

تأثير استراتيجية تعليمية وفق نظام الرصد والمتابعة (مركز الفعالية) في تعلم وإنجاز فعالية دفع

الثقل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

م.م. أفنان خليل كاطع

¹ العراق.

*الايمل: afnan.sport@tu.edu.iq

تاريخ نشر: 2026/08/25

تاريخ استلام: 2026/06/15

المخلص

هدف البحث إلى الكشف عن تأثير استراتيجية تعليمية قائمة على نظام الرصد والمتابعة (مركز الفعالية) في تعلم الأداء المهاري والإنجاز الرقمي لفعالية دفع الثقل. طبقت الدراسة المنهج التجريبي على عينة قوامها (46) طالباً من المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالجامعة المستنصرية، تم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين: تجريبية (تدرس بالاستراتيجية المقترحة) وضابطة (تدرس بالطريقة الاعتيادية). اعتمدت الدراسة أدوات قياس تضمنت بطارية اختبارات للتقويم القبلي والبعدي، لتقييم المراحل الفنية الفرعية للمهارة والمسافة المنجزة. أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في الاختبار البعدي لصالح المجموعة التجريبية. في جميع محاور الأداء المهاري في قياس المسافة (الإنجاز) استنتج أن الاستراتيجية التعليمية المبنية على نظام الرصد والمتابعة كانت فعالة في تحسين جودة التعلم الحركي والإنجاز، وذلك من خلال التركيز على مركز الفعالية وتقديم تغذية راجعة مستمرة ومنظمة. في ضوء هذه النتائج، واوصت بتعميم الاستفادة من هذا النموذج التعليمي.

الكلمات المفتاحية:

استراتيجية تعليمية، نظام الرصد والمتابعة، مركز الفعالية، الأداء المهاري، دفع الثقل.



The Impact of an Instructional Strategy Based on a Monitoring and Follow-up System (Skill Center) on Learning and Achieving Shot Put Effectiveness Among Students of the College of Physical Education and Sports Sciences

Asst. Lect. Afnan Khalil Kati'

¹ Iraq.

*Corresponding author: afnan.sport@tu.edu.iq

Received: 15-06-2026

Publication: 25-08-2026

Abstract

This research aimed to investigate the impact of an instructional strategy based on a monitoring and follow-up system (Skill Center) on learning the skill performance and numerical achievement in the shot put. The study applied the experimental method to a sample of (46) third-year students at the College of Physical Education and Sports Sciences, Al-Mustansiriyah University. They were randomly divided into two groups: an experimental group (studied using the proposed strategy) and a control group (studied using the conventional method). The study relied on measurement tools that included a battery of pre- and post-assessment tests to evaluate the sub-phases of the skill and the distance achieved. The results showed statistically significant differences between the two groups in the post-test in favor of the experimental group, across all axes of skill performance and in distance measurement (achievement). It was concluded that the instructional strategy based on the monitoring and follow-up system was effective in improving the quality of motor learning and achievement, by focusing on the skill center and providing continuous and organized feedback. In light of these results, the study recommended generalizing the use of this educational model.

Keywords:

Instructional Strategy, Monitoring and Follow-up System, Skill Center, Skill Performance, Shot Put.



1-1 مقدمة البحث وأهميته:

يشهد التعليم الجامعي في العصر الحديث تطورًا متسارعًا في الفلسفات التربوية والأساليب التعليمية، ولا سيما في مجالات التربية البدنية وعلوم الرياضة التي تعتمد بشكل أساسي على التكامل بين الجانبين النظري والتطبيقي. ويُعد التعلم الحركي أحد المرتكزات الأساسية في تدريس المواد العملية في كليات التربية البدنية، إذ يرتبط ارتباطًا مباشرًا باكتساب الطلبة للمهارات الحركية وإتقان الأداء الفني وتحقيق الإنجاز الرياضي. فالتعلم الحركي لا يقتصر على تكرار الأداء، بل يشمل عمليات معرفية وإدراكية وتنظيمية تسهم في بناء أنماط حركية صحيحة ومستقرة وقابلة للتطوير. ويُعد التحليل النوعي للأداء الحركي من الأساليب العلمية المهمة في مراقبة التطبيقات العملية، إذ يعتمد على الملاحظة المنظمة والمشاهدات الحية، وتحليل مراحل الأداء الفني، وربطها بالمتغيرات التعليمية والبدنية المؤثرة في التعلم. ويسهم هذا النوع من التحليل في تقديم تغذية راجعة فورية ودقيقة، تساعد الطلبة على تصحيح أخطائهم الحركية وتحسين جودة الأداء، خاصة في الفعاليات الرياضية التي تنتم بالتعقيد الفني مثل فعالية دفع الثقل.

و فعالية دفع الثقل من الفعاليات الأساسية والمهمة في ألعاب القوى، لما تتميز به من طبيعة مركبة تجمع بين القوة البدنية والدقة الفنية والتوافق الحركي العالي. فهي لا تعتمد على القوة العضلية وحدها، بل تتطلب فهماً دقيقاً لمراحل الأداء الحركي، بدءاً من وضع الاستعداد، مروراً بمرحلة الانزلاق أو الدوران، وانتهاءً بمرحلة الدفع والتوازن النهائي. وتمثل هذه الفعالية وسيلة تعليمية فعالة لتنمية القدرات البدنية والمهارية لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، كما تسهم في تعزيز فهمهم لمبادئ الميكانيك الحيوي والتعلم الحركي المرتبط بالأداء الرياضي الصحيح. وتكتسب هذه الفعالية أهمية تعليمية خاصة في التدريس الجامعي، كونها تسهم في إعداد الطلبة إعداداً علمياً وعملياً يؤهلهم لممارسة التدريس أو التدريب مستقبلاً، إضافة إلى دورها في صقل مهارات التحليل والملاحظة والتقييم الحركي. كما تُعد هذه الفعالية ميداناً خصباً لتطبيق الاستراتيجيات التعليمية الحديثة التي تعتمد على المراقبة الدقيقة للأداء، والتغذية الراجعة، والمتابعة المستمرة لمستوى التعلم والإنجاز، ويواجه المدرسون صعوبات متعددة في تعليم فعالية دفع الثقل، تعود في جزء منها إلى تعقيد الأداء الفني وتعدد مراحلها، مما يجعل من الصعب على الطلبة استيعاب المهارة وإتقانها في وقت قصير. كما أن الاختلافات الفردية بين الطلبة من حيث القدرات البدنية والخبرة الحركية السابقة تشكل تحدياً إضافياً أمام المدرس في اختيار الأسلوب التعليمي المناسب لجميع الطلبة. ويُعد نظام الرصد والمتابعة من الأساليب التعليمية المعاصرة التي تُعنى بمراقبة تطور مستوى الطلبة عبر مراحل التعلم المتتابعة، وذلك بالاعتماد على مؤشرات أداء محددة ومعايير تقويم مرحلية تسهم في تشخيص مستوى التعلم بدقة. ويُشكل مركز الفعالية الركيزة الأساسية لهذا النظام، إذ يركز على ترسيخ القاعدة الحركية الصحيحة للمهارة، ومتابعة الأداء منذ بدايات التعلم، الأمر الذي يساعد على توجيه العملية التعليمية بصورة تدريجية ومنظمة وصولاً إلى تحقيق الإتقان الفني ورفع مستوى الإنجاز. فمركز الفعالية بوصفه مرحلة محورية في تعلم المهارات الحركية، حيث يسهم الاهتمام بهذه المرحلة في بناء أساس فني سليم يقلل من الأخطاء اللاحقة، ويساعد الطلبة على تحقيق تعلم أكثر ثباتاً واستمرارية. إضافة إلى ذلك، يعاني بعض الطلبة من الخوف أو التردد أثناء أداء المهارة، نتيجة عدم وضوح مراحلها الفنية أو ضعف التدرج في التعليم، مما ينعكس سلباً على مستوى التعلم والإنجاز. كل هذه الصعوبات تؤكد الحاجة إلى اعتماد استراتيجيات تعليمية حديثة تسهم في تنظيم عملية التعليم، ومراقبة الأداء الحركي بصورة علمية، وتوفير بيئة تعليمية تساعد المدرس والطالب على تحقيق أفضل نتائج ممكنة في تعلم فعالية دفع الثقل. ومن هنا تنبع أهمية هذا البحث من كونه يسهم في تطوير العملية التعليمية في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة من خلال اعتماد استراتيجية تعليمية حديثة قائمة على نظام الرصد والمتابعة، بما يعزز من فاعلية التعلم الحركي ويرتقي بمستوى الأداء المهاري والإنجاز الرياضي لدى الطلبة. كما تبرز أهمية توظيف التحليل النوعي للأداء



الحركي بوصفه أداة علمية دقيقة لمراقبة التطبيقات العملية، وتشخيص الأخطاء الفنية، وتقديم التغذية الراجعة المناسبة في الوقت المناسب.

2-1 مشكلة البحث:

على الرغم من الأهمية الكبيرة التي تحظى بها فعالية دفع الثقل في مناهج كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، ودورها الفاعل في تنمية القدرات البدنية والمهارية والمعرفية لدى الطلبة، إلا أن الواقع التعليمي يشير إلى وجود تباين ملحوظ في مستوى تعلم الأداء الفني وتحقيق الإنجاز لدى الطلبة. فقد لوحظ أن العديد من الطلبة يواجهون صعوبة في إتقان المراحل الفنية الأساسية لفعالية دفع الثقل، وعدم قدرتهم على الربط الصحيح بين الجوانب النظرية والتطبيق العملي، كل ذلك ولد للباحثة مشكلة نتيجة اعتماد بعض المدرسين على أساليب تعليمية تقليدية تركز على الشرح والتكرار العملي دون الأخذ بنظام تعليمي قائم على الرصد والمتابعة المنظمة لمراحل التعلم الحركي. وبالتالي يواجه المدرسون صعوبات في مراقبة الأداء الحركي للطلبة وتحليل الأخطاء الفنية بصورة دقيقة أثناء التطبيقات العملية، لاسيما في ظل كثرة أعداد الطلبة، وضيق الوقت المخصص للدروس العملية، وتعقيد مراحل الأداء الفني لفعالية دفع الثقل. ويؤدي ذلك إلى ضعف تطبيق استخدام التغذية الراجعة المقدمة للطلبة، وتأخر تصحيح الأخطاء الحركية، مما ينعكس سلباً على مستوى التعلم وثبات الأداء والإنجاز. الأمر الذي يؤثر في مستوى إنجازهم مقارنة بالمستويات التعليمية المأمولة. ومن هنا حاولت الباحثة استخدام نظام الرصد والمتابعة أحد النظم التعليمية الحديثة التي تهدف إلى تتبع مستوى تقدم الطلبة خلال مراحل التعلم المختلفة، من خلال اعتماد مؤشرات أداء واضحة ومعايير تقييم مرحلية. لمركز الفعالية كنقطة الانطلاق الأساسية في هذا النظام، حيث يتم التركيز على بناء الأساس الحركي السليم للمهارة، ومراقبة الأداء منذ المراحل الأولى للتعلم، بما يضمن الانتقال التدريجي والمنظم نحو الإتقان الفني وتحقيق الإنجاز.

3-1 أهداف البحث

- 1- التعرف على استراتيجيات تعليمية وفق نظام الرصد والمتابعة (مركز الفعالية) و فعالية دفع الثقل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- 2- التعرف على تأثير استراتيجيات تعليمية وفق نظام الرصد والمتابعة (مركز الفعالية) في الأداء الفني ومستوى الإنجاز الرقمي لفعالية دفع الثقل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

4-1 فروض البحث

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في تعلم الاداء و الإنجاز الرقمي لفعالية دفع الثقل لدى طلبة المجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي.
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي في تعلم الاداء و الإنجاز الرقمي لفعالية دفع الثقل لدى طلبة المجموعة التجريبية ولصالح احد المجموعات

5 – 1 مجالات البحث.

- 1 – 5 المجال البشري: (46) طالباً
- 1 – 5 – 2 المجال الزمني: للمدة من 2025 / 10 / 12 الى غاية 2025 / 11 / 30 .
- 1 – 5 – 3 المجال المكاني: بغداد- الجامعة المستنصرية

2 – 1 منهج البحث :

(تُعد عملية اختيار المنهج العلمي المناسب من الخطوات الأساسية عند الشروع في تنفيذ البحث، إذ يرتبط المنهج ارتباطاً مباشراً بطبيعة المشكلة البحثية وأهدافها،) (بدر ، 1987، صفحة 33) كونه الإطار الذي تستند إليه الباحثة في دراسة الظاهرة والوصول إلى نتائج دقيقة. وبناءً على ذلك، تم اعتماد المنهج التجريبي لكونه الأكثر ملاءمة لطبيعة هذا البحث، ولا سيما أنه يتيح دراسة تأثير المتغيرات المختلفة من خلال التحكم بها



وملاحظتها بصورة علمية. كما أن استخدام المنهج التجريبي الذي يضم أكثر من مجموعة يسهم في الكشف عن الفروق الناتجة عن تطبيق المتغير المستقل، ويعزز من دقة تفسير النتائج المتعلقة بالظاهرة المدروسة. (يدرس من خلال التجربة العوامل والمتغيرات التي قد تؤثر في الظاهرة أو المشكلة) (الكندري و عبد الدايم ، 1999 ، صفحة 61)

2-2 مجتمع البحث وعينته: -

حددت الباحثة مجتمع البحث بطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بصورة عمدية واختيار عينة البحث على طلاب المرحلة الثالثة من طلاب الجامعة المستنصرية للعام الدراسي (2025 – 2026 م) من شعبة (ا - ب) والبالغ عددهم (46) طالباً من المجموع الأجمالي بصورة عشوائية موزعين بالتساوي بعد استبعاد الراسبين والممارسين لهذه الفعالية بوصفهم عينة خام لم يسبق لهم ممارسة فعالية دفع الثقل المراد دراستها في هذا البحث ، وقد أستخدمت الطريقة العشوائية البسيطة في توزيعهم إلى مجموعتين (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة) عن طريق القرعة

2-3 وسائل جمع المعلومات والادوات المستخدمة في البحث:

2-3-1 وسائل جمع المعلومات :

1. الملاحظة والتجريب.
2. المقابلات الشخصية.
3. الاختبارات والقياسات
4. شبكة الانترنت

2-3-2 الادوات والاجهزة المستخدمة في البحث :

1. شواخص
2. ساعة توقيت
3. حاسبة الكترونية
4. ثقل بوزن (6.260) كغم عدد (8) ثقلاً
5. شريط معدني لقياس الطول
6. قرص (CD) عدد (3)

2-4 القياس و الاختبار:



- 1- اختبار دفع الثقل (إبراهيم، 2006، صفحة 44)
 - الغرض من الاختبار : تقويم الأداء الفني بدفع الثقل .
 - الأدوات دائرة الرمي : وهي دائرة قطرها (2.135 متر) مكساة بالأسمنت في وسط الدائرة يوجد خط يقسمها إلى قسمين وفي مقدمة الدائرة يوجد جزء الرمي ومثبت بالأرض ويسمى لوح الإيقاف .
 - الثقل : كروي الشكل مصنوع من المعدن بوزن (6.260 كغم) وهو الوزن الخاص لفئة الشباب ، عدد (15) ثقلاً .
 - مواصفات الأداء :
 - يدخل المختبر إلى دائرة الرمي من الجزء الخلفي ويأخذ الوضع المناسب له ويجب وضع الثقل بالقرب من الحنك ثم عمل حركة الميزان وتكوين الجسم ثم حركة الزحقة ودفع الثقل بيد واحدة من الكتف ثم القيام بحركة التبديل أو التغطية للحفاظ على التوازن ثم الخروج من الجزء الخلفي لدائرة الرمي .
 - 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 تحسب المسافة من حافة دائرة الرمي الى اقرب اثر يتركه الثقل لحظة الارتطام بالارض. المسافة بالمتر

2- تقويم الاداء

تم تقويم الاداء من خلال اعتماد الباحثة على (3) تدريسين في تقويم الاداء من ذوي الخبرة والاختصاص لتقويم الاداء للطلاب اذ تم إعداد استمارة تقويم مستوى الأداء الفني تحسب من (10) درجات لكل جزء من الحركة و بناتج (50) درجة لتقويم مستوى الأداء الفني (أي إن التقويم يكون للأداء فقط دون الأخذ بنظر الاعتبار مسافة الثقل) و تم إعداد استمارة تقويم مراحل فعالية دفع الثقل طبقاً لرأي الخبراء موضحاً عليها مقدار الدرجة لكل مرحلة من مراحل الأداء الفني للفعالية .

جدول (1) استمارة تقويم مراحل فعالية دفع الثقل

اسم الطالب : المجموعة: الدرجة:

المرحلة	حدود الدرجة	محاولة 1	محاولة 2	محاولة 3	الدرجة
وقفة الاستعداد ومسك الثقل	10 - 1				
وضع الميزان حركة تكوين الجسم	10 - 1				
حركة الزحقة	10 - 1				
حركة الدفع	10 - 1				
التبديل أو التغطية	10 - 1				



5-2 التجربة الاستطلاعية

أجرت الباحثة في يوم الأحد 2025/10/12 م تجربة استطلاعية على طلاب المرحلة الثالثة ، شعبة (ج) وكان عددهم (6) طالب اشتركوا في التجربة وهم خارج عينة البحث وكان الغرض من التجربة لمعرفة مدى صلاحية الأدوات المستخدمة .و التعرف على المعوقات

6-2 الاختبارات القبليّة:

أجرت الباحثة الاختبارات القبليّة على طلاب المرحلة الثالثة من طلاب الجامعة المستنصرية للعام الدراسي (2025 – 2026 م) من شعبة (ا - ب) والبالغ عددهم (46) طالباً من المجموع الأجمالي موزعين بالتساوي بعد استبعاد الراسبين والممارسين لهذه الفعالية وذلك في يوم الاربعاء تاريخ 15 / 10 / 2025 أجرت الاختبارات بصورة قانونية وبوجد ثلاث اساتذة مختصين لتقويم الاداء

1-6-2 تجانس العينة

لغرض التحقق من تجانس عينة البحث في متغيراته، وضمان انطلاقتها من مستوى واحد، تم حساب كل من الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمتغيرات البحث، وذلك كما هو موضح في الجدول (2).

جدول (2) يوضح تفاصيل تجانس العينة

ت	الاختبار	وحدة القياس	الوسط	الوسيط	الانحراف	معامل الالتواء
1	وقفة الاستعداد ومسك الثقل	درجة	3.304	3	0.627	0.328-
2	وضع الميزان حركة تكوير الجسم	درجة	1.956	2	0.697	0.059
3	حركة الزحقة	درجة	2.304	2	0.695	0.494-
4	حركة الدفع	درجة	1.434	1	0.501	0.272
5	التبديل أو التغطية	درجة	1.435	1	0.5011	0.271
6	الاداء المهاري الكلي	درجة	10.304	11	1.427	0.423-
7	الانجاز	متر	6.143	6.10	2.91	0.122

2-6-2 تكافؤ العينة

للتأكد من تكافؤ المجموعتين التجريبيّة والضابطة، وضمان انطلاقيهما من مستوى واحد، تم فحص القيم الإحصائية للمعنوية الفعلية، والتي أظهرت عشوائية الفروق بين المجموعتين، مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بينهما، وبذلك يُستدل على تكافؤ المجموعتين، كما هو موضح في الجدول (3).



جدول (3) يبين تكافؤ مجموعتي البحث

المهارة	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة T	مستوى الدلالة المعنوي	المعنوية
		س	ع	س	ع			
وقف الاستعداد ومسك الثقل	درجة	3.3478	.57277	3.2609	.68870	.466	.644	عشوائي
وضع الميزان حركة تكوير الجسم	درجة	2.0000	.73855	1.9130	.66831	.419	.677	عشوائي
حركة الزحلق	درجة	2.4348	.66237	2.1739	.71682	1.282	.207	عشوائي
حركة الدفع	درجة	1.4783	.51075	1.3913	.49901	.584	.562	عشوائي
التبديل أو التغطية	درجة	1.3913	.49901	1.4783	.51075	-.586	.560	عشوائي
الاداء المهاري الكلي	درجة	10.6522	1.15242	9.9565	1.60902	1.686	.099	عشوائي
الانجاز	متر	6.1870	.28333	6.1870	.28333	1.001	.322	عشوائي

تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (44).

2-7 التجربة الرئيسية.

- طُبّق البرنامج التعليمي ابتداءً من يوم الاحد الموافق 19 / 10 / 2025 ولغاية يوم الأربعاء الموافق 26 / 11 / 2025، حيث اعتمدت الباحثة في تعلم المجموعة التجريبية تتعلم هذه المجموعة وفق البرنامج التعليمي استراتيجية تعليمية وفق نظام الرصد والمتابعة المعتمد على مركز الفعالية، المدة الزمنية الكلية للبرنامج (6) أسابيع وبواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع، وبزمن قدره (45) دقيقة للوحدة التعليمية الواحدة. ليصبح مجموع الوحدات التعليمية (12) وحدة، نُفذت أيام الاحد والأربعاء من كل أسبوع. حسب الجدول.
- استخدام نظام الرصد والمتابعة اعتماد مؤشرات أداء محددة ومعايير تقييم مرحلية لمتابعة تطور تعلم الطلبة، وتوثيق مستوى تقدمهم خلال مراحل تنفيذ البرنامج ابتداءً بمركز الفعالية ثم الانتقال الى اقسام المهارة الابتدائي والنهائي. اي يقوم المدرس بمتابعة الاداء الحركي اولا على مركز الفعالية ويقوم باعطاء التغذية الراجعة الفورية والبعيدة اولا على مركز الفعالية
- مراعاة التشابه في نوع التمارين وحجمها وزمنها بين أفراد العينة، وذلك لغرض تحقيق الضبط التجريبي. وقد تكون البرنامج من (12) وحدة تعليمية، تضمنت تمارين تعليمية خاصة بتعلم فعالية دفع الثقل، وتم تنفيذها من قبل مدرس مادة التربية البدنية وعلوم الرياضة، وبما يتوافق مع مفردات المنهج الدراسي المعتمد من خلال قيام المدرس بتحديد أولويات الرصد والملاحظة المنظمة، وتشخيص الأخطاء الفنية، وتقديم التغذية الراجعة المناسبة وفق جداول معدة مسبقاً لغرض التصحيح. و أعدت الباحثة برنامجاً تعليمياً خاصاً بعينة البحث وفق مفهوم مركز الفعالية.
- يقوم هذا البرنامج على تنظيم المحتوى التعليمي وتعلمه انطلاقاً من التركيز على مركز الفعالية بوصفه المحور الرئيس للأداء الحركي، ثم الانتقال تدريجياً إلى بقية مكونات المهارة وفق أهميتها وتأثيرها في جودة الأداء والإنجاز. اعتمد البرنامج التعليمي على تسلسل بناء المهارة الحركية، من خلال التركيز على مركز الفعالية بوصفه الأساس الذي تُبنى عليه مراحل الأداء الفني لفعالية دفع الثقل، إذ يبدأ التعليم من إتقان الأوضاع الأساسية لمركز الفعالية وحركات النقل والدفع، ورصد الأخطاء وتقديم التغذية الراجعة ثم الانتقال



التدريجي نحو الأداء الكامل للمهارة. وقد صُمم البرنامج بما يضمن بناء البرنامج الحركي لدى المتعلم بصورة صحيحة، وتقليل الأخطاء أثناء الأداء المهاري، وصولاً إلى تحقيق مستوى فني وإنجاز أفضل.

- وكانت الوحدات التعليمية تتم بعد درس الساحة والميدان في الكلية حيث قبل بداية التطبيق العملي للدرس يتم عرض الفلم يتم في مختبر الحاسبات أو في القاعة الدراسية إعطاء الطلبة معلومات تخص مركز الفعالية وهو لحظة دفع الثقل واهميتها (كزاوية الانطلاق وسرعة الانطلاق وارتفاع الاداة) وجود جزء نظري في بداية كل وحدة تعليمية يهدف إلى بناء التصور الحركي عن مركز الفعالية، باستخدام الشرح أو النماذج أو الوسائل التوضيحية، وبزمن قدره (5) دقائق. وفي الجزء النظري من الوحدة التعليمية، يتم تزويد الطلبة بالمعلومات الخاصة بفعالية دفع الثقل وفق مفهوم مركز الفعالية، من خلال شرح المراحل الفنية الأساسية، وتوضيح دور كل جزء من أجزاء الجسم في تحقيق الأداء الصحيح. وتُركز الوحدات التعليمية الأولى على بناء الأساس الحركي السليم للمهارة، مثل التوازن والسيطرة على الوضع الابتدائي، ثم يتدرج الشرح لاحقاً نحو بقية المراحل التي تسهم في تحسين الإنجاز
 - ثم يتم تطبيق البرنامج التعليمي، إذ يقوم المدرس بتوضيح وتشخيص الأخطاء الفنية لدى الطلاب يبدأ من مركز الفعالية للتمرين المحدد أي تعديل الأخطاء الرئيس في مركز الفعالية أما أولوية الرصد والمشاهدة لدى المدرس في هذا البرنامج، فتتطلب من توجيه الانتباه نحو مركز الفعالية أثناء الأداء، وملاحظة مدى تحقق المتطلبات الحركية الأساسية، والحكم على الأداء من خلال المقارنة بين ما يؤديه المتعلم وما ينبغي أن يكون عليه الأداء النموذجي. ويسهم ذلك في تشخيص الأخطاء الفنية بدقة وتحديد أسبابها.
 - وأعتمد المنهج التعليمي على تجزئة فعالية دفع الثقل إلى حركات مبسطة وربطها مع بعضها وإعطاء التكرار بدون أداة ثم بأداة بديلة ثم بالأداة القانونية ويعتمد البرنامج على تحليل المهارة إلى أجزائها الأساسية، مع إعطاء الأولوية لتعليم الجزء الأكثر تأثيراً في نجاح فعالية دفع الثقل، مثل وضع الاستعداد ونقل القوة من الرجلين إلى الجذع ثم الذراع الدافعة، باعتبارها تمثل مركز الفعالية الذي يحدد كفاءة الأداء. وبعد إتقان هذا المركز، يتم الانتقال إلى تعليم الأجزاء الأخرى الأقل تأثيراً، وبما يضمن تكامل الأداء الحركي وتسلسله الصحيح.
 - الاعتماد على التعلم الحركي المرحلي و تنظيم محتوى البرنامج بما يتوافق مع مراحل التعلم الحركي، بدءاً من التعرف على المهارة، ثم مرحلة التثبيت، وصولاً إلى الإتقان، مع التركيز على مركز الفعالية بوصفه الأساس في بناء الأداء الحركي الصحيح.
 - وضوح الأهداف التعليمية تحديد أهداف تعليمية سلوكية واضحة لكل وحدة تعليمية، تشمل الجوانب المهارية والفنية والمعرفية، بما يسهم في توجيه عملية التعليم والتقييم.
 - تُقدّم التغذية الراجعة في هذا البرنامج وفق مبدأ مركز الفعالية، إذ تُترجم متطلبات الأداء الأساسية إلى عبارات تعليمية واضحة ومبسطة، تراعي مستوى الطلبة وخبرتهم السابقة. ويبدأ تزويد التغذية الراجعة بالتركيز على تصحيح الأخطاء المرتبطة بمركز الفعالية أولاً، ثم الانتقال تدريجياً إلى معالجة الأخطاء الأقل تأثيراً في الأداء، بما يسهم في تنظيم عملية التعلم وتحقيق تطور ملحوظ في مستوى الأداء الفني والإنجاز.
- المجموعة الضابطة: تواصل التعلم وفق الأسلوب التقليدي المتبع من قبل المدرس.



2-8 الاختبارات البعدية:

اجرت الباحثة الاختبارات البعدية على المجموعتين التجريبية والضابطة وذلك في يوم الاحد تاريخ 30 / 11 / 2025 بنفس الاجراءات السابقة للاختبارات القبلية

2-9 الوسائل الإحصائية

عولجت البيانات وذلك لتحقيق أهداف البحث وفروضه باستخدام الوسائل الإحصائية. استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية SPSS وبالقوانين الإحصائية

3- عرض النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية:

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج الفروق لاختبارات المجموعة التجريبية
الجدول (4) يبين نتائج الفروق بين الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ف	ع ف	قيمة t المحتسبة	مستوى الخطأ	الدلالة
		ع	س	ع	س					
وقف الاستعداد ومسك النقل	درجة	3.3478	.57277	6.7391	.86431	-3.3913	.98807	-16.460	.000	معنوي
وضع الميزان حركة تكوين الجسم	درجة	2.0000	.73855	5.4783	.51075	-3.4782	.84582	-19.722	.000	معنوي
حركة الزحقة	درجة	2.4348	.66237	5.8261	.71682	-3.3913	.98807	-16.460	.000	معنوي
حركة الدفع	درجة	1.4783	.51075	5.0000	.60302	-3.5217	.84582	-19.968	.000	معنوي
التبديل أو التغطية	درجة	1.3913	.49901	4.5217	.51075	-3.1304	.62554	-24.000	.000	معنوي
الاداء المهاري الكلي	درجة	10.652	1.1524	27.5652	1.4086	-16.913	1.5929	-5.0919	.000	معنوي
الانجاز	متر	6.1870	.28333	6.5965	.25491	-.40957	.34150	-5.752	.000	معنوي

تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (22).

جميع المتغيرات أظهرت فروقاً معنوية لصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية، مما يؤكد فاعلية الاستراتيجية التعليمية المقترح.



2-3 عرض نتائج الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة:

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج الفروق لاختبارات المجموعة الضابطة
الجدول (5) يبين نتائج الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي المجموعة الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ف	ع ف	قيمة t المحتسبة	مستوى الخطأ	الدلالة
		ع	س	ع	س					
وقفة الاستعداد ومسك النّقل	درجة	3.2609	.68870	5.1304	.62554	-1.8695	.96786	-9.264	.000	معنوي
وضع الميزان حركة تكوير الجسم	درجة	1.9130	.66831	4.3043	.70290	-2.3913	.83878	-13.673	.000	معنوي
حركة الزحقة	درجة	2.1739	.71682	4.0000	.73855	-1.8260	.83406	-10.500	.000	معنوي
حركة الدفع	درجة	1.3913	.49901	3.6087	.65638	-2.2173	.85048	-12.504	.000	معنوي
التبديل أو التغطية	درجة	1.4783	.51075	2.6087	.58303	-1.1304	.75705	-7.161	.000	معنوي
الاداء المهاري الكلي	درجة	9.9565	1.6090	19.6522	1.7737	-9.6956	2.0545	-22.632	.000	معنوي
الانجاز	متر	6.1870	.28333	6.2370	.24365	-.13609	.08706	-7.497	.000	معنوي

تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (22).

يبين الجدول وجود فروق معنوية دالة إحصائيًا بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في جميع المتغيرات قيد البحث مما يدل على أن البرنامج التعليمي المطبق من قبل المدرس أسهم في تحسين مستوى الأداء والانجاز

3-3 عرض نتائج الفروق بين المجموعتين التجريبية و الضابطة بالاختبارات البعديّة:

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج الفروق بين المجموعتين التجريبية و الضابطة لاختبارات البعديّة.

جدول (6) يبين نتائج الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة

المهارة	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة T	مستوى الدلالة المعنوي	المعنوية
		ع	س	ع	س			
وقفة الاستعداد ومسك النّقل	درجة	6.7391	.86431	5.1304	.62554	7.231	0.00	معنوي
وضع الميزان حركة تكوير الجسم	درجة	5.4783	.51075	4.3043	.70290	6.480	0.00	معنوي
حركة الزحقة	درجة	5.8261	.71682	4.0000	.73855	8.509	0.00	معنوي
حركة الدفع	درجة	5.0000	.60302	3.6087	.65638	7.486	0.00	معنوي
التبديل أو التغطية	درجة	4.5217	.51075	2.6087	.58303	11.837	0.00	معنوي
الاداء المهاري الكلي	درجة	27.5652	1.40861	19.6522	1.77377	16.754	0.00	معنوي
الانجاز	متر	6.5965	.25491	6.2370	.24365	4.890	0.00	معنوي



تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (44).

4-3 مناقشة نتائج الفروق بين المجموعتين التجريبيّة والضابطة:

أظهرت النتائج تحسناً ملحوظاً وذا دلالة إحصائية في أداء أفراد المجموعة التجريبية لجميع مراحل مهارة دفع الثقل مقارنة بالمجموعة الضابطة. وترى الباحثة أن اعتماد الاستراتيجية التعليمية القائمة على نظام الرصد والمتابعة (مركز الفعالية) كانت لها فعالية كبيرة في تحسين عملية تعلم مهارة دفع الثقل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، سواء على مستوى اكتساب المكونات الحركية الدقيقة للمهارة أو على مستوى تحسين مستوى الإنجاز الرقمي (الأداء). يبدو أن فعالية هذه الاستراتيجية تكمن في تقديمها تغذية راجعة موضوعية وفورية، مما حول عملية التعلم من نموذج تقليدي إلى عملية تفاعلية ديناميكية تركز على تصحيح الأخطاء الرئيسة في مركز الفعالية في حينها وتعزيز الأداء الصحيح ويشير (حيدر نوار نقلا عن دان، ف. كندسون، كيرج. 2012) (أن فعالية استراتيجية التعلم المعتمدة على نظام الرصد والمتابعة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بقدرتها على تحديد الخصائص الحركية المميزة لكل مرحلة من مراحل الأداء. ويمكن النظر إلى هذه الخصائص بوصفها المحدّيات الأساسية لنجاح الحركة بشكل عام،) (حسين، 2012، صفحة 29) فمركز الفعالية من أهم الخصائص المميزة وهي العوامل الأكثر أهمية في تحديد نجاح الحركة وقد جاءت أعلى قيمة (T) محسوبة لصالح المجموعة التجريبية في مهارة التبدل أو التغطية تليها مهارة حركة الزحقة وهذا يشير إلى أن نظام الرصد والمتابعة (مركز الفعالية) كان له أثر فاعل ومميز في تطوير المراحل الحركية الأكثر تعقيداً وتكاملاً في المهارة إذ تعتمد هذه المراحل على التوقيت الدقيق والتسلسل المناسب للقوى، وهو ما يبدو أن النظام الجديد للتعلم قد ساهم في تحسينه من خلال التغذية الراجعة الفورية والمستمرة، مما سمح للطلبة بمعرفة أخطائهم وتصحيحها في الوقت الفعلي وأسهمت الاستراتيجية المطبقة في تحقيق نتائج تعليمية متميزة من خلال ما وفرته من إطار منهجي متكامل للتحليل النوعي. إذ اعتمد هذا الإطار على ملاحظة الأداء بشكل منهجي (المشاهدة) يليه عملية تحديد مواطن القوة والضعف بدقة (التشخيص). ثم تم تنظيم وعرض نتائج هذا التحليل بشكل منظم (جدولة) في صورة توجيهات تصحيحية وتطويرية مبنية على الأدلة (التغذية الراجعة)، والتي تم إيصالها للمتعلمين بشكل فوري ومنظم. وقد برهنت النتائج أن هذا النموذج المنظم كان عاملاً حاسماً في تحقيق مخرجات تعليمية ذات جودة عالية وفاعلية ملحوظة. وتتوافق هذه النتائج مع ما أشار إليه (وجيه محجوب 2001) إلى أن " التغذية الراجعة من الموضوعات المهمة التي يمكن تستند عليها عملية التعلم لما لها من أثر كبير وفعال في تطوير وتعزيز التعلم الحركي في المهارات الرياضية من خلال ما تقدمه من معلومات للوصول بالمهارة إلى مستوى عال في الأداء " (محجوب، 2001، صفحة 85) أما التحسن في المراحل التمهيديّة لوقف الاستعداد ومسك الثقل ووضع الميزان كانت قيم أقل نسبياً، إلا أنها لا تزال ذات دلالة عالية، مما يؤكد أن الاستراتيجية التعليمية القائمة على نظام الرصد والمتابعة مركز الفعالية كإطار توجيهي مركزي، والذي يعمل على تنظيم وتركيز جهود المتعلم نحو الأداء الأمثل، يتم الانتقال لتطبيق هذا المبدأ على المستوى الأقل أهمية وهو التحضيري لوقف الاستعداد ومسك الثقل ووضع الميزان والنهائي من خلال تقسيم العملية التعليمية إلى أقسام وظيفية متخصصة. يهدف هذا النهج إلى تحقيق التكامل ومن خلال تنظيم هذه الوحدات التعليمية وجدولتها يمكن التعرف للعلاقة بين نتائج الأداء وأسبابه من خلال تصميم نوع الوحدة التعليمية بالاعتماد على الإدراك على العلاقات السببية وكذلك في التحليل النوعي من خلال توفير الخبرة الميدانية للمعلم وتزويدهم بالتغذية الراجعة للمتعلمين على وفق علاقات السبب والنتيجة بين الإطار النظري والتطبيق العملي وهذا يتفق مع ما ذكره (جودت احمد سعادة) " إن تعلم تحديد العلاقة بين السبب والنتيجة مهارة مهمة من مهارات التفكير حيث تمكّن المتعلمين من التمييز بين الحقائق، وأضاف: هي تعمل على تحديد أقوى



الأسباب، و ربطها بالنتيجة " (سعادة، 2009، صفحة 206) لضمان تحقيق أقصى فائدة تعليمية. وسجل مستوى الأداء المهاري الكلي تفوقاً شاملاً وكبيراً للمجموعة التجريبية. وهذا يدل على أن تأثير الاستراتيجية التعليمية كان تكاملياً، حيث عملت على تحسين المهارة ككل وليس فقط أجزاء منعزلة منها. يشير هذا إلى فعالية نظام الرصد والمتابعة وضع خطة لتحسين مستوى الملاحظة الناقدة في ربط المراحل الفرعية معاً ومساعدة المتعلم على إدراك المهارة كوحدة واحدة متكاملة ويذكر هنا (مفتي إبراهيم 2011) "على المعلم وضع خطة لتحسين مستوى الملاحظة الناقدة ويجب أن تتضمن مكان الملاحظة، اتجاه التحرك و زمن الملاحظة وتحديد أساليب إشعار المتعلمين" (حماد، 2011، صفحة 200)، وأظهرت النتائج أيضاً وجود فرق ذي دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية (هذا الفرق يعد مؤشراً عملياً مهماً، حيث إن تحسن الأداء المهاري قد ترجم بشكل مباشر إلى تحسن في النتيجة الرقمية النهائية. وهذا يثبت الفرضية الأساسية للبحث.

4-الاستنتاجات والتوصيات:

1-4 الاستنتاجات:

- 1- أن اعتماد الاستراتيجية التعليمية القائمة على نظام الرصد والمتابعة (مركز الفعالية) كانت لها فعالية كبيرة في تحسين عملية تعلم الاداء المهاري لفعالية دفع الثقل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة،
- 2- أن اعتماد الاستراتيجية التعليمية القائمة على نظام الرصد والمتابعة (مركز الفعالية) كانت لها فعالية كبيرة في تحسين عملية تعلم وقفة الاستعداد ومسك الثقل بمهارة دفع الثقل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة،
- 3- أن اعتماد الاستراتيجية التعليمية القائمة على نظام الرصد والمتابعة (مركز الفعالية) كانت لها فعالية كبيرة في تحسين عملية تعلم وضع الميزان حركة تكوير الجسم بمهارة دفع الثقل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- 4- أن اعتماد الاستراتيجية التعليمية القائمة على نظام الرصد والمتابعة (مركز الفعالية) كانت لها فعالية كبيرة في تحسين عملية تعلم حركة الزحلق بمهارة دفع الثقل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- 5- أن اعتماد الاستراتيجية التعليمية القائمة على نظام الرصد والمتابعة (مركز الفعالية) كانت لها فعالية كبيرة في تحسين عملية تعلم حركة الدفع بمهارة دفع الثقل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- 6- أن اعتماد الاستراتيجية التعليمية القائمة على نظام الرصد والمتابعة (مركز الفعالية) كانت لها فعالية كبيرة في تحسين عملية تعلم التبديل أو التغطية بمهارة دفع الثقل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- 7- أن اعتماد الاستراتيجية التعليمية القائمة على نظام الرصد والمتابعة (مركز الفعالية) كانت لها فعالية كبيرة في تحسين عملية انجاز دفع الثقل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

2-4 التوصيات

- 1- اعتماد الاستراتيجية التعليمية القائمة على نظام الرصد والمتابعة (مركز الفعالية) لفعالية دفع الثقل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- 2- تشجيع المدرسين على استخدام أساليب تعليمية حديثة ومخططة علمياً بدل الاعتماد على الأساليب التقليدية فقط، لما لها من دور في التعلم الحركي رفع كفاءة الأداء المهاري.
- 3- عقد برامج تطوير مهني وورش عمل للمدرسين والمعلمين، بهدف تأهيلهم على استخدام هذه التقنيات وأساليب تحليل الأداء، وكيفية تقديم التغذية الراجعة البناءة والمبنية على بيانات دقيقة للمتعلمين، مما يرفع من كفاءة العملية التعليمية برمتها.
- 4- توظيف الاستراتيجيات الحديثة في المناهج التعليمية: يُوصى مدرسو ومخططو المناهج في كليات ومعاهد التربية البدنية بتبني وتضمين استراتيجيات التعليم المعتمدة على أنظمة الرصد والمتابعة والتغذية الراجعة الفورية ضمن



البرامج التعليمية للمهارات الرياضية الأساسية والمتقدمة، نظراً لأثرها المثبت في تحسين جودة الأداء الحركي وسرعة التعلم.

5- إجراء مزيد من الدراسات لبحث أثر تطبيق نظام الرصد والمتابعة على تعلم مهارات رياضية أخرى (مثل رمي الرمح والقرص) وفحص تأثيره على متغيرات مصاحبة مثل الدافعية للإنجاز، والثقة بالنفس لدى الطلبة.

المراجع

1. أحمد بدر . (1987). *أصول البحث العلمي ومناهجه* ، ط 4 . الكويت: وكالة المطبوعات.
2. احمد مالك إبراهيم. (2006). *تأثير استخدام التغذية الراجعة في الأداء الفني لدفع الثقل* . رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى.
3. جودت احمد سعادة. (2009). *تدريس مهارات التفكير*. عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.
4. حيدر نوار حسين . (2012). *تأثير بعض البرامج التعليمية لتطوير بعض المظاهر الحركية والأداء الفني لفعالية الوثب الطويل للمبتدئين بأعمار (15-16) سنة*. أطروحة دكتوراه كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد.
5. عبد الله عبد الرحمن الكندري ، و محمد احمد عبد الدايم . (1999). *مدخل إلى مناهج البحث العلمي* ، ط 2 . الكويت: مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.
6. مفتي ابراهيم حماد. (2011). *التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة* . ط 4. القاهرة: دار الفكر العربي.
7. وجيه محجوب . (2001). *جولة التدريب*. عمان: دار وائل للنشر.
8. K Goral .(2018). *Handball: Technique, tactics, and training*. London: Routledge.
9. R A Schmidt و T D Lee .(2014). *Motor learning and performance: From principles to application (5th ed.)*.pp. 182 .184-Champaign, IL: Human Kinetics.
- 10.T O Bompa و C Buzzichelli .(2019). *Periodization: Theory and Methodology of Training*. Human Kinetics.

