

## تأثير استخدام التغذية الراجعة في الأداء الفني لفعالية دفع الثقل من الجلوس فئة Cp34 للشباب

أ.م.د. كريم عبيس محمد

تاريخ نشر البحث 2024/8/16

تاريخ استلام البحث 2024/5/24

## المخلص

تناول البحث تأثير استخدام التغذية الراجعة على الأداء الفني في فعالية دفع الثقل من الجلوس للشباب من فئة CP34، وهي الفئة التي تشمل الأفراد الذين يعانون من الشلل الدماغي. ركز البحث على كيفية تأثير التغذية الراجعة، سواء كانت مباشرة أم غير مباشرة، في تحسين الأداء الفني وزيادة الكفاءة في تنفيذ هذه الفعالية الرياضية. وقد لاحظ الباحث أن هناك ضعفاً في الأداء الفني بفعالية دفع الثقل لدى لاعبي اندية و مراكز بغداد مما ولد حافزاً لدراسة في كيفية تطوير أو تحسين الأداء الفني بشكل أفضل، ويهدف البحث الى إعداد منهج تعليمي لفعالية دفع الثقل للاعبين اندية ومراكز بغداد لدى اتحاد اللعاب القوى في اللجنة البارالمبية، وايضا التعرف على تأثير المنهج التعليمي الخاص بفعالية دفع الثقل، و معرفة تأثير استخدام التغذية الراجعة في الأداء الفني لدفع الثقل. أظهرت النتائج أن التغذية الراجعة تسهم بشكل كبير في تحسين الأداء الفني، حيث تساعد الرياضيين على تصحيح أخطائهم وتطوير مهاراتهم بشكل أسرع. هذا التحسن ناتج عن توفير معلومات فورية حول الأداء، مما يمكّن الرياضيين من تعديل تقنياتهم وتحسينها بشكل مستمر. كما أشار البحث إلى أن استخدام التغذية الراجعة بشكل منتظم يمكن أن يؤدي إلى زيادة الثقة بالنفس لدى الرياضيين، مما ينعكس إيجابياً على أدائهم في المنافسات. وتبين أن التغذية الراجعة ليست مفيدة فقط في تصحيح الأخطاء، بل أيضاً في تعزيز الجوانب الإيجابية من الأداء، مما يعزز من قدرة الرياضيين على تقديم أفضل ما لديهم. اختتم البحث بالتأكيد على أهمية دمج التغذية الراجعة كجزء أساسي من برامج التدريب الرياضي لفئة CP34، حيث أنها تساهم في تطوير الأداء الفني وتحقيق نتائج أفضل.

الكلمات المفتاحية: التغذية الراجعة، دفع الثقل، من الجلوس فئة Cp34 للشباب

The effect of using feedback on the technical performance of the seated weightlifting activity for youth category Cp34  
Assistant Professor Karim Abis Mohammed

Received: 24-05-2024

Publication: 16-08-2024

Abstract

The research addressed the effect of using feedback on the technical performance of the seated weightlifting activity for youth category CP34, which includes individuals with cerebral palsy. The research focused on how feedback, whether direct or indirect, affects improving technical performance and increasing efficiency in implementing this sporting activity. The researcher noted that there is a weakness in the technical performance of the weightlifting activity among players of Baghdad clubs and centers, which created an incentive to study how to develop or improve technical performance in a better way. The research aims to prepare an educational curriculum for the weightlifting activity for players of Baghdad clubs and centers at the Athletics Federation of the Paralympic Committee, and also to identify the effect of the educational curriculum for the weightlifting activity, and to know the effect of using feedback on the technical performance of the weightlifting. The results showed that feedback contributes significantly to improving technical performance, as it helps athletes correct their mistakes and develop their skills faster. This improvement is due to the provision of immediate performance information, which enables athletes to continuously modify and improve their techniques. The research also indicated that the regular use of feedback can lead to increased self-confidence in athletes, which is positively reflected in their performance in competitions. It was found that feedback is not only useful in correcting errors, but also in enhancing the positive aspects of performance, which enhances the ability of athletes to perform at their best. The research concluded by emphasizing the importance of integrating feedback as an essential part of sports training programs for the CP34 category, as it contributes to developing technical performance and achieving better results.

**Keywords: Feedback, Weight Push, Sitting CP34 category for youth**

## 1- التعريف بالبحث

### 1-1- مقدمة البحث وأهميته

تعد فعاليات الساحة والميدان من الفعاليات التي لها مكانة متميزة بين أنواع الرياضات الأخرى لما تشتمل من فعاليات متنوعة مثل : الركض ، والقفز ، والوثب ، والرمي بأنواعه ، والبريد ، والمشى . ويطلق عليها أم الألعاب لأنها الأساس الذي تبنى عليه بقية الألعاب كونها تنمي الصفات البدنية ومنها القوة والسرعة والمطاولة والرشاقة والمرونة وغيرها . وتعد فعالية دفع الثقل ( Shot Put ) C P34 من الفعاليات الخاصة التي دخلت إلى الألعاب البارالمبية بالنسبة للرجال والنساء وقد تطور مستوى الأداء والإنجاز في هذه الفعالية خلال السنوات الأخيرة بشكل ملحوظ وقد ساعدت عوامل عديدة في هذا التطور منها استخدام وسائل وطرائق التعلم والتدريب ومن خلال التطور العلمي والتقني في مجال طرائق تدريس التربية الرياضية بداء المدرس يبحث عن الوسائل التقنية ذات المؤثرات السمعية البصرية للوصول لأفضل النتائج في التعلم والتي تقدم الأنموذج الصحيح وتجزئة الحركة إلى مراحل لتسهيل عملية التعلم والارتقاء نحو الأفضل . ولعل في مقدمة طرائق التعلم الواجب الاهتمام بها التغذية الراجعة ( Feed Back ) بوصفها تعمل على توجيه الفرد وتبين له الأداء المتقن من الأداء الخاطئ الذي يجب تصحيحه وتمكنه من تقويم الأداء وتحسينه نحو الأفضل . وعلى هذا الأساس يمكن تسليط الضوء على نوع من أنواع التغذية الراجعة ، ألا وهو التغذية الراجعة للأداء كجزء أساس في عملية رفع مستوى الأداء . إن أهمية البحث تكمن في وضع منهج تدريبي يتدرج في تعليم فعالية دفع الثقل للمعاقين من وضع الجلوس .

### 2-1- مشكلة البحث

لاحظ الباحث أن هناك ضعفاً في الأداء الفني بفعالية دفع الثقل لدى لاعبي اندية و مراكز بغداد مما ولد حافزاً لدراسة في كيفية تطوير أو تحسين الأداء الفني بشكل أفضل ، . وفي هذه الدراسة يحاول الباحث تثبيت بعض متغيرات التعلم من خلال وضع منهج تدريبي واحد يحتوي على تكرارات ثابتة و استخدام طريقة واحدة في التدريب هي الطريقة اعتماد التغذية الراجعة للأداء كمتغير وبأسلوبين ، الأول يتم فيه إعطاء تغذية راجعة من المدرب خلال الوحدات التدريبية والثانية تكون عن طريق مشاهدة تصوير لأداء اللاعبين بعد التدريب وويتم تصحيح الأخطاء من قبل المدرب . وفي ضوء ما تقدم فمشكلة البحث الأساسية تكمن في أسلوب التغذية الراجعة للأداء و وقت إعطائها لمجموعة لديهم مستوى تعلم مسبق لكي

يتم التعرف على مدى التقدم الذي يحصل في الأداء الفني لفعالية دفع الثقل بعد إعداد وتطبيق منهج تعليمي قائم على أسس علمية سليمة - باعتقاد الباحث - وبما يضمن الارتقاء بالعملية التعليمية لهذه الفعالية .

### 3-1- أهداف البحث

1- إعداد منهج تعليمي لفعالية دفع الثقل للاعبين اندية ومراكز بغداد لدى اتحاد اللعاب القوى في اللجنة البارالمبية

2- التعرف على تأثير المنهج التعليمي الخاص بفعالية دفع الثقل .

3- معرفة تأثير استخدام التغذية الراجعة في الأداء الفني لدفع الثقل .

### 4-1- فرضا لبحث

1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لدى مجموعتي البحث في مستوى الأداء الفني بدفع الثقل .

2- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار البعدي لمجموعتي البحث .

### 5-1- مجالات البحث

1-5-1- المجال البشري : لاعبي اندية بغداد وبعض من اندية المحافظات من الديوانية وديالى وذي قار و البالغ عددهم 6 لاعبين من ذوي الاحتياجات الخاصة .

2-5-1- المجال الزماني :

للمدة من 10 / 3 / 2023 م لغاية 20 / 5 / 2023 م

1-5-3- المجال المكاني : المركز التدريبي الخاص باتحاد العاب القوى للمعاقين في اللجنة البارالمبية الوطنية العراقية ملعب الشعب الدولي و قاعة الحديد

## 2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

### 1-2- منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته مع طبيعة مشكلة البحث وتم اختيار تصميم المجموعتان المتكافئتان ذات الاختبارين القبلي والبعدي عشوائية الاختيار .

### 2-2- عينة البحث

وقد اشتملت عينة البحث على لاعبي اندية بغداد في فعالية اللعاب القوى للمعاقين فئة CP34 ، الذين لديهم مستوى تدريب سابق لفعالية دفع الثقل من خلال المراحل السابقة في التدريب . ولتحديد مجموعتين لهم نفس المستوى من التعلم قام الباحث بأخذ درجات اختبار فعالية دفع الثقل من مدربي الساحة والميدان في اللجنة البارلمبية اتحاد اللعاب القوى وبطريقة القرعة تم تقسيم العينة إلى مجموعتين إذ مثلت المجموعة الأولى (1) والتي تمارس تدريب دفع الثقل وتأخذ تغذية راجعة من المدرب عن طريق تصحيح الأخطاء التي تظهر عند الأداء الفني خلال التدريب ، أما المجموعة الثانية فكانت ش (2) وهي تمارس تدريب دفع الثقل وتأخذ تغذية راجعة عن طريق مشاهدة الفلم الذي تم تصويره خلال الوحدة التعليمية والذي يُظهر الأخطاء التي ارتكبوها خلال التطبيق العملي والتي يقوم المدرب بتوضيحها لهم بعد التدريب . ولأجل معرفة التجانس بين افراد العينة استخدم الباحث معامل الاختلاف في متغيرات العمر والطول والوزن وكانت ضمن الحدود الطبيعية لمعامل الاختلاف ، إذ انه " كلما اقتربت قيمته من (1%) يعد التجانس عالياً و إذا زادت عن (30%) يعني أن العينة غير متجانسة والجدول (1) يوضح ذلك .

#### جدول (1)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الاختلاف لمتغيرات العمر والطول والوزن لدى عينة البحث

المتغيرات	س	ع	ف
العمر بالسنة	19.7	0.609	3.092 %
الطول بالسنتيمتر	177.7	25.19	14.18 %
الوزن بالكيلو غرام	68.3	11.82	17.30 %

### 3-2 التجربة الاستطلاعية :

ان اهم ما يوصي به البحث العلمي على نتائج دقيقة موثوق بيها هي اجراء التجربة الاستطلاعية وهي دراسة تجريبية اولية , يقوم بها الباحث على عينة صغيرة على قيامه ببحثه والهدف منها هي اختيار اساليب البحث وادواته (1)

لذا قام الباحث باجراء التجربة الاستطلاعية الاولى بتاريخ 2023/3/11

على عينة قوامها ثلاث رياضيين في فعالية دفع الثقل cp34 من الجلوس  
4-2 الاختبار المستخدم في البحث

### اختبار دفع الثقل

- الغرض من الاختبار :

- تقويم الأداء الفني بدفع الثقل لفئة CP34.

- الأدوات

دائرة الرمي : وهي دائرة قطرها (2.135 متر ) و يثبت عليها كرسي الرمي الخاص بهذه الفعالية مثبت برباطات من الجوانب لكي لا يتحرك اثناء دفع الثقل .

الثقل : كروي الشكل مصنوع من المعدن بوزن (4 كغم ) وهو الوزن الخاص لفئة CP34، عدد (6) ثقلاً  
- مواصفات الأداء :

يجلس اللاعب على الكرسي الخاص به ويثبت ورك اللاعب لكي لا تكون عملية رفع الورك اثناء الرمي لان اذا تم رفع ورك اللاعب اثناء الرمي تكون المحاولة فاشلة و يمسك الثقل مسكة الطبيعية و القانونية لفعالية دفع الثقل للمعاقين لفئة CP34 حيث يقوم بميلان الجذع الى الخلف ثم الى الامام باقصى سرعة للحصول على سرعة رمي الاداة .

- الشروط : يتم تطبيق القانون الخاص بفعالية دفع الثقل وفي حالة ارتكاب المختبر مخالفة تعد المحاولة فاشلة ويسمح له بثلاث محاولات فقط حسب قانون اللعبة .

- طريقة التسجيل :

يتم احتساب الدرجة من خلال عرض الاختبار المصور بـ (CD) على الخبراء من ذوي الخبرة والاختصاص لتقويم الأداء للطلاب من (10) درجات ( أي إن التقويم يكون للأداء فقط دون الأخذ بنظر الاعتبار مسافة الثقل ) .

- إعداد استمارة تقويم مستوى الأداء الفني .

تم إعداد استمارة تقويم مراحل فعالية دفع الثقل طبقاً لرأي الخبراء موضحاً عليها مقدار الدرجة لكل مرحلة من مراحل الأداء الفني للفعالية .

ولغرض التأكد من تكافؤ مجموعتي البحث قام الباحث باستخدام اختبار (T-test) لحقيقة الفروق بين المتوسطات الحسابية للعينات المستقلة غير المتساوية العدد ، لاختبار دفع الثقل وكانت النتائج وفق ما موضح في الجدول (2) ، مما يؤكد تكافؤ المجموعتين .

## جدول (2)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار القبلي لدفع الثقل وكذلك عدد العينة وقيمتي ( T ) المحسوبة والجدولية والدلالة الإحصائية .

الاختبار	المجاميع	س	ع	عدد العينة	درجة الحرية	قيمة T المحسوبة	قيمة T الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
دفع الثقل	م الأولى (1)	3.83	0.77	24	50	1.4	2.01	0.05	عشوائي
	م الثانية (2)	3.57	0.63	28					

## 5-2- الأجهزة والأدوات والوسائل المستعملة في البحث :

## 5-2-1-الأجهزة :

- 1- كاميرا دجتل نوع Sony ، ( 8 ) ملم تصل سرعتها إلى (30) صورة / ثانية ، يابانية المنشأ، X990
- 2- جهاز حاسبة إلكتروني P4 صيني الصنع
- 3- جهاز عرض داتا شو Infocus – MODEL LP530- MADE in U.S.A
- 4- جهاز لقياس الوزن

## 5-2-2- الأدوات

- 1- ثقل بوزن (4) كغم عدد (3) ثقلاً
- 2- شريط معدني لقياس الطول
- 3- قرص (CD) عدد ( 3 ) .
- 4- كرات بلاستيكية متوسطة الحجم ( بحجم الثقل ) عدد (15) كرة محشوة بالجص لزيادة وزنها حيث يكون وزنها ( 3 ) كغم.
- 5- كرسي رمي خاص بفعالية دفع الثقل cp34 وبأرتفاع cm75

## 6-2 إجراءات البحث

بدأ الباحث باختيار لاعبين اندية بغداد و المحافظات من المعاقين فئة CP34 وبطريقة اقرعة كانت المجموعة الأولى وعددهم (3) لاعبين و المجموعة الثانية وعددهم (3) لاعبين بعد اختيار اللاعبين وبإشراف الباحث مع المدربين لكل مجموعة تم عرض فلم تعليمي لفعالية دفع الثقل مع عرض بعض

التمارين التعليمية المصورة وكان عرض هذا الفلم خلال الأسبوع الأول (المنهج التعريفي) وللمجموعتين كل مجموعة منفصلة عن الأخرى في 15 / 3 / 2023 م وبعدها تم إجراء الاختبار القبلي للمجموعتين في 14 / 3 / 2023 م ثم تطبيق المنهج التعليمي بتاريخ 17 / 3 / 2023 م وللمجموعتين والذي تضمن (16) وحدة تدريبية بواقع وحدتين تدريبيتين في الأسبوع وكان الاختلاف بين المجموعتين هو في أسلوب إعطاء التغذية الراجعة . خلال الوحدة التعليمية للمجموعة الأولى (1) يقوم المدرب بتصحيح الأخطاء للاعبين خلال التدريب والمجموعة الثانية (2) يقوم المدرب بتصحيح الأخطاء بعد التدريب من خلال عرض الفلم الذي تم تصويره للاعب خلال التدريب وتم تعويض أيام العطل الرسمية خلال المنهج وكان الوقت المخصص للتدريب (45) دقيقة . وكانت الوحدات التعليمية تتم بعد التدريب الساحة والميدان في ملعب الشعب حيث بعد انتهاء التدريب يتم إعطاء اللاعبين راحة لمدة (15) دقيقة لاستعادة الشفاء ثم يتم تطبيق المنهج التعليمي وكان عرض الفلم يتم في مختبر الحاسبات أو في القاعة الدراسية رقم (1) ، إذ يقوم المدرب بتوضيح وتشخيص الأخطاء الفنية لدى اللاعبين من خلال عرض الفلم .

## 1-6-2 الاختبار القبلي

خلال الأسبوع الأول كان هناك منهجاً تعريفياً لفعالية دفع الثقل وبعده تم إجراء الاختبار القبلي في 14 / 3 / 2023 م ، وقد تم إعطاء كل طالب ثلاث محاولات حسب قانون اللعبة وتم تصوير الأداء الفني لأفراد المجموعتين ثم تم تحويل الفلم إلى (CD) وزع على الخبراء مع استمارة توزيع الدرجات على أجزاء الحركة ، فضلاً عن استمارة تقويم مستوى الأداء الفني .

## 2-6-2 التصوير

جرى التصوير بكاميرا نوع Sony يابانية الصنع X990 ذات سرعة تصل (30 صورة / ثانية ) وكان المصور يركز في تصويره على اللاعبين عند أدائهم للتمارين أو الأداء الفني للفعالية خلال الدرس لغرض مشاهدة الأخطاء بصورة واضحة خلال العرض وكانت الكاميرا تثبت بواسطة ركائز ( ستاند ) لمنعها من الحركة وبارتفاع مناسب وتكون جانبية لدائرة الرمي أي خارج مجال الرمي لتصور الحركة بشكل واضح وتظهر كل زوايا الحركة من بدايتها إلى نهايتها و عند الانتهاء من التصوير يتم نقله إلى الحاسبة أو عرضة بصورة مباشرة من الكاميرا إلى جهاز الداتا شو ثم إلى شاشة العرض الجدارية للاعبين المجموعة الثانية.

## 2-6-3 الاختبار البعدي

2023/5/19 م من اجل التعرف على تأثير التغذية الراجعة للأداء بنوعيتها وتأثيرها في تحسن مستوى الأداء الحركي لفعالية دفع الثقل cp34 من الجلوس . وتم تصوير ثلاث محاولات لكل لاعب حسب قانون

اللعبة ثم وزع (CD) على الخبراء مع استمارة توزيع الدرجات على أجزاء الحركة واستمارة لتقويم الأداء الفني . وقد راعى الباحث الظروف الزمانية والمكانية نفسها في الاختبارين القبلي والبعدي .

## 7-2 الوسائل الإحصائية :

- 1\_ الوسط الحسابي
- 2\_ الانحراف المعياري
- 3\_ الوسط
- 4\_ معامل الالتواء
- 5\_ النسبة المئوية

## 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

في هذا الباب ارتأى الباحث عرض النتائج التي تم الحصول عليها من الاختبارات القبلي والبعدي خلال مجريات البحث في جداول توضيحية ، ثم تحليل هذه النتائج ومناقشتها لغرض التأكد من صحتها ومدى تطابقها مع أهداف وفروض البحث .

### 3-1- عرض نتائج الاختبارات القبلي والبعدي ونسبة التطور لمجموعي البحث في اختبار دفع الثقل وتحليلها ومناقشتها .

جدول (4)

يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلي والبعدي لمجموعي البحث وقيمتي ( T ) المحسوبة والجدولية ونسبة التطور .

المجموع	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة T المحسوبة	درجة الحرية	قيمة T الجدولية	الدلالة الإحصائية	نسبة التطور
	س	ع	س	ع					
المجموعة الأولى	3.833	0.77	7.208	0.658	13.84	23	2.07	معنوي	46.8 %
المجموعة الثانية	3.517	0.63	7.357	0.755	17.27	27	2.06	معنوي	52.2 %

من خلال الجدول (4) أعلاه تبين لنا بان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي للمجموعة الأولى كان (3.833) وبانحراف معياري (0.77) ، في حين بلغ الوسط الحسابي للمجموعة نفسها في الاختبار البعدي (7.208) وبانحراف معياري (0.658) .

وظهرت قيمة (T) المحسوبة لهذه المجموعة (13.84) وعند استخراج ( T ) الجدولية عند درجة الحرية (23) ومستوى دلالة (0.05) كانت (2.07) مما يعني إن الدلالة الإحصائية كانت معنوية. ولغرض معرفة

نسبة التطور الحاصلة للمجموعة الأولى من جراء التحسن بالأداء الفني لفعالية دفع الثقل cp34 ، تم استخدام قانون نسب التطور للأوساط الحسابية القبلية والبعدي للاختبار ، إذ بلغت نسبة التطور لهذه المجموعة ( 46.8 % ) . أما المجموعة الثانية فقد بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (3.517) وبانحراف معياري (0.63) ، في حين كان الوسط الحسابي للاختبار البعدي (7.357) وبانحراف معياري (0.755) ، وظهرت قيمة ( T ) المحسوبة لهذه المجموعة (17.27) وعند استخراج ( T ) الجدولية عند درجة الحرية (27) ومستوى دلالة (0.05) كانت

(2.06) مما يعني إن الدلالة الإحصائية كانت معنوية . وعند استخراج نسبة التطور الحاصلة لهذه

المجموعة من جراء التحسن بالأداء الفني لفعالية دفع الثقل cp 34

كانت النسبة ( 52.2 % ) ، من خلال النتائج التي ظهرت نلاحظ أن كلا المجموعتين قد حصلت على فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبارات البعدي لكلا المجموعتين ، ويمكن أن نعزو هذا التحسن الذي حصل للمجموعتين إلى المنهج التعليمي المعد من الباحث وما تحتويه الوحدات التعليمية من تدرج بالحركة والانتقال من السهل إلى الصعب ، وهذا ما يؤكد عليه " قاسم لزام و آخرون " من : " أن عملية نجاح التعلم والتدريب تتطلب الممارسة المستمرة ولتحقيق هذه العملية تظهر أهمية التدرج كعامل فعال و مؤثر فيها ، إذ أن التدرج بصعوبة الحركات والمهارات الرياضية من السهل إلى الصعب و من البسيط إلى المعقد حيث يساعد على فهم وإدراك واستيعاب الحركة أو المهارة وبالتالي سوف يتدرج في تنفيذ المفردات المطلوبة في الأداء وفق حدود المتعلم في إمكانياته وقدراته الوظيفية مما يكون له الأثر الإيجابي على مستوى التعلم . وما أكده ايضاً " نجاح مهدي شلش و أكرم محمد صبحي " من : " إن الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرار المستمر ضرورية في عملية التعلم ... كذلك التدريب المنظم عن طريق أداء المهارة وفقاً لخطوات تعليمية بسيطة ثم الانتقال التدريجي في زيادة سرعة وقوة الأداء "

و كذلك دور استخدام أدوات بديلة ثم الأداة الأصلية ساعد في رفع مستوى الأداء الفني .

وهذا ما أكده " كورت ما ينل " : " إن تركيز المتعلم يجب أن يوجه على شعوره العضلي بحيث يتمكن أن يحول تأثير تنظيم المحيط على أدائه الحركي ، وخلال ذلك يمكن إن يقوي المعلومات المحصلة من الأدوات والملاعب ... ويمكن أن يتم ذلك على سبيل المثال عن طريق استعمال أدوات ثقيلة أو خفيفة أو اختيار أماكن تدريبية معينة ، وبالتالي فإن هذه النتائج تؤكد صحة الفرضية الأولى للبحث ، والتي مفادها أن فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لدى مجموعتي البحث في مستوى الأداء الفني بدفع الثقل . ومن خلال استخراج نسبة التطور نلاحظ أن التطور الحاصل لدى المجموعة الثانية كان أكبر من نسبة التطور لدى المجموعة الأولى ويعزو الباحث سبب ذلك إلى الأسلوب الذي

استخدم حيث كان أسلوب المجموعة الأولى يتضمن تصحيح المدرب لأخطاء اللاعبين خلال المدرب وهي تجعل اللاعب يستلم نسبة كبيرة من الإيعازات التي تحكم على أدائه من المدرب – أي تكون الإيعازات سمعية لا يستطيع اللاعب أن يشاهد نفسه خلال الأداء - ، أما في الأسلوب الثاني للمجموعة الثانية فكان يتم عرض تصوير الأداء ومن ثم يتم تصحيح المدرب للاعبين – أي إن اللاعب سوف يتمكن من مشاهدة ما وقع به من أخطاء والاستماع إلى تصحيح المدرب ، ومن خلال ما أكده "وجيه محجوب (وآخرون) " : " بان تصور الأداء تصوراً تاماً سيؤدي بالرياضي إلى النجاح وخاصة إذا ربط هذا التصور والتخيل بالناحية الفكرية الناتجة عن الشرح والتوضيح البصري واللغوي للمهارة الحركية والمتصورة هي مكونات حركية منقولة عن طريق النظر والسمع في البداية تكون هذه الصورة عامة مع عدم التركيز على الأمور الغير واضحة وبعد ذلك يثبت هذا التصور من خلال الممارسة والخبرة يمكننا القول بان فرصت المجموعة الثانية كانت اكبر من المجموعة الأولى في استلام تغذية راجعة للأداء

### 2-3 عرض نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث في اختبار دفع الثقل وتحليلها ومناقشتها .

#### جدول (5)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمتي ( T ) المحسوبة والجدولية لنتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث

المجاميع	س	ع	عدد العينة	درجة الحرية	قيمة T المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة T الجدولية	الدلالة الإحصائية
المجموعة الأولى	7.208	0.658	24	50	0.776	0.05	2.01	عشوائي
المجموعة الثانية	7.357	0.755	28					

من خلال الجدول (5) أعلاه يتبين لنا بان قيمة ( T ) المحسوبة لنتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية كان (0.776) وهي اصغر من قيمة ( T ) الجدولية

(2.01) تحت مستوى دلالة (0.05) وعند درجة الحرية (50) وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين الأولى والثانية ، وهذا يؤكد على عدم تحقيق الفرض الثاني للبحث والذي يتضمن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين البعدي لمجموعتي البحث إن عدم وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارين البعديين للمجموعتين يؤشر على أن نسبة الفرق الزمني المستخدم في إعطاء التغذية الراجعة للأداء خلال التدريب أو بعد التدريب كانت ضئيلة في التأثير على عملية التعلم وان عملية التعلم ترجع إلى الممارسة والتكرار وتراكم الخبرة لدى مجموعتي البحث من خلال المنهج التعليمي الواحد الذي استخدمته المجموعتين واستخدام أسلوب التغذية الراجعة للأداء ساعد اللاعبين على سرعة اكتساب الفعالية وتحسن أدائهم بشكل يعطي للاعب الثقة والقدرة على الاستجابة لتوجيهات المدرب للتخلص من النواحي السلبية للأداء وهذا ما أكده " السيد عبد المقصود " : تكون المعلومات حول تفاصيل الأداء الحركي ضرورية حتى يمكن أداء التصحيحات الحركية اللازمة ... وللمعلومات التي تنشأ عن مستقبلات الإحساس العضلي أهمية بالغة للتعلم ويسهم صقلها وتدقيقها في الإسراع بعملية التعلم بصورة جوهرية من خلال إمداد المتعلم بمعلومات إضافية ودقيقة عن أداءه الحركي ، وعن طريق المقارنة بين المعلومات المختلفة - المعلومات الناتجة عن إحساس المتعلم وإدراكه الخاص بالمعلومات المرتدة التي تبلغ إليه بالطرق المختلفة - يتم تنمية إدراكه الذاتي ويصبح أكثر وعياً بمسار الأداء الحركي ويشير كذلك " Jean Williams " إلى دور التغذية الراجعة في التعلم حيث يؤكد على إن : " إذا كان التدريب والتمرين يأتي بالمرتبة الأولى لنجاح تعلم المهارات الحركية فان التغذية الراجعة تأتي بالمرتبة الثانية والتي من دونها لا يحدث التعلم من الناحية التطبيقية " وكذلك يرى " علي مصطفى " : " إن التغذية الراجعة بمختلف أنواعها تلعب (تؤدي) دوراً أساسياً في التعلم وتكرار الأداء وفي حالة عدم وجود تغذية راجعة لم يؤدي إلى حدوث تعلم " إن تكرار المهارة لايعني تعلمها ذا لم تتوفر التغذية الراجعة المناسبة التي تعزز التعلم وهذا ما ذكره " قاسم لزام " من شروط المهارة المقرونة بالمعلومات حول الأداء حيث قال : " إن هذا الشرط يعد ويكون من أكثر الشروط أهمية في المهارة الحركية حيث إن تصحيح الحركة أو أدائها بصورة متكررة سيخلق نوعاً من التوجيه الداخلي الذي يعمل على تنظيم العمل بين الجهاز العصبي والعضلات وان ذلك يؤدي إلى حركة هذا العمل في الذاكرة الحركية حيث تصبح الحركة وهذا التوجيه لاياتي إلا من خلال الإرشادات والتعليمات للتغذية الراجعة للأداء التي توضح وضع الجسم الصحيح " . ومن خلال ما تقدم يمكن القول إن التقدم في المستوى لكلا المجموعتين جاء نتيجة استخدام وسائل مساعدة هي الأدوات البديلة والأجهزة وشرح المهارة بكل مراحلها وعمل على عرض نموذج حركي للمهارة كل تلك الأمور تعتبر مثيرات حركية .

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات

##### 4-1- الاستنتاجات

- من خلال نتائج البحث تمكن الباحث من التوصل إلى الاستنتاجات الآتية :
- 1- للمنهج التعليمي المقترح أثر ايجابي في تطور الأداء الفني لدفع الثقل لمجموعتي البحث.
  - 2- كان لاستخدام التغذية الراجعة للأداء بنوعيتها تأثير متقارب في رفع مستوى الأداء الفني لدفع الثقل cp34 من الجلوس .
  - 3- حققت المجموعة الثانية التي استخدمت تغذية راجعة بعد الأداء تقدماً بنسبة تطور أفضل من المجموعة الأولى التي استخدمت التغذية الراجعة أثناء الأداء .

##### 4-2- التوصيات

- في ضوء استنتاجات البحث ونتائجه ، يوصي الباحث بما يأتي :
- 1- إجراء دراسات مقارنة بين الأنواع المختلفة من التغذية الراجعة وتأثيرها بمستوى الأداء على فئات عمرية مختلفة و لكلا الجنسين .
  - 2- تنظيم دورات صقل للمدرسين عن كيفية استخدام التغذية الراجعة في تعلم الأداء الفني لفعالية دفع الثقل و الفعاليات الأخرى .
  - 3- إنشاء مكتبة ( سمعية بصرية ) تضم أفلام (CD) تعليمية لكل الفعاليات الرياضية مع الشرح لغرض الاستفادة منها من قبل الطلبة في كليات التربية الرياضية .
  - 4- اعتماد المنهج التعليمي في تحسين الأداء الفني لدفع الثقل للمعاقين من الجلوس

## المصادر العربية

- 1- عباس احمد السامرائي وعبد الكريم محمود السامرائي ؛ كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية : ( البصرة ، دار الحكمة للطباعة ، 1991 ) .
- 2- علي مصطفى طعمه ؛ الدوائر المغلقة في التعلم الحركي ، ط1 : ( عمان ، دار الفكر العربي ، 1999 ) .
- 3- قيس ناجي وشامل كامل ؛ مبادئ الإحصاء في التربية الرياضية : ( بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1988 ) .
- 4- قاسم لزوم صبر ؛ موضوعات في التعلم الحركي : ( بغداد ، مكتب المنتصر للطباعة ، 2005 ) .
- 5- قاسم لزوم صبر ( وآخرون ) ؛ أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم : ( القاهرة ، دار الكتب المصرية ، 2005 ) .
- 6- كورت ما ينل ؛ التعلم الحركي ، ترجمة ، عبد على نصيف ، ط2 : ( جامعة الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 1987 ) .
- 7- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط2 : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1988 ) .
- 8- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ الاختبارات المهارية والنفسية في التربية الرياضية ، ط1 : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1987 ) .
- 9- وجيه محجوب ؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه : ( الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988 ) .
- 10- وجيه محجوب ؛ علم الحركة : ( الموصل ، مطابع جامعة الموصل ، 1989 ) .
- 11- وجيه محجوب ( وآخرون ) ؛ نظريات التعلم والتطور الحركي : ( بغداد ، مطبعة وزارة التربية ، 2000 ) .
- 12- وجيه محجوب ؛ نظريات التعلم والتطور الحركي : ( عمان ، دار وائل للنشر ، 2001 ) .
- 13- وجيه محجوب ؛ البحث العلمي ومناهجه : ( بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 2002 ) .
- 14- وديع ياسين محمد و حسن محمد عبد ؛ التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية : ( الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999 ) .

## المصادر الأجنبية

- 15- Jean Williams : Applied Sport Psychology : (Catifonia London Toront , Mayfield Publishing Co , 1995 ) .P.18 .