتيجية الأركان التعليمية في دروس الجمناستك الأرضي التي تُسهم في تحقيق تعلم شامل وتفاعلي. من خلال تقسيم الدروس إلى أركان متعددة، يمكن تحقيق أهداف تعليمية محددة لمهاراتهم الحركية والفنية بشكل متكامل. يعتبر هذا الأسلوب من الأساليب المبتكرة التي تجعل من دروس التربية الرياضية تجربة تعليمية مميزة وفعالة

2-1 مشكلة البحث:

تعد المهارات الأساسية ببساط الحركات الأرضية في دروس رياضة الجمناستك من أهم التمارين الأساسية التي تسهم في تطوير المهارات البدنية والتنسيق الحركي. ومن خلال عمل الباحثة كتدريسية ومختصة في تعلم مهارات الجمناستك لاحظت ان هناك مشكلة، تواجه العديد من الطالبات في تعلم هذه السلسلة و حاولت تشخيص اسباب الباحثة هذه المشكلة من خلال دراستها اذ يعود قسمها منها الى تنوع المهارات وبالتالي تنوع هذه الصعوبات ممكن ان تعود الى عدة مشاكل ومنها بطرائق التعلم و استخدام الاستراتيجية الفعال خلال تعلم هذه المهارة لذلك عملت الباحثة على حل هذه المشكلة من خلال استخدام استراتيجية الأركان التعليمية التي تعتمد على تنوع التعلم في الوحدة التعليمية باداء سلسلة الحركات الأرضية لدى طالبات المرحلة المتوسطة اذ تهدف استراتيجية الأركان التعليمية إلى تقسيم المحتوى التعليمي إلى وحدات صغيرة يمكن للطالبات العمل عليها بشكل منفصل أو ضمن مجموعات. كل ركن يركز على جانب معين من جوانب المهارات الأساسية ببساط الحركات الأرضية ، مثل التحضير البدني، والتقنية، والتطبيق العملي، والتحليل الذاتي. هذا النهج يساعد الطالبات على اكتساب المهارات بشكل تدريجي ومنظم،

3-1 أهداف البحث

- 1- بناء استراتيجية الأركان التعليمية باداء المهارات الأساسية ببساط الحركات الأرضية لدى طالبات المرحلة المتوسطة
- 2- التعرف على استراتيجية الأركان التعليمية و التوافق والتوازن الحركي واداء المهارات الأساسية ببساط الحركات الأرضية لدى طالبات المرحلة المتوسطة
- 3- التعرف على تأثير استراتيجية الأركان التعليمية على التوافق والتوازن الحركي واداء المهارات الأساسية ببساط الحركات الأرضية لدى طالبات المرحلة المتوسطة

4-1 فروض البحث

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة ولصالح احدى المجموعتين

5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري: (40) طالبة
- 2-5-1 المجال الزمني: المدة من 2023/10/16 الى 2023/12/10
- 3-5-1 المجال المكاني: بغداد – الكرخ

1-2 منهج البحث :

استخدمت الباحثة منهج البحث التجريبي هو افضل أنواع المناهج البحثية لحل مشكلة البحث الحالي لملائمته طبيعة المشكلة والوصول الى تحقيق أهدافه وذلك بتصميم بأسلوب المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبار القبلي والبعدي

2-3 مجتمع البحث:

تمثل مجتمع البحث ، بطالبات المدرسة المتوسطة في مديرية تربية الكرخ 2 واختيار متوسطة عدن للبنات اذ تم اختيارهن بالطريقة العشوائية ثم اختيار الصف الثاني شعبي (ا) و (ج) والبالغ عددهن (20) طالبة لكل مجموعة بعد استبعاد المتغيرات والمرضى بنسبة (36%) من الطالبات للصف الثاني ،

1-2-2 تجانس مجتمع البحث

الجدول (1)

يبين القياسات الخاصة بمجتمع البحث

ت	المتغير	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	العمر	سنة	13.80	14	0.372	-0.361
2	الوزن	كغم	40.175	40	1.920	0.241
3	الطول	سم	151.22	151	5.332	0.168
4	التوافق الحركي	ثانية	9.44	9.46	0.238	-0.167
5	التوازن الحركي	نقطة	58,10	57	3.614	0.889
6	السلسلة الارضية	درجة	2.300	2	0.607	-0.245

2-3 وسائل، جمع المعلومات:

- الملاحظة
- المقابلة
- المصادر
- الاختبار والقياس
- شبكة الانترنت

2-3-1 الاجهزة والادوات المستعملة في البحث

- 1- ساعات توقيت
- 2- فيتة ،
- 3- صافرة.
- 4- حاسوب
- 5- حاسبة يدوية
- 6- بساط حركات ارضية غير قانوني عدد (8)

7- شواخص مختلفة الارتفاعات

8- طباشير .

4-2 الاختبار والقياس:

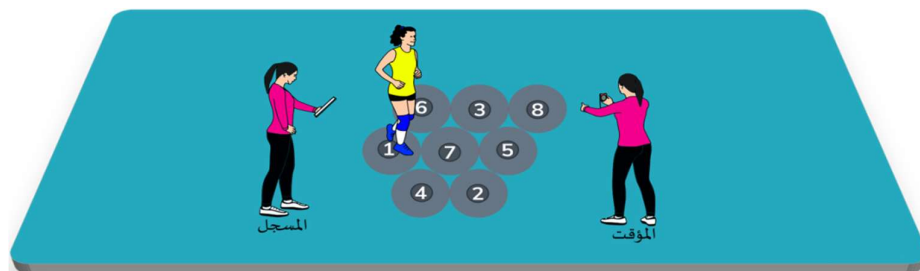
1- اختبار التوافق الحركي التوافق (اختبار الدوائر المرقمة) (عبد الفتاح، 2004، صفحة 103):

الغرض من الاختبار : قياس توافق الرجلين والعين .

- الأدوات المستخدمة :

ساعة توقيت ، شريط قياس لتحديد المسافات بين الدوائر (عادةً 50-60 سم بين كل دائرة وأخرى). يكون قطر الدائرة 60 سم ، ترقيم دوائر مرسومة على الأرض: ثماني دوائر مرسومة بشكل منظم على أرضية ملساء، تكون مرتبة بشكل متناسق، بحيث تكون الدوائر متساوية في الحجم.

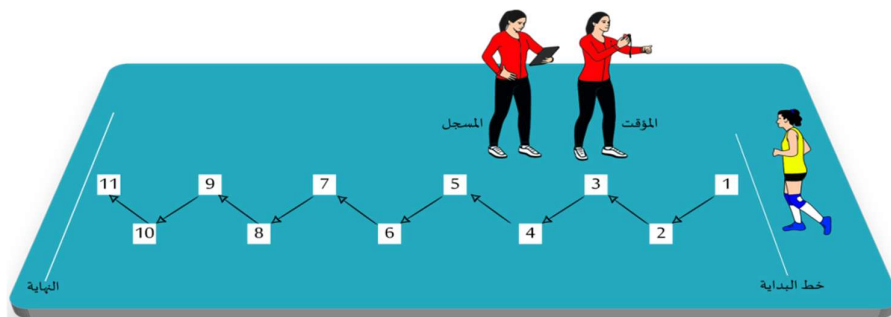
تعليمات الاختبار: يقف المختبر داخل الدائرة رقم (1) يطلب منها التحرك بسرعة إلى الدائرة التالية عند سماع إشارة البدء باستخدام حركات محددة مثل القفز بقدم واحدة، القفز بكلا القدمين، أو الجري السريع الانتقال بين الدوائر تقوم بالوثب من رقم (1) الى رقم (2).... هكذاحتى الدائرة رقم (8) بسرعة الدرجة: يسجل الوقت الذي تستغرقه المختبرة في الانتقال و يجب أن ترتدي الطالبة ملابس رياضية وحذاء مناسب يساعد على التحرك بسهولة.



2- اختبار التوازن (باس المعدل للتوازن الديناميكي) (حسانين ؛، 1995، صفحة 201)

- الغرض من الاختبار: قياس التوازن المتحرك

- وصف اداء الاختبار : يقف المختبر على احد قدمه عند نقطة البدء ثم يبدأ في الوثب الى العلامة الاولى بقدمه الاخرى محاول الاتزان و التثبيت في وضعة على مشط القدم بحد اقصى 5 ثا بعد تثبيت تنتقل المختبرة الى العلامة الثانية بقدمها . وهكذا تقوم بتحويل القدم ،من علامة ،الى اخرى في الهبوط ، وكذلك الارتكاز ،على امشاط القدم مع الملاحظة ان تكون امشاط القدم على العلامة والمفترض ان يكون الاختبار خلال 50 ثا لكن عند حدوث اي خطأ في عدم الثبات اول النزول فوق العلامة ينقص من زمنة 5 ثا وبذلك كل ما زاد الزمن كل ما كان التوازن افضل



2- اختبار المهارات في السلسلة الحركية: (محمد، 2023، صفحة 84)

هدف الاختبار إلى تقييم مهارات الطالبات في أداء المهارات الأساسية ببساط الحركات الأرضية ضمن السلسلة الأرضية للجمناستك

وصف الاداء: الحركات المطلوبة في السلسلة الأرضية (6) من الحركات الأرضية وهي (الميزان الأمامي و الدرجة الأمامية و الدرجة الخلفية و الوقوف على الرأس و الوقوف على الذراعين و العجلة البشرية) في الجمناستك الفني تبدأ السلسلة بالوقوف على اليدين و الحفاظ على التوازن لمدة 3-5 ثوانٍ. و الانتقال بشكل سلس من الوقوف على اليدين إلى الدرجة الأمامية و تنفيذ حركة الدرجة الخلفية بمرونة ودقة ثم الوقوف على الرأس ثم الارتداد إلى وضع الوقوف مع الحفاظ على الجسم مشدودًا. و إنهاء السلسلة بالعجلة البشرية

و " تقييم السلسلة الحركية من (10) درجات من المحكمات (*) ولزيادة الموضوعية يمكن استخدام العرض الفديوي بأنه يتم احتساب النقاط من خلال مشاهدة

. التعليمات:

يُمنح كل طالبة فترة للتدريب على السلسلة قبل إجراء الاختبار الفعلي.

يجب تنفيذ السلسلة في وقت محدد مسبقًا.

يُسمح لكل طالبة بمحاولتين، وتُحتسب الدرجة الأعلى.

2-5 التجربة الاستطلاعية:

في يوم الاثنين الموافق 16 / 10 / 2023 تم إجراء التجربة على، (4) من الطالبات من خارج عينة البحث، من اجل التعرف على قابلية افراد العينة على تنفيذ الاختبارات ومدى ملاءمتها لهم تحديد اهم المعوقات والصعوبات التي ستظهر

2-5 إجراءات البحث الميدانية :

2-5-1 الاختبارات القبليّة

أجرت الباحثة الاختبارات القبليّة في ساحة متوسطة عدن في محافظة بغداد لتربية الكرخ الثانية وليوم الاربعاء الموافق 25 / 10 / 2023 وكالاتي (اختبار التوافق ثم اختبار التوازن ثم اختبار السلسلة الحركية وتم التقييم من قبل المحكمات (*)) اربع وحف اعلى واقل نتيجة وجمع الدرجتين الوسط وتقسيمها على (2)

* - المحكمات د. دعاء شمخي . د. ميس علاء الدين ود. سناء خميس

1-5-2 التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة

جدول (2)

يوضح التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة

المهارة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة T	مستوى الدلالة المعنوي	المعنوية
	س ⁻	ع [±]	س ⁻	ع [±]			
التوافق الحركي	9.401	0.245	9.480	0.231	1.042	0.304	عشوائي
التوازن الحركي	58.500	4.199	57.700	2.975	0.695	0.491	عشوائي
المهارات الأرضية	2.250	0.716	2.350	0.489	0.515	0.609	عشوائي

❖ تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية 38.

2-5-2 التجربة الرئيسية :

تم البدء بتنفيذ التجربة في يوم الاحد بتاريخ (2023/ 10/29) وانتهت يوم الثلاثاء بتاريخ (2023/12/5) نفذت عينة البحث وحدتين تعليميتين في الأسبوع على مدى (6) اسابيع استخدمت الباحثة استراتيجية الأركان التعليمية هي واحدة من الأساليب التعليمية الفعالة لتعليم مهارات الجمناستك بتعلم سلسلة الحركات الأرضية. تعتمد هذه الاستراتيجية على تقسيم محتوى التعلم إلى أركان متعددة، حيث تتعلم الطالبات في كل ركن مهارة معينة من خلال أنشطة موجهة. و يجب أن تكون البيئة التعليمية منظمة وآمنة، مع توفير المعدات اللازمة لكل ركن مثل الحصائر، القضبان الأرضية، وأدوات التوازن واعتمدت على وضوح الأهداف التعليمية لكل ركن من الأركان يجب تحديد الأهداف التعليمية بشكل واضح بحيث تكون محددة وقابلة للقياس وتنوع الأهداف تشمل الأهداف مهارات تعلم التوازن على اليدين او الدرجة الامامية او العجلة البشرية او تطوير التوازن

- اعتمدت مبادا تنوع الأركان: يتم تقسيم التعليم إلى أركان مختلفة، كل ركن يركز على جانب معين من سلسلة الحركات الأرضية مثل ركن التوازن، ركن القفز، ركن الحركات الدورانية.

- اعتمدت مبادا مرونة التصميم: يجب أن تكون الأركان قابلة للتكيف مع مستويات مهارة الطلاب المختلفة، بحيث يمكن تعديل الأنشطة لتناسب مع قدراتهم

- اعتمدت مبادا تقسيم الأنشطة: يُقسم النشاط التعليمي إلى مراحل أو خطوات صغيرة يمكن للطالبات إكمالها بشكل تدريجي - التركيز على كل مهارة بشكل منفصل قبل أن يجمعوا بين هذه المهارات لتكوين سلسلة حركية متكاملة. يتم تقسيم المهارات المطلوبة إلى أركان تعليمية بحيث يكون لكل ركن هدف تعليمي محدد. فيما يلي طريقة لتوزيع التمارين على الأركان مع مراعاة الفروق الفردية بينهم

- اعتمدت مبادا التفاعل العملي: يجب أن تتضمن الأنشطة تفاعلاً عملياً يتيح للطالبات ممارسة المهارات بشكل مباشر - اعتمدت مبادا الإشراف الفعال: يجب أن يكون هناك توجيه مستمر من المعلم أو المدرب في كل ركن لضمان أن الطلاب يؤدون الأنشطة بشكل صحيح.

والمالحق (1) يوضح نماذج من التمارين المقترحة:

3-5-3 الاختبارات البعدية :

أجرت الباحثة الاختبارات البعدية في ساحة متوسطة عدن في محافظة بغداد لتربية الكرخ الثانية وليوم الاحد الموافق 2023/12 / 10 و بنفس اجراءات الاختبارات القبلية (تقريباً).

5-2 الوسائل الإحصائية: استخدمت القوانين الإحصائية (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري و اختبار (T) للعينات المتناظرة. و غير المتناظرة

3- عرض ومناقشة النتائج وتحليلها وتقييمها:-

3-1- عرض نتائج القياسين القبلي والبعدى لأفراد المجموعتين :-

في ضوء ما حصلت عليه الباحثة من نتيجة التحليل والمعالجات الإحصائية المتبعة وفيما يتعلق بتحقيق هدف الدراسة الثاني أظهرت النتائج بالشكل التالي:-

جدول (3)

يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والجدولية الإحصائية بين القياسين البعدي والقبلي لأفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية

المتغيرات	المجموعة	قبلي		بعدي		ف	ع ف	(t) المحتسبة	مستوى الخطأ	الدلالة
		س	ع	س	ع					
التوافق الحركي	تجريبية	9.401	0.245	8.496	0.370	0.905	0.472	8.573	0.000	معنوي
	ضابطة	9.480	0.231	9.029	0.249	0.450	0.302	6.649	0.000	معنوي
التوازن الحركي	تجريبية	58.500	4.199	64.300	3.294	5.800	2.284	11.325	0.000	معنوي
	ضابطة	57.700	2.975	59.35	2.518	1.650	0.933	7.906	0.000	معنوي
السلسلة الارضية	تجريبية	2.250	0.716	7.500	0.510	5.300	0.864	27.41	0.000	معنوي
	ضابطة	2.350	0.489	6.150	0.812	3.800	0.894	19.0	0.000	معنوي

❖ تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية 19.

3-2- عرض نتائج فروق الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة

في ضوء ما حصلت عليه الباحثة من نتيجة التحليل والمعالجات الإحصائية المتبعة وفيما يتعلق بتحقيق هدف الدراسة الثاني أظهرت النتائج بالشكل التالي:-

جدول (4)

نتائج فروق الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة

المهارة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة T	مستوى الخطأ	الدلالة
	س	ع	س	ع			
التوافق الحركي	8.496	0.370	9.029	0.249	5.341	0.000	معنوي
التوازن الحركي	64.300	3.294	59.35	2.518	5.338	0.000	معنوي
السلسلة الارضية	7.500	0.510	6.150	0.812	6.524	0.000	معنوي

❖ تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية 38.

3-3 مناقشة نتائج فروق الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة :

من خلال مراجعة نتائج الجدول (4) ظهر لنا فروق معنوية بنتائج الاختبارات البعدية بين المجموعة التجريبية ، و المجموعة الضابطة في قياس التوافق و التوازن و السلسلة الحركية لبساط الحركات الارضية و لصالح المجموعة التجريبية. يُعد التوافق الحركي و التوازن من المهارات الأساسية التي تُعزز الأداء الرياضي و البدني للطالبات. فالتوافق الحركي يشير إلى القدرة على تنسيق حركات الجسم المختلفة لتحقيق الهدف المنشود بأقصى فعالية، بينما يُمثل التوازن الحركي القدرة على الحفاظ على استقرار الجسم أثناء القيام بالحركات المختلفة و ان النتائج اثبتت ان استراتيجية الأركان التعليمية قد حققت تحسناً ملحوظاً في أدائها مقارنة بالمجموعة الضابطة التي لم تتعرض لهذه الاستراتيجية. وكان هذا التحسن منطقياً و متماسكاً مع التوقعات، حيث أن الأركان التعليمية توفر بيئة تعليمية محفزة تدعم التطور التدريجي للتوافق الحركي و للتوازن الحركي و السلسلة الحركية لبساط الحركات الارضية وقد أثبتت الدراسة أن استخدام الأركان التعليمية بتنوع تمارينها وتنوع اهدافها كان لها تأثير إيجابي كبير على تطوير هذه المهارات لدى الطالبات وهنا يشير (عباس احمد صالح و عبد الكريم محمود) أن " المدرس الجيد هو الذي يستخدم التنوع في الأسلوب التعليمي و يغير في استخدام الأساليب على ضوء متطلبات الصف ، لذا يجب أن يتمتع المدرس بالمهارات الشخصية في التدريس وصولاً إلى تحقيق أهداف الدرس " (صالح و محمود، 2008، صفحة 37) اذ تعتمد استراتيجية الأركان التعليمية على تقسيم الصف إلى محطات تعليمية متعددة، حيث يُخصص لكل ركن نشاط أو مهمة تعليمية تُساعد الطالبات على تعلم المهارة بشكل عملي و تفاعلي. هذه الاستراتيجية تعزز التعلم النشط و تُشجع الطالبات على العمل الجماعي و التفاعل مع زميلاتهن، كان هذا التحسن منطقياً و متماسكاً مع التوقعات، حيث أن الأركان التعليمية توفر بيئة تعليمية محفزة تدعم التطور التدريجي لهذه المهارات مما ينعكس بشكل إيجابي على تطوير التوافق و التوازن الحركي لديهن. وهذا يتفق مع ما اشار اليه (قاسم لزام) بأن التعلم "تغيير ثابت نسبياً و دائم في السلوك الحركي و هو تكيف للظروف نتيجة الخبرة و الممارسة في هدف أو واجب أو مهارة معينة" (صبر، 1997، صفحة 17) . وكانت النتائج منطقية.

4- الاستنتاجات والتوصيات :-

4-1 الاستنتاجات :-

في ضوء ما توصلت إليه الباحثة من نتائج خلص بعدة استنتاجات :-

- 1- ان استراتيجية الاركان التعليمية تعمل على تطوير التوافق الحركي لدى طالبات المرحلة المتوسطة.
- 2- ان استراتيجية الاركان التعليمية تعمل على تطوير التوازن الحركي لدى طالبات المرحلة المتوسطة.
- 3- ان استراتيجية الاركان التعليمية تعمل على تطوير السلسلة الحركية لبساط الحركات الارضية لدى طالبات المرحلة المتوسطة.

4-2 التوصيات :-

على ضوء النتائج التي توصلت إليها الباحثة وضع توصيات منها :-

- 1- ضرورة التأكيد على استخدام استراتيجية الاركان التعليمية لدى طالبات المرحلة المتوسطة
- 2- تؤكد هذه الدراسة أن استخدام استراتيجية الأركان التعليمية ليس فقط مفيداً في تعزيز التعلم الأكاديمي، ولكن أيضاً في تطوير المهارات الحركية الأساسية مثل التوافق و التوازن و أداء الحركات الرياضية

- 3- بناءً على هذه النتائج، يُوصى بتطبيق هذه الاستراتيجية بشكل أوسع في برامج التربية البدنية والتعليم الحركي، لرفع مستوى الأداء الحركي والبدني لدى الطالبات في المراحل الدراسية المختلفة
- 4- يجب اعتماد تمرينات حديثة ومنوعة في تعلم مهارات الجمناستك لدى طالبات المدارس
- 5- إجراء دراسات وبحوث مشابهة في رياضة الجمناستك ولجميع الأجهزة .

المصادر:

- 1- حسنين ، م. ص. (1995). *القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة*، ج1، ط 3. القاهرة، دار الفكر العربي.
- 2- صالح، ع. ا. & محمود، ع. ا. (2008). *الكفايات التدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية* ط 3. جامعة البصرة ، مطبعة دار الحكمة.
- 3- صبر، ل. ق. (1997). *أثر بعض طرائق التعلم في اكتساب وتطور مستوى الأداء في المهارات المغلقة والمفتوحة* . اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية.
- 4- طه، م. ل. (1982). *أثر ممارسة رياضة الجمناستك على نمو (الأحاساس "العضلي حركي" والأحاساس البصري لدى تلاميذ المرحلة الأعدادية بحي وسط الأسكندرية* . القاهرة : بحث منشور مجلة المعهد العالي للصحة العامة.
- 5- عبد الفتاح، ي. م. (2004). *دراسة مقارنة لأثر استخدام المدخل الخططي والمهاري على فاعلية أداء ناشئي كرة القدم* ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة.
- 6- عساف، ع. ا. & وآخرون : . (2002). *التطورات المنهجية وعملية البحث العلمي* ، ط 1، عمان ، دار وائل للنشر.
- 7- مالح، ف. ع. & جاسم، ن. م. (2011). *علم التدريب الرياضي* (Vol. 1) (عمان، الاردن : مطبعة المجتمع العربية. Retrieved 2011
- 8- محجوب، و. & وآخرون. (2000). *نظريات التعلم والتطور الحركي* . بغداد : مطبعة وزارة التربية.
- 9- محمد، م. ع. (2023). *تأثير منهج تعليمي على وفق الخصائص المميزة للمهارة في بعض متغيرات الإدراك الحس حركي واداء السلسلة الحركية على بساط الحركات الارضية* . مجلة علوم الرياضة . جامعة ديالى العدد الاول.

ملحق (1)

نماذج مقترحة من الاركان التعليمية

نموذج (1)

مدة الحصّة: 40-45 دقيقة.

توزيع الطلاب: يتم توزيع الطلاب على الأركان بشكل متوازن مع تدويرهم بين الأركان بعد كل 5-8 دقيقة. التوجيه: يتشرف المدرسة على كل ركن، يقدم التوجيه والدعم عند الحاجة. من خلال هذه الوحدة التعليمية، يمكن للطلاب تعلم سلسلة الحركات الأرضية في الجمناستك بطريقة منظمة وتدرجية، مما يسهل عليهم إتقان المهارات الضرورية بشكل فعال.

1. ركن تعلم الوقوف على اليدين الوقوف على الحائط وبمساعدة الزميلة
2. ركن الحركات الدحرجة (التموجات) . دحرجة امامية ودحرجة خلفية