



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة بابل
كلية التربية الرياضية

تأثير تمارينات باستخدام وسائل مساعدة في تطوير الأداء الفني والانجاز لفعالية القفز بالزانة للشباب

رسالة تقدم بها
حيدر فياض حمد العامري
إلى مجلس كلية التربية الرياضية – جامعة بابل
وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية الرياضية

إشراف

أ.م.د. محمد جاسم محمد الحلي

أ.د. ناهده عبد زيد الدليمي

م ٢٠٠٩

١٤٣٠ هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي
وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا﴾

صدق الله العلي العظيم
سورة الإسراء
الآية (٨٥)

إقرار المشرفين

نشهد أن إعداد هذه الرسالة الموسومة:

(تأثير تمرينات باستخدام وسائل مساعدة في تطوير الأداء الفني

والانجاز لفعالية القفز بالزانة للشباب)

التي تقدم بها الطالب (حيدر فياض حمد العامري) قد تمت تحت

إشرافنا في كلية التربية الرياضية / جامعة بابل ، وهي جزء من

متطلبات نيل شهادة الماجستير في التربية الرياضية.

التوقيع

أ.م.د. محمد جاسم محمد الحلي

المشرف

/ / ٢٠٠٩ م

التوقيع

أ. د. ناهده عبد زيد الدليمي

المشرف

/ / ٢٠٠٩ م

بناء على التعليمات والتوصيات المقدمة نرشد هذه الرسالة للمناقشة.

أ.م.د. علي عبد الحسن

معاون العميد للشؤون العلمية

كلية التربية الرياضية / جامعة بابل

/ / ٢٠٠٩ م

إقرار المقوم اللغوي

اشهد أن إعداد هذه الرسالة الموسومة :

(تأثير تمرينات باستخدام وسائل مساعدة في تطوير الأداء الفني

والانجاز لفعالية القفز بالزانة للشباب)

قد تمت مراجعتها لغويا وأصبحت بأسلوب علمي خال من

الأخطاء و التعبيرات اللغوية غير الصحيحة ولأجله وقعت.

التوقيع :

الاسم : أ . م . د . عبد العظيم رهيف السلطاني

مكان العمل : جامعة بابل \ كلية التربية

التاريخ :

إقرار لجنة المناقشة و التقويم

نشهد نحن أعضاء لجنة المناقشة و التقويم . اطلعنا على الرسالة الموسومة:

(تأثير تمرينات باستخدام وسائل مساعدة في تطوير الأداء

الفني والاتجاز لفعالية القفز بالزانة للشباب)

المقدمة من قبل الطالب (حيدر فياض حمد العامري) في كلية التربية الرياضية / جامعة بابل، و قد ناقشنا الطالب في محتوياتها و فيما له علاقة بها . ونقدر إنها جديرة بالقبول لنيل شهادة الماجستير في التربية الرياضية .

عضو اللجنة

عضو اللجنة

التوقيع :

التوقيع :

الاسم : أ.م.د. علي جواد

الاسم : أ.م.د. رحيم رويح

التاريخ : / / ٢٠٠٩ م

التاريخ : / / ٢٠٠٩ م

رئيس اللجنة

التوقيع :

الاسم : أ.د. مازن عبد الهادي

التاريخ : / / ٢٠٠٩ م

صدقت الرسالة من قبل مجلس كلية التربية الرياضية \ جامعة بابل ، في جلسته المنعقدة بتاريخ / / ٢٠٠٩ م .

أ. د. بيان علي عبد علي الخاقاني

عميد كلية التربية الرياضية \ جامعة بابل

/ / ٢٠٠٩ م

الإهداء

إلى صوت الحق الذي جلجل في هذه الأمة لبيعها من الخنوع والنسيان

إلى عالم الحرية والكرامة . . .

إلى الدماء الزكية التي سالت على أديم كربلاء الطاهرة لتعلم

البشرية جمعاء معنى التضحية والإيثار من اجل الغايات السامية . . .

إلى سيدي ومولاي أبا عبد الله الإمام الحسين (ع) .

الباحث

الشكر و التقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيد الأنبياء والمرسلين حبيب اله العالمين أبي القاسم محمد وعلى آل بيته الطيبين الطاهرين .
إما بعد

عرفانا مني بالجميل لكل من ساهم في إخراج هذا البحث كان لزاما علي أن أتقدم بالشكر والتقدير إلى كل من أبدى توجيهها أو نصيحة أو أفادنا بكلمة أو عمل مهما قل أو كثر ، سائلا الله أن يوفقهم لما فيه خدمة البلاد والعباد انه سميع مجيب .

أتقدم بالشكر والتقدير إلى أستاذي المشرفين الدكتورة ناهده عبد زيد الدليمي و الدكتور محمد جاسم الحلبي لما قدماه لي من توجيهات ونصائح سديدة رغبة منهم باتجاه أن يكون البحث بشكل اقرب إلى الكمال .

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى عمادة كلية التربية الرياضية ا جامعة بابل ولاسيما قسم الدراسات العليا فلهم مني كل الشكر .

كما أقدم شكري وتقديري إلى أساتذة كلية التربية الرياضية ا جامعة بابل لما قدموه من نصائح وتوجيهات علمية سديدة واخص منهم السيد مخلد محمد الياسري.

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى لجنة الحلقة النقاشية ولجنة إقرار الموضوع وهم الأستاذ الدكتور محمد جاسم الياسري و الأستاذ الدكتور مازن عبد الهادي و الأستاذ المساعد الدكتور سامر يوسف والمدرس الدكتور محمد نعمة ، الذين وجدتهم حريصين على اختيار الموضوع الذي يعود بالنفع على القافزين و المدربين خدمة منهم للصالح العام .

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى مديرية التربية الرياضية والفنية ا جامعة الكوفة لما أبدوه من دعم ومساعدة في اكمال هذا البحث ، واخص منهم الأستاذ المساعد الدكتور محمد ناجي و المدرس الدكتور عقيل الاعرجي و السيد مناف عبد العزيز.

وببالغ المحبة أتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذ المساعد الدكتور محمد جاسم الخالدي على ما بذله من جهد ومساعدة طيلة مدة البحث .

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى المديرية العامة في تربية الكرخ الأولى و خاصة السيد حسين جابر سكرتير الاتحاد العراقي لألعاب القوى لما قدموه من مساعدة في

إنجاح هذا البحث عن طريق توفير عمود الزانة التدريبي الذي أصبح شيئاً نادراً الوجود في العراق.

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى إدارة مدرسة الحيدرية الابتدائية في محافظة النجف و خاصة السيد المدير حميد جواد راضي والسيد جابر مسلم هاشم.

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى الاتحاد الفرعي لألعاب القوى في محافظة النجف لما قدموه من مساعدة كبيرة لإنجاح هذا البحث وخاصة السيد علي يحيى.

ويشكر الباحث الجهود المبذولة من قبل فريق العمل المساعد لما قدموه من مساعدة طيلة مدة البحث .

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى المسؤولين والعاملين في مكتبة كلية التربية الرياضية / جامعة بابل الذين لم يدخروا جهداً في توفير المصادر والمراجع العلمية .

ويشكر الباحث مدرس اللغة العربية الأخ والصدیق السيد مهند عباس النفاخ لمساعدته في توظيف المعاني والمفردات في هذا البحث .

كما أتقدم بالشكر والاحترام إلى القمريين الزاخرين أبي وأمي الذين أضاءوا أمامي طريق العلم والمعرفة .

وحبا ووفاء لحق الرعاية والتضحية والصبر أتقدم إلى زوجتي المجاهدة الصابرة الكريمة بالشكر والتقدير لأنها كانت السند الحقيقي في اكتمال هذه الرسالة بعد الله .

وختاماً أرجو من الله عز وجل أن يوفق الجميع والله ولي التوفيق.

الباحث

ملخص الرسالة

تأثير تمرينات باستخدام وسائل مساعدة في تطوير الأداء الفني
والإنجاز لفعالية القفز بالزانة للشباب

الباحث : حيدر فياض حمد العامري

المشرفان

أ. م. د. محمد جاسم محمد الحلبي

أ. د. ناهده عبد زيد الدليمي

جامعة بابل | كلية التربية الرياضية

٢٠٠٩ م

١٤٣٠ هـ

إن التطور الكبير الذي شهده التعلم الحركي نتيجة استخدام الوسائل المساعدة و التي أصبح استخدامها شيئاً أساسياً في العملية التعليمية وذلك عن طريق استخدام الأدوات والأجهزة المختلفة في التعلم الحركي ، بالإضافة إلى مالها من تأثير فعال في تطوير الأداء الفني ومستوى الانجاز في فعالية القفز بالزانة .

وتركزت مشكلة البحث: في انخفاض الأداء الفني و الانجاز في فعالية القفز بالزانة في العراق منذ زمن طويل مقارنة مع مستوى الدول العربية والعالمية التي شهدت تطورا كبيرا

، والسبب في ذلك يعود إلى عدة عوامل و منها قلة استخدام الوسائل المساعدة من قبل المدربين ، وكذلك الإلمام الضعيف بكيفية استخدامها فضلا عن عدم توفرها في مكان التدريب في حالات كثيرة .

وهدف البحث إلى :

- ١ - إعداد تمرينات باستخدام الوسائل المساعدة لقاظري الزانة الشباب .
- ٢ - معرفة تأثير تمرينات باستخدام الوسائل المساعدة في تطوير الأداء الفني و الانجاز لفعالية القفز بالزانة للشباب .

أما فروض البحث فكانت :

- ١ - هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة و البعديّة للمجموعتين التجريبيّة والضابطة ولصالح الاختبارات البعديّة .
- ٢ - هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبيّة والضابطة في الاختبارات البعديّة ولصالح المجموعة التجريبيّة .

وتضمنت مجالات البحث :

- ١-المجال البشري .قافزوا الزانة لمحافظة النجف الاشرف لفئة الشباب (١٨-١٩) سنة، والبالغ عددهم أربعة .
- ٢-المجال الزمني . من ٢١ ١١ ٢٠٠٩ م ولغاية ٢٣ ١٢ ٢٠٠٩ م .
- ٣- المجال المكاني .مضمار العاب القوى في نادي النجف الرياضي وقاعة الجمناستيك في المدرسة الحيدرية الابتدائية في مدينة النجف الاشرف .

واستعان الباحث بالعديد من المصادر ذات العلاقة بموضوع البحث وتم التطرق إلى موضوعات متخصصة في فعالية القفز بالزانة وخاصة مراحل الأداء الفني ، وكذلك الوسائل المساعدة وأهميتها والهدف منها ، بالإضافة إلى التطرق للدراسات السابقة لموضوع البحث . وتم اعتماد المنهج التجريبي لملاءمته البحث كما تم اختيار عينة البحث التي شملت خمس محاولات لكل فرد من أفراد مجتمع البحث والى الأدوات المستخدمة وكذلك التجربة الاستطلاعية والتمرينات ونتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة والوسائل الإحصائية .

إذ تكون مجتمع البحث من أربعة من قافزي الزانة لفئة الشباب في محافظة النجف الاشراف وتم تقسيمهم عن طريق القرعة إلى مجموعتين الأولى تجريبية والأخرى ضابطة حيث تدربت المجموعة التجريبية وفق التمرينات الموضوعية من قبل الباحث الذي استخدم فيها الوسائل المساعدة في الوحدة التعليمية ، أما المجموعة الضابطة فقد استخدمت فيها التمرينات نفسها ولكن بدون استخدام الوسائل المساعدة .

وتكونت الوحدات التعليمية من (٣٢) وحدة تعليمية وزمن الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة وبواقع أربع وحدات في الأسبوع والذي استغرق مدة شهرين ،كما استخدم الباحث وسائل إحصائية مختلفة لمعالجة النتائج كان أبرزها اختبار (ولكوكسن) لقياس الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي في المجموعة الواحدة ، وكذلك استخدم الباحث اختبار (مان - وتني) لمعرفة الفروق بين المجموعتين في الاختبار القبلي والبعدي .

وخرج الباحث بعدة استنتاجات كان أهمها :

- ١- التمرينات الموضوعية باستخدام الوسائل المساعدة أدت إلى تطوير مستوى الأداء الفني و الانجاز لدى قافزي الزانة للشباب .
- ٢- ساعدت التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة القافزين على معرفة المراحل الفنية كافة لفعالية القفز بالزانة .

وفي ضوء هذه الاستنتاجات أوصى الباحث بتوصيات عدة أهمها :

- ١- ضرورة تقويم الأداء الفني و الانجاز كل شهرين أو ثلاثة أشهر و ذلك لمعرفة الأخطاء المصاحبة للوحدات التعليمية .
- ٢- التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة ضرورية في تطوير مراحل الأداء الفني كافة و كذلك الانجاز في فعالية القفز بالزانة .
- ٣- تنويع التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة لزيادة الرغبة و الاندفاع و رفع حاجز الخوف لدى المتدربين .

المحتويات

الصفحة	الموضوع	ت
١	عنوان الرسالة	
٢	الآية القرآنية	
٣	إقرار المشرفين	
٤	إقرار المقوم اللغوي	
٥	إقرار لجنة المناقشة	
٦	الإهداء	
٨ - ٧	الشكر والتقدير	
١١ - ٩	ملخص الرسالة	
١٤ - ١٢	المحتويات	
١٥	الجداول	
١٦	الإشكال	
١٧	الملاحق	
الباب الأول		
١٩	التعريف بالبحث	١
٢٠-١٩	مقدمة البحث وأهميته	١ - ١
٢٠	مشكلة البحث	٢ - ١
٢١	أهداف البحث	٣ - ١
٢١	فروض البحث	٤ - ١
٢١	مجالات البحث	٥ - ١
الباب الثاني		
	الدراسات النظرية والدراسات السابقة	٢
٢٣	الدراسات النظرية	١ - ٢
٢٣	مفهوم الوسائل المساعدة	١ - ١ - ٢
٢٤	أهداف استخدام الوسائل المساعدة	٢ - ١ - ٢
٢٤	أهمية الوسائل المساعدة	٣ - ١ - ٢
٢٥	فوائد الوسائل المساعدة	٤ - ١ - ٢
٢٥	الخطوات الواجب مراعاتها في كيفية اختيار الوسائل المساعدة	٥ - ١ - ٢
٣٣-٢٦	المراحل الفنية لفعالية القفز بالزانة	٦ - ١ - ٢
٣٥-٣٤	بعض القوانين المتعلقة في فعالية القفز بالزانة	٧ - ١ - ٢
٣٦	اختيار عمود الزانة	٨ - ١ - ٢
٣٧	علاقة فعالية القفز بالزانة بمسابقات الجمناستك	٩ - ١ - ٢

٣٨	الدراسات السابقة	٢-٢
٣٨	دراسة حيدر مهدي عبد الصاحب، ٢٠٠٤ م	١-٢-٢
٣٩	دراسة ساجت مجيد جعفر الشرموطي، ٢٠٠٥ م	٢-٢-٢
٤٠	مناقشة الدراسات السابقة	٣-٢-٢
الباب الثالث		
٤٢	منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	٣
٤٢	منهج البحث	١-٣
٤٢	مجتمع وعينة البحث	٢-٣
٤٣-٤٢	تكافؤ مجموعتي البحث	٣-٣
٤٤	الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة	٤-٣
٥٠-٤٥	الوسائل المساعدة المستخدمة	٥-٣
٥١	استمارة تقويم الأداء الفني في فعالية القفز بالزانة	٦-٣
٥٣	التجربة الاستطلاعية	٧-٣
٥٤	الأسس العلمية للاستمارة	٨-٣
٥٤	الصدق	١-٨-٣
٥٥	الثبات	٢-٨-٣
٥٥	الموضوعية	٣-٨-٣
٥٧	إجراءات التجربة الرئيسية	٩-٣
٥٧	الاختبار القبلي	١-٩-٣
٥٨	التمرينات	٢-٩-٣
٥٩	الاختبار البعدي	٣-٩-٣
٥٨	تقويم الأداء الفني	٤-٩-٣
٦٠	قياس الانجاز	٥-٩-٣
٦١-٦٠	الوسائل الإحصائية	١٠-٣
الباب الرابع		
	عرض النتائج وتحليلها و مناقشتها	٤
٦٣	عرض النتائج وتحليلها	١-٤
٦٤-٦٣	عرض نتائج تقويم الأداء الفني للاختبار القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية و الضابطة وتحليلها	١-١-٤
٦٥	عرض نتائج تقويم الانجاز للاختبار القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها	٢-١-٤
٦٨-٦٦	عرض نتائج تقويم الأداء الفني و الانجاز للاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها	٣-١-٤

٦٩	قياس نسبة التطور المؤوية لاختبار مراحل الأداء الفني للمجموعتين التجريبيية والضابطة وتحليلها	٤ - ١ - ٤
٧٠	قياس نسبة التطور المؤوية لاختبار الانجاز للمجموعتين التجريبيية والضابطة وتحليلها	٥ - ١ - ٤
٧١	مناقشة النتائج	٢ - ٤
٧٣-٧١	مناقشة نتائج تقويم الأداء الفني والانجاز للاختبار القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبيية والضابطة	١ - ٢ - ٤
٧٤-٧٣	مناقشة نتائج تقويم الأداء الفني والانجاز للاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبيية والضابطة	٢ - ٢ - ٤
٧٦-٧٥	مناقشة قياس نسبة التطور المؤوية لاختبار الأداء الفني و الانجاز للمجموعتين التجريبيية والضابطة	٣ - ٢ - ٤
الباب الخامس		
	الاستنتاجات و التوصيات	٥
٧٨	الاستنتاجات	١ - ٥
٧٩	التوصيات	٢ - ٥
٨٤-٨١	المصادر والمراجع	
١٠٩-٨٦	الملاحق	
A-D	ملخص الرسالة بالغة الانكليزية	

الجدول

الصفحة	العنوان	ت
٤٣	يبين تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار القبلي للأداء الفني الانجاز	١
٥٢	يبين مراحل بناء الاستمارة تقويم الأداء الفني بالقفز بالزانة	٢
٥٦	يبين معاملات الثبات والموضوعية للاستمارة	٣
٦٣	يبين أقيام الوسيط والانحراف الربيعي وقيمة ولكوكسن المحسوبة والجدولية للأداء الفني للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية والضابطة	٤
٦٥	يبين أقيام الوسيط والانحراف الربيعي وقيمة ولكوكسن المحسوبة والجدولية في الانجاز للاختبار القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة	٥
٦٦	يبين دلالة الفروق في اختبار مان-وتني للاختبار البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية للأداء الفني و الانجاز	٦
٦٩	يبين الوسط الحسابي وأعلى درجة للأداء الفني و نسبة التطور المئوية للمجموعتين التجريبية والضابطة	٧
٧٠	يبين الوسط الحسابي وأعلى درجة للانجاز ونسبة التطور المئوية للمجموعتين التجريبية والضابطة	٨

الأشكال

الصفحة	العنوان	ت
٢٧	يوضح مرحلة مسك عمود الزانة وحمله	١
٢٨	يوضح مستويات حمل عمود الزانة	٢
٢٩	يوضح مرحلة الركضة التقريبية	٣
٣٠	يوضح مرحلة غرس عمود الزانة في الصندوق	٤
٣١	يوضح مرحلة الارتقاء (النهوض)	٥
٣٢	يوضح مرحلة الطيران	٦
٣٣	يوضح مرحلة السحب والدوران والدفع	٧
٣٤	يوضح مرحلة عبور العارضة والهبوط	٨
٤٥	يوضح استخدام وسيلة العمود التدريبي	٩
٤٦	يوضح استخدام وسيلة الصندوق الخشبي مع الوزن	١٠
٤٧	يوضح استخدام وسيلة جهاز المتوازي	١١
٤٨	يوضح استخدام وسيلة جهاز الحلق	١٢
٤٩	يوضح استخدام وسيلة حبال التسلق	١٣
٥٠	يوضح استخدام وسيلة جهاز القفز العالي	١٤
٦٤	يوضح أقيام الوسيط للأداء الفني للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار القبلي والبعدي	١٥
٦٦	يوضح أقيام الوسيط لمستوى الانجاز للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار القبلي والبعدي	١٦
٦٧	يوضح أقيام الوسيط للأداء الفني للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي	١٧
٦٨	يوضح أقيام الوسيط للانجاز للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي	١٨
٧٥	يوضح نسبة التطور للأداء الفني للمجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي	١٩
٧٦	يوضح نسبة التطور للانجاز للمجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي	٢٠

الملاحق

الصفحة	الموضوع	ت
٨٦	استمارة استبيان	١
٨٧	استمارة استبيان	٢
٨٨	استمارة تقويم مراحل الأداء الفني لفعالية القفز بالزانة للشباب	٣
٨٩	استمارة تقويم الانجاز لفعالية القفز بالزانة للشباب	٤
٩٠	يوضح أسماء الخبراء والمختصين الذين عرضت عليهم استمارة إعطاء النسب المئوية لمراحل الأداء الفني للقفز بالزانة	٥
٩١	المقابلات الشخصية	٦
٩٢	أسماء فريق العمل المساعد	٧
٩٣	أسماء اللجنة العلمية التي أقرت موضوع البحث	٨
١٠٩-٩٤	نماذج للوحدات التعليمية	٩

الباب الأول

١- التعريف بالبحث:-

١-١- المقدمة وأهمية البحث

١-٢- مشكلة البحث

١-٣- أهداف البحث

١-٤- فروض البحث

١-٥- مجالات البحث

١-٥-١- المجال البشري

١-٥-٢- المجال الزمني

١-٥-٣- المجال المكاني

الباب الأول

١- التعريف بالبحث :

١-١- المقدمة وأهمية البحث :

لقد شهد العالم اليوم تطورا كبيرا في المجالات كافة لاسيما المجال الرياضي الذي لم يكن وليد الصدفة وإنما نتيجة استخدام الوسائل العلمية الحديثة في التخطيط والتدريب المتواصلين من خلال توظيف هذا التطور العلمي لخدمة التطور الرياضي ، وان تحقيق النجاح في الفعاليات والأنشطة الرياضية المختلفة تتطلب إتباع الأساليب العلمية الصحيحة من اجل تحقيق الأهداف التي تم التخطيط لها من قبل المدربين والخبراء للوصول إلى أفضل الانجازات .

ومن بين تلك العلوم التي نالها شيء كبير من التطور هو التعلم الحركي والذي يعد من العلوم المهمة والسباقية التي واكبت هذا التطور الكبير والذي يرتبط ارتباطاً وثيقاً مع بقية العلوم الأخرى كعلم التدريب وعلم النفس الرياضي والطب الرياضي وعلم التشريح والبايوميكانيك الرياضي ---- الخ في تحقيق الانجازات العالمية في كافة الألعاب الرياضية ولا سيما العاب القوى .

ومن متطلبات التطور والإبداع في التعلم الحركي استخدام التقنيات الحديثة ومن بين تلك التقنيات الوسائل المساعدة التي أصبح استخدامها في العملية التعليمية شيئا أساسيا ومهما وذلك عن طريق استخدام الأدوات والأجهزة المختلفة في التعلم بشكل عام ومسابقات العاب القوى وفعالية القفز بالزانة بشكل خاص ، إذ تعد من فعاليات القفز المهمة والأساسية في العاب القوى والتي شهدت تطورا كبيرا في العالم على مستوى الأداء الفني والانجاز الرقمي نتيجة التطور العلمي .

وتمتاز فعالية القفز بالزانة عن باقي فعاليات العاب القوى بأنها تستخدم فيها أداة (العصا) لعبور العارضة على خلاف باقي الفعاليات ، كما إنها تحتاج إلى صفات عالية يجب توفرها عند القافزين مثل الطول والسرعة والقوة والرشاقة والمرونة و بالإضافة إلى توفر أنواع خاصة من عصي القفز وجهاز قفز تتوفر فيه شروط الأمان ، كما إنها تحتاج إلى الشجاعة والجرأة لأنها تعد من الفعاليات الخطرة وكذلك هي لعبة جمناستكية لما تمتاز به من حركات (او كروباتية) ، إضافة إلى باقي الصفات التي يحتاجها لاعبو العاب القوى مثل الصبر والكفاح والاستمرارية في ممارسة هذه الفعالية.

وتكمن أهمية هذا البحث في دراسة هذه الفعالية من اجل التوصل إلى بعض الحلول المناسبة التي تساعد في تطوير الأداء الفني والانجاز لفعالية القفز بالزانة من اجل مواكبة التطور في هذه الفعالية أسوة بالدول العربية والعالمية.

وان إجراء هكذا بحوث سوف يؤدي إلى رفق الجامعات العراقية بالمزيد من المعرفة وكذلك العمل على إيجاد أفضل الطرق و الأساليب المناسبة و التي تعمل على تعليم وتحسين الأداء الفني والانجاز في هذه الفعالية ، وبالتالي سوف ينعكس ذلك بالفائدة التي تعود على مدربي الأندية الرياضية والمؤسسات والاتحاد العراقي لألعاب القوى بالاعتماد على هذه التمرينات والتأكيد عليها لخدمة التطور في هذه الفعالية .

١-٢- مشكلة البحث :-

حيثما يكون التطور الحاصل و الموجود في الدول العربية و العالمية في فعالية القفز بالزانة ، نجد انخفاض الأداء الفني والانجاز في هذه الفعالية في العراق وبشكل عام ومنذ زمن طويل . إذ إن الرقم العراقي للمتقدمين لهذه الفعالية البالغ (٤,٤٣) م والمسجل باسم القافز مهدي محين عام ١٩٨٢ م ، والرقم العراقي لفئة الشباب المسجل باسم القافز فاضل عباس والبالغ (٤,٠٥) م عام ١٩٨٧ م^(١).

و يرى الباحث أن من أسباب تأخر هذا اللون من الفعاليات يرجع إلى قلة استخدام الوسائل المساعدة من قبل المدربين في تطوير الأداء الفني والانجاز والسبب في ذلك يعود لعدة اسباب ومنها الإلمام الضعيف بكيفية استخدامها أو عدم توفرها في مكان التدريب ، وكذلك قلة وجود وحدات تعليمية تتلاءم مع القافز العراقي مما أدى إلى ضعف واضح في الأداء الفني والانجاز لفعالية القفز بالزانة على المستوى المحلي مقارنة مع المستوى العربي والعالمي.

كما لاحظ الباحث بان هناك ضعف في تطبيق المراحل الفنية كافة من قبل القافزين الشباب بشكل جيد والتي تبدأ من لحظة مسك العصا والركضة التقريبية ولحظة الغرس بالعمود في الصندوق والنهوض إلى لحظة عبور العارضة مما يؤدي إلى قلة استثمار المراحل الفنية لهذه الفعالية .

وهذه العوامل كلها تؤثر في الأداء الفني و مستوى الانجاز لدى القافزين الشباب ، لذلك ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة من اجل التوصل إلى الحلول المناسبة التي تساعد في تطوير الأداء الفني والانجاز لفعالية القفز بالزانة من اجل مواكبة التطور في هذه الفعالية أسوة بالدول العربية والعالمية.

١- ضياء المنشىء، موسوعة ألعاب الساحة والميدان، ط ١، بغداد: شركة النجد، ٢٠٠٨ م، ص ١٣٣ .

١-٣- أهداف البحث :-

يهدف البحث إلى

- ١- إعداد تمارين باستخدام الوسائل المساعدة في فعالية القفز بالزانة للشباب .
- ٢- معرفة تأثير تمارين باستخدام وسائل مساعدة في تطوير الأداء الفني والانجاز لفعالية القفز بالزانة للشباب .

١-٤- فروض البحث :-

- ١- هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة لمتغيرات الأداء الفني والانجاز للمجموعتين التجريبية والضابطة و لصالح الاختبارات البعديّة.
- ٢- هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعديّة للأداء والانجاز ولصالح المجموعة التجريبية .

١-٥- مجالات البحث :-

- ١-٥-١- المجال البشري : قافزو فعالية الزانة لفئة الشباب (١٨-١٩) سنة – محافظة النجف الأشرف والبالغ عددهم (اربعة) لموسم - ٢٠٠٩ م .
- ١-٥-٢- المجال الزمني : المدة من ٢١ / ١ / ٢٠٠٩ م ولغاية ٢٣ / ٤ / ٢٠٠٩ م .
- ١-٥-٣- المجال المكاني : مضمار العاب القوى في نادي النجف الرياضي وقاعة الجمناستك في المدرسة الحيدرية الابتدائية في مدينة النجف الاشرف .

الباب الثاني

٢- الدراسات النظرية والدراسات السابقة :

٢-١- الدراسات النظرية :

٢-١-١- مفهوم الوسائل المساعدة

٢-١-٢- أهداف استخدام الوسائل المساعدة

٢-١-٣- أهمية الوسائل المساعدة

٢-١-٤- فوائد الوسائل المساعدة

٢-١-٥- الخطوات الواجب مراعاتها في كيفية اختيار الوسائل المساعدة

٢-١-٦- المراحل الفنية لفعالية القفز بالزانة

٢-١-٧- بعض القوانين المتعلقة بفعالية القفز بالزانة

٢-١-٨- اختيار عمود الزانة

٢-١-٩- علاقة فعالية القفز بالزانة بفعاليات الجمباز

٢-٢- الدراسات السابقة :

٢-٢-١- دراسة حيدر مهدي عبد الصاحب بعنوان (تحليل بعض المتغيرات البيوديناميكية

لمرحلتي النهوض وعبور العارضة وعلاقتها بانجاز القفز بالعصا).

٢-٢-٢- دراسة ساجت مجيد جعفر الشرموطي بعنوان (اثر الوسائل المساعدة في تعليم

مرحلتي الارتفاع والمرجة بالقفز بالزانة) .

الباب الثاني

٢- الدراسات النظرية و الدراسات السابقة :-

٢-١- الدراسات النظرية :-

٢-١-١- مفهوم الوسائل المساعدة :

أصبح استخدام مصطلح الوسائل المساعدة في العملية التعليمية شيئا أساسيا ومهما للتواصل بين المدرب واللاعب في نقل المعلومات والخبرات وذلك عن طريق استخدام بعض الأجهزة و الأدوات المختلفة في عملية التعلم الحركي والتدريب الرياضي بوجه عام والتي تعد عاملا مهما في توصيل اللاعب إلى الأداء المطلوب وبأقل جهد ووقت ممكنين ، وهناك عدة مفاهيم لهذه الوسائل منها .

«إنها مجموعة من الأجهزة والأدوات والمواد التي يستخدمها المدرب لتحسين عملية التعلم وتقصير مدتها وتدريب اللاعبين على المهارات ، إذ اخذ المدربون و ذو الاختصاص في الآونة الأخيرة يبدون اهتماما واضحا بالوسائل المساعدة في التعلم والتطور وبأقل وقت وجهد ممكن»^(١).

«وهي أجهزة وأدوات و مواد يستعملها المعلم لتحسين عملية التعلم والتعليم»^(٢).

ومن خلال هذين المفهومين يرى الباحث إن الوسائل المساعدة هي الأدوات والأجهزة التي يستطيع المدرب من خلالها رفع مستوى اللاعب من الناحية الفنية والخطوية والبدنية والمعرفية وكما إنها تعبر عن اتجاه المتبع في مجالات التعلم والتدريب ، وهذا المجال أصبح أكثر اتساعا في الفعاليات التي يتم فيها تحقيق انجازات كبيرة في ألعاب القوى وغيرها من الألعاب الرياضية.

إن حصول التطور في العملية التعليمية باستخدام الوسائل المساعدة لا يتحقق فقط بتوفير الموارد المالية وحسب وإنما يتوقفان على مدى الفعالية في استخدام هذه الوسائل المساعدة في العملية التعليمية، إذ إن الموارد المالية والوسائل المساعدة كلها عناصر تتفاعل تفاعلا متصلا^(٣).

١- عباس احمد السامرائي و عبد الكريم محمود ، كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية ، جامعة البصرة : مطبعة دار الحكمة ، ١٩٩١ م ، ص ٤٢-٤٥

٢- ناهده عبد زيد ، أساسيات في التعلم الحركي ، ط ١ ، النجف الاشرف : دار الضياء للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٨ م ، ص ١٧٠

٣- محمد عبد الفتاح حسن البجة ، تكنولوجيا التعليم بين النظرية والتطبيق ، ط ١ ، الأردن : دار المسيرة للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٠ م ، ص ٥٥ .

٢-١-٢- أهداف استخدام الوسائل المساعدة :-

- ١- رفع مستوى المتدربين وتطوير مهاراتهم .
- ٢- تعزيز الخبرة لدى المدربين وتطوير مهاراتهم .
- ٣- زيادة فاعلية الوحدة التدريبية .
- ٤- سد القصور في جوانب التدريب مما يؤدي إلى تحسن الأداء .

٣-١-٢- أهمية الوسائل المساعدة :-

تؤدي الوسائل المساعدة دورا مهما ومؤثرا في عملية البناء الجيد للأداء الفني بالنسبة إلى المتعلمين ، إذ تكمن أهميتها في إيجاد الدوافع والرغبات في العملية التعليمية كما إنها تعمل على توصيل المعرفة المطلوب تحقيقها ، ويمكن إيجاز أهمية الوسائل المساعدة من خلال النقاط التالية^(٢، ٣) .

- ١- تقليل الجهد واختصار الوقت من قبل المعلم والمتعلم .
- ٢- تشجيع النشاط الذاتي لدى المتعلم لما لها من خاصية إثارة وحماس .
- ٣- تساعد على نقل المعرفة وتوضح الجوانب المهمة وتنمية عملية الإدراك .
- ٤- تثبيت المعلومات وتزويد من حفظ المتعلم وتضاعف استيعابه .
- ٥- تقوم معلومات المتعلم وتقيس مدى ما استوعبه من مادة الدرس .
- ٦- تعمل على تقريب واقع الحركة أو المهارة المرغوب نقلها إلى ذهن اللاعب أو المتعلم .
- ٧- تساهم في تعلم و تدريب أعداد كبيرة من المتعلمين في وقت واحد .
- ٨- تساعد على استبعاد الحركات الخاطئة وتدعم الحركات الصحيحة .
- ٩- تسهم في علاج مشكلة الفروق الفردية بين اللاعبين أو المتعلمين .
- ١٠- تجنب الإصابات التي يتعرض إليها المتعلم في أثناء تطبيق مهارة جيدة .

١- باسم حسن غازي ،تأثير منهج تدريبي مقترح باستخدام وسائل المساعدة في تطوير مهارتي الإرسال الساحق والضرب الساحق بالكرة الطائرة للشباب ،رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة بابل ، ٢٠٠٥ م ،ص ٢١ .
 ٢- عادل فاضل ، الوسائل التعليمية المساعدة على التعلم ، الأكاديمية الرياضية العراقية ، ٢٠٠٨\١١\٥ م .
 ٣- ناهده عبد زيد ، مصدر سبق ذكره ، ص ١٧٢ .

٢-١-٤- فوائد الوسائل المساعدة :-

عند تحليل الفوائد التي تعود على العملية التعليمية والتدريبية من خلال الاستعانة بالوسائل التعليمية نجد إنها تتلخص في ^(١) :-

- ١- التأثير الايجابي والفعال في بناء وتطوير الحركي عند اللاعب أو المتعلم .
- ٢- التأثير الايجابي والفعال في مواصفات الأداء الفني (التكنيك) والذي ينتج من خلال التطور الحادث في التطور الحركي .
- ٣- التأثير الايجابي والفعال في المستوى الرقمي والتقويم النهائي للأداء .
- ٤- التأثير الايجابي والفعال في وزن العملية التعليمية(سرعة التعلم) .

٢-١-٥- الخطوات الواجب مراعاتها في كيفية اختيار الوسائل المساعدة :-

توجد نقاط يجب مراعاتها لاختيار الوسيلة المساعدة إذ يأتي هنا دور المدرب صاحب الخبرة في اختيار الوسيلة المساعدة التي يجب أن تتناسب وإمكانات وقدرات لاعبي الفريق البدنية والذهنية والمهارية وهذه النقاط هي ^(٢) :-

- ١- يجب إن ترتبط الوسائل بالهدف المراد تحقيقه .
- ٢- يجب إن يراعى مكان استخدام الوسائل المساعدة .
- ٣- اختيار الوسائل المناسبة للمرحلة التعليمية .
- ٤- أن تكون غير معقدة وواضحة للاعب في طريقة استخدامها .
- ٥- أن تكون صناعتها غير مكلفة اقتصاديا .
- ٦- أن تكون مشوقة وتجذب انتباه اللاعب لها .

^١ - ناهده عبد زيد ، مصدر سبق ذكره ، ص ١٧١ .

^٢ - احمد إبراهيم قنديل ، التدريس بالتكنولوجيا الحديثة ، القاهرة : عالم الكتب ، ٢٠٠٦ م ، ص ١٦-١٧ .

^٣ - باسم حسن غازي ، مصدر سبق ذكره ، ص ٢٠ .

٢-١-٦- المراحل الفنية لفعالية القفز بالزانة :

تعد فعالية القفز بالزانة واحدة من فعاليات العاب القوى القديمة ، وتطورت هذه الفعالية خلال العصور السابقة بشكل مستمر ، ولكن التطور الكبير الذي حصل على هذه الفعالية جاء بعد اكتشاف العصا المصنوعة من الألياف الزجاجية عام ١٩٦٠ م والتي ساعدت على تحقيق نجاحات هائلة على صعيد الأداء و الانجاز .

تمتاز فعالية القفز بالزانة عن باقي فعاليات العاب القوى بكثرة وتعدد مراحل الأداء الفني في هذه الفعالية ، وبالرغم من الاختلاف الموجود بين الخبراء بتحديد هذه المراحل ، غير أن هناك إجماعاً عليها من حيث المسميات الرئيسية ، وسوف يحاول الباحث التوافق بينهما من خلال الاطلاع على كثير من المراجع العربية والأجنبية لنقل صورة واضحة ومفصلة عن هذه المراحل وكما يأتي :-

١- مرحلة مسك عمود الزانة وحمله :-

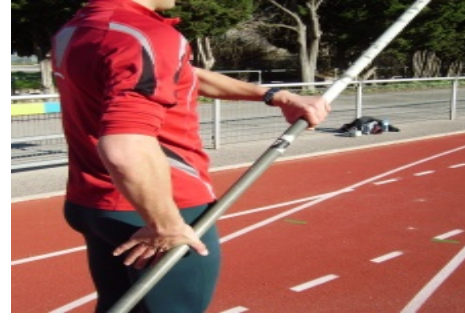
تعد مرحلة مسك وحمل عمود الزانة من المراحل الفنية المهمة التي ترتبط بعوامل كثيرة منها طول اللاعب وارتفاع العارضة ونوع عمود الزانة المستخدمة في القفز وكذلك وزن اللاعب والسرعة التي يعدو بها القافز ووزن عمود الزانة أيضا ، إذ إن المسافة بين اليدين تتراوح ما بين (٧٠ سم – ١٢٠ سم) ، ولكن المتعارف عليه والشائع أن المسافة عند مسك الزانة تكون بعرض صدر القافز أو اعرض من ذلك بقليل ، أما طريقة مسك عمود الزانة فتكون في الربع الاول وعلى الشكل التالي بالنسبة للقافز المستخدم اليد اليمنى ، فتكون الزانة إلى الجانب الأيمن من الجسم بحيث تكون اليد اليمنى في أعلى العمود واليد اليسرى تحتها ، وتمسك اليد اليمنى الزانة من الأسفل بحيث يكون ارتكاز الزانة بين السبابة والإبهام وأما اليد اليسرى فتمسك الزانة من الأعلى ، وترفع مقدمة الزانة إلى مستوى النظر تقريبا ، ويكون حمل الزانة على احد جانبي القافز بمستوى الحزام وهذا يختلف من قافز إلى آخر ، و أما بالنسبة إلى مستخدمي اليد اليسرى فتكون الحالة معكوسة (١) ، (٢) ، (٣) ، (٤) ، و كما موضح في الشكل (١) .

(١) قاسم حسن المندلوي ، علم تدريب الساحة والميدان ، بغداد: مطبعة الجامعة ، ١٩٧٩ م ، ص ٢٩١ .

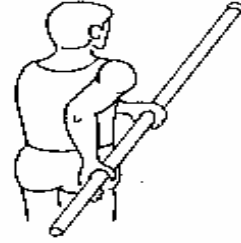
(٢) بسطويسي احمد ، سباقات المضمار ومسابقات الميدان ، ط ١ ، القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٩٧ م ، ص ٣٧٤ .

(٣) محمد عثمان ، العاب القوى ، ط ١ ، الكويت : دار القلم للنشر والتوزيع ، ١٩٩٠ م ، ص ٤٣٣ .

(٤) كمال جميل الربضي ، الجديد في العاب القوى ، ط ٣ ، الأردن : دار وائل للنشر ، ٢٠٠٥ م ، ص ٢٥٢ .



الجهة اليسرى



الجهة اليمنى

الشكل (١)

يوضح مرحلة مسك عمود الزانة وحمله

ويرى الباحث أن هناك ثلاثة مستويات لحمل عمود الزانة ، إذ يكون المستوى الأول بشكل مواز للأرض أي يكون عمود الزانة موازيا للأرض ، ويستخدم هذا النوع مع المبتدئين وذلك لصعوبة إيجاد الإيقاع المناسب لحمل عمود الزانة في أثناء الركض لأن ذلك يتطلب تناسقا عاليا في أثناء نزول العمود بالتدرج عند الاقتراب من صندوق الغرس ، أما المستوى الثاني فيكون رأس العمود باتجاه أمام أعلى وذلك لتقليل وزن العمود في أثناء الركضة التقريبية ويستخدم هذا النوع من الحمل من قبل المستويات المتوسطة ، ويختلف الباحث مع الدكتور ريسان خريبط^(١) في استخدام هذا المستوى من الحمل إذ يقول انه يستخدم مع المبتدئين، ويرى الباحث إن هذا النوع يمكن استخدامه مع المستويات المتوسطة ، أما المستوى الثالث فيكون حمل العمود مرتفعاً إلى الأعلى وبشكل عمودي تقريبا ويستخدم هذا النوع من حمل عمود الزانة القافزون ذوو المستويات العليا، لأن العمود المستخدم يكون طويلاً من اجل عبور ارتفاع أعلى ، وكذلك يمكن تقليل وزن حمل العمود بهذه الطريقة .

ومن خلال كل ما تقدم نستطيع أن نقول إن هذه المستويات لحمل عمود الزانة تعتمد على إمكانية القافز من جهة ومن جهة أخرى يعتمد على إيجاد الإيقاع المناسب للحظة نزول العمود بالتدرج خلال عملية الغرس و يعتمد كذلك على الأداء الفني المتبع من قبل القافز ، وكما موضح في الشكل (٢) .

^١ - ريسان خريبط و عبد الرحمن الأنصاري ، العاب القوى ، الأردن : دار الثقافة للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٢ م ، ص ١٨٣ .



المستوى الموازي

المستوى الأمام الأعلى

المستوى العالي

(٢) الشكل

يوضح مستويات حمل عمود الزانة

٢- مرحلة الركضة التقريبية :-

عندما يبدأ القافز بالاقتراب يضغط على عمود الزانة باتجاه الأسفل باليد اليمنى حتى ترتفع مقدمة العمود وتكون اليد اليمنى والزانة بمستوى الحزام ، وأما اليد اليسرى فتكون أمام الصدر ويكون المرفقان في حالة انثناء ، وان الهدف الأساسي للركضة التقريبية هو وصول القافز إلى أقصى سرعة ممكنة وتكون بداية السرعة بشكل تدريجي للوصول إلى السرعة المطلوبة مع العمود باتجاه العارضة لتحقيق الارتفاع المناسب والمخطط له ، وان طول الركضة التقريبية يختلف من قافز إلى آخر وحسب الفروقات الفردية بين القافزين الزانة ، وان طول مسافة الاقتراب تتراوح ما بين (٣٥ م - ٤٥ م) ، وينصح خبراء اللعبة بان يبدأ القافز في خفض مقدمة العمود إلى الأسفل في اتجاه الصندوق خلال الثلث الأخير من مسافة الاقتراب مع مراعاة الاحتفاظ بالسرعة التي حصل عليها القافز أثناء الركض مع عدم السماح للعمود بالاهتزاز إلى اليمين أو اليسار أو إلى الأعلى أو الأسفل ، وأما بالنسبة إلى نظر القافز فيكون مركزاً على صندوق الغرس مع ضبط الخطوات التقريبية ، مع كون الجذع أكثر استقامة بالمقارنة مع الركض بدون حمل العمود (١، ٢، ٣، ٤، ٥) ، وكما موضح في الشكل (٣).

١- قاسم حسن المندلوي ، مصدر سبق ذكره ، ص ٢٩٤ - ٢٩٥ .

٢- بسطويسي احمد ، مصدر سبق ذكره ، ص ٣٧٤ .

٣- محمد عثمان ، مصدر سبق ذكره ، ص ٣٣٤ .

٤- كمال جميل الرضي ، مصدر سبق ذكره ، ص ٢٥٢ .

(٥) James hay ,the Biomechanics of sport , techniques, add 2 ,USA ;1985 P 466



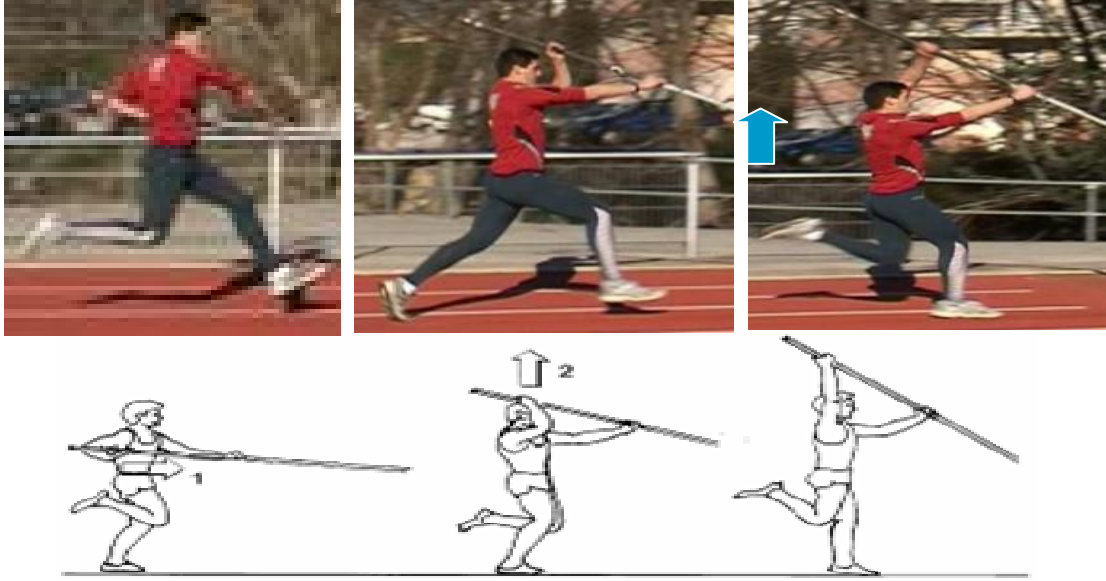
الشكل (٣)

يوضح مرحلة الركضة التقريبية في فعالية القفز الزانة

٣- مرحلة غرس الزانة في الصندوق :-

تعد لحظة وضع الزانة في الصندوق جزءاً لا يتجزأ من طول الركضة التقريبية إذ يبدأ القافز بتوجيه نظراته إلى الصندوق كي يضمن تثبيت الزانة به، إذ إن عملية التحضير لغرس العمود في الصندوق تبدأ خلال الخطوات الثلاث الأخيرة إذ تتجه مقدمة الزانة إلى الأسفل في اتجاه الصندوق وحيث تقترب اليد اليمنى من الحوض ويظل مرفق الذراع اليمنى في مستوى أعلى من الزانة وفي نفس الوقت تفرد الذراع اليسرى في اتجاه الإمام وتستمر عملية ضغط مقدمة العمود في اتجاه الصندوق يصاحبها عملية دوران في اليد اليمنى وفرد الذراع الأيمن أيضاً في اتجاه الأمام والأعلى، إذ تعمل الذراع اليمنى على سحب الزانة واليد اليسرى تقوم بالدفق عند لحظة الارتقاء، ويكون الجذع مستقيماً مع امتداد الذراع إلى الأعلى وتكون قبضة الذراع اليمنى فوق منتصف الرأس (١، ٢، ٣، ٤، ٥)، كما موضح في الشكل (٤).

- ١- قاسم حسن المندلاوي ، مصدر سبق ذكره ، ص ٢٩٥ .
- ٢- بسطويسي احمد ، مصدر سبق ذكره ، ص ٣٧٥-٣٧٧ .
- ٣- محمد عثمان ، مصدر سبق ذكره ، ص ٤٣٦-٤٣٧ .
- ٤- كمال جميل الربضي ، مصدر سبق ذكره ، ص ٢٥٣ .



الشكل (٤)

يوضح مرحلة غرس الزانة في الصندوق في فعالية القفز بالزانة

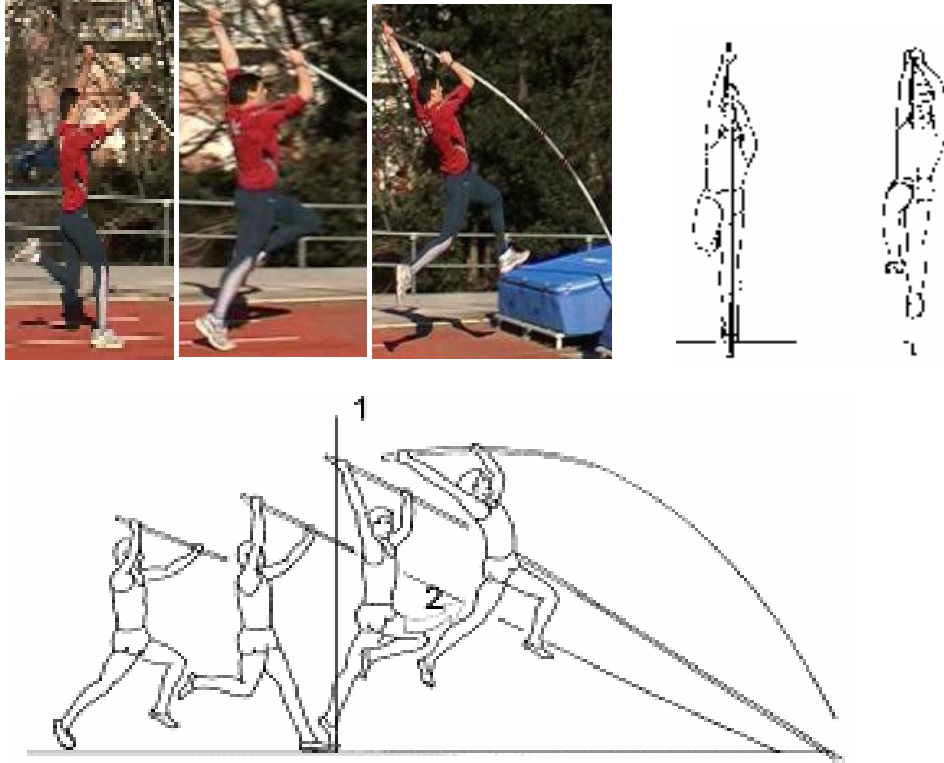
٤- مرحلة الارتقاء (النهوض):-

تعد لحظة الارتقاء نهاية للركضة التقريبية وبداية لعملية الإعداد لبدء مرحلة جديدة للقافز وهي عملية الارتقاء التي تعد من العمليات المعقدة والصعبة إلى درجة كبيرة، إذ تبدأ هذه المرحلة بوضع قدم الارتقاء على الأرض وتنتهي عندما تترك مقدمة القدم الأرض.

في هذه المرحلة يقوم القافز بضبط مكان الارتقاء بحيث يكون المسقط العمودي لليد الخلفية للقافز فوق الرأس بمسافة تتراوح ما بين (٢٠-٢٥) سم وتكون زاوية الارتقاء في القفز بالزانة من (٧٥-٨٠) درجة، في حين تكون زاوية الطيران من (٢٠-٢٤) درجة، وفي هذه اللحظة يجب دفع ركبة الرجل الممرجة للإمام الأعلى ويبدأ اللاعب بالتأثير على العصا لتأخذ مداها الحقيقي، إذ تقوم الذراع اليمنى بسحب العمود للأسفل والذراع اليسرى تقوم بدفع العمود إلى الأمام الأعلى أي عمل الذراعين يكون متعاكسا، وهنا يجب الإشارة إلى أن لحظة غرس العمود بالصندوق تقابلها استناد قدم الارتقاء مع الأرض بهدف الحصول على أفضل انتقال للطاقة الحركية إلى الطاقة الكامنة في اتجاه الحركة الجديدة (١، ٢، ٣، ٤، ٥)، وكما موضح في الشكل (٥)

- ١- سليمان على وآخرون، التحليل العلمي لمسابقات الميدان والمضمار، القاهرة: دار المعارف للنشر، ص ١٨٧ .
- ٢- قاسم حسن المندلاوي، مصدر سبق ذكره، ص ٢٩٩ .
- ٣- بسطويسي احمد، مصدر سبق ذكره، ص ٣٧٦ .
- ٤- محمد عثمان، مصدر سبق ذكره، ص ٤٣٧-٤٧٦ .

5- Ellen kreighbaum .katharine. Barthels.Biomechanics A Qualitative Approach for studying Human Movement .USA.1996.P.395



الشكل (٥)

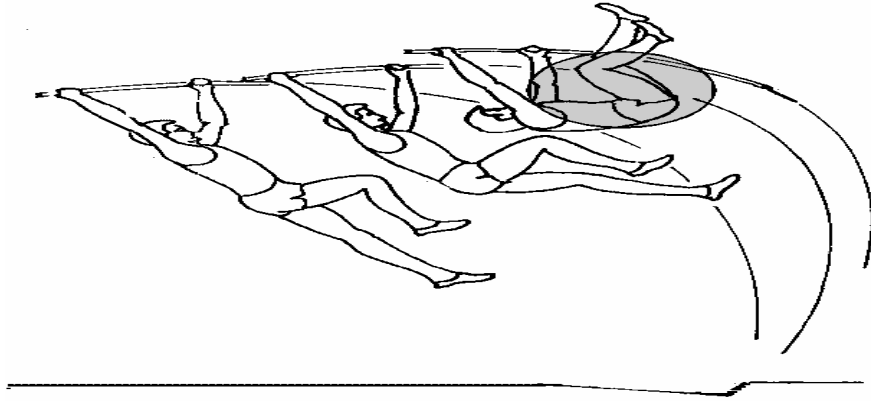
يوضح مرحلة الارتقاء (النهوض) في فعالية القفز بالزانة

٥- مرحلة الطيران :-

(تأتي هذه المرحلة بعد الارتقاء مباشرة ، إذ يتم نقل الطاقة التي حصل عليها القافز وإظهارها في هذه المرحلة والمتمثلة بثني القدم الممرجة في بادئ الأمر لتساعد الحوض في التوجه للأمام ، ويبدأ جسم القافز بالسحب ثم التمرجح بحركة بندولية ، أما رجل الارتقاء فتبقى ممدودة إلى حد ما بعد الارتقاء ليساعد ذلك في تقوس الجسم و هذا يؤدي في وقت لاحق إلى مرجة القدم المرتقية بقوة ^(١) ، وبعدها يكون (وضع الجسم على شكل حرف L) وهذا ليس هدفا في حد ذاته ولكنه غرض مرحلي للمساعدة في لف الجسم والدفع للعبور من العارضة ، وبذلك يجب أن تكون جميع حركات القافز بعد اخذ هذا الوضع في الاتجاه الراسي بينما تأخذ الزانة في الاعتدال المستمر وترجع إلى حالتها الطبيعية حتى مستوى قبضة اليد اليسرى وبذلك يستمر رفع الحوض حتى يلاصق قبضة اليد اليمنى ويساعد في الوصول إلى ذلك الوضع حركة مد الرجلين المنتهيتين كما تساعد أيضا في مد الجسم ^(٢، ٣) ، وبعدها يكون وضع الجسم على شكل حرف I) ، وكما موضح في الشكل (٦)

١- كمال جميل الربضي ، مصدر سبق ذكره ، ص ٢٥٥ .

٢- بسطويسي احمد ، مصدر سبق ذكره ، ص ٣٨٢-٣٨٣ .



الشكل (٦)

يوضح مرحلة الطيران في فعالية القفز الزانة

٦-مرحلة السحب و الدوران والدفع :-

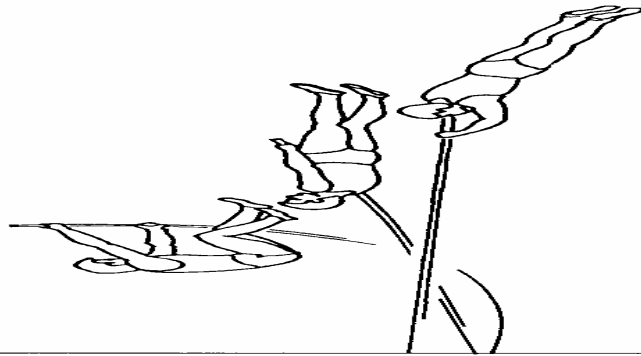
تبدأ هذه المرحلة عندما يمتد الجسم للأعلى وتنتهي بترك اليد اليمنى لعمود الزانة بعد عملية الدفع، (ويتم بان يسحب القافز بقوة العمود إلى صدره وينقل الرجل اليمنى للجهة الأخرى ويدير جسمه بكامله معها بحيث يكون وجه القافز مواجهاً للأرض وبطنه باتجاه العارضة)^(١)، أما حالة الدوران فلا تتم إلا بعد أن تصل الأكتاف إلى مستوى القبضة السفلى وتبدأ حركة دوران الجسم على المحور الطولي حتى يواجه صدر القافز العارضة وتساعد الساق الحرة في عملية لف الجسم حتى يصل القافز إلى وضع الوقوف على اليدين .

أما حالة الدفع فتبدأ في تلك المرحلة عندما يمتد الجسم إلى الأعلى وتنتهي بترك اليد اليمنى للزانة بعد عملية الدفع، علماً بان عمود الزانة في هذه الحالة سيكون قرب عضد الذراع اليمين وتكون الرجلان ممدودتين مداً كاملاً ومؤشرتين بكعبيهما نحو الأعلى^(٢،٣)، كما موضح في الشكل (٧)

١- علي هداد رفيف و إبراهيم سلمان جمعة، أضواء على ألعاب الساحة والميدان، بغداد: مطابع الجمهورية، ١٩٧١ م، ص ٣٠٧ .

٢- بسطويسي احمد ، مصدر سبق ذكره، ص ٣٨٦ .

٣- علي هداد رفيف و إبراهيم سلمان ، المصدر السابق نفسه ، ٣٠٨ .



الشكل (٧)

يوضح مرحلة السحب والدوران والدفع في فعالية القفز الزانة

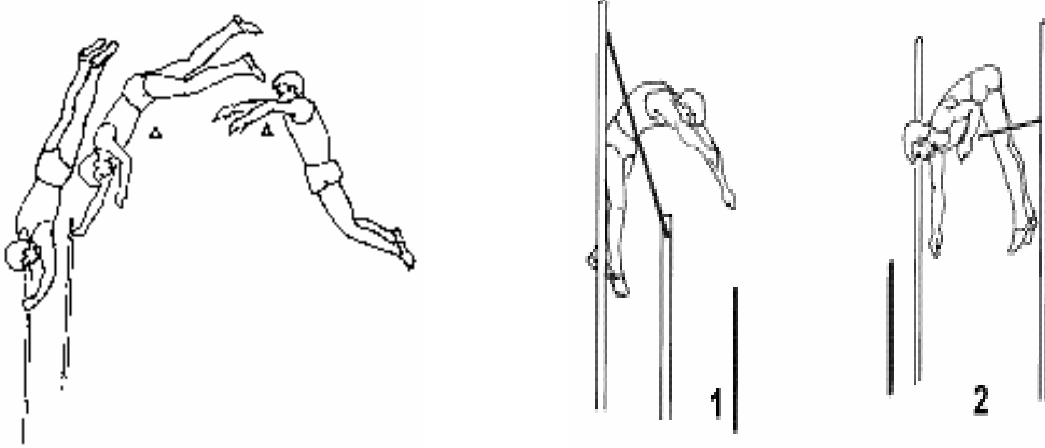
٧-مرحلة عبور العارضة والهبوط :

تعد عملية اجتياز العارضة تتويجا لجهود القافز خلال المراحل السابقة إذ إن مرحلة تعديّة العارضة والهبوط تعد آخر المراحل الفنية في مسابقة القفز بالزانة ، وتنتهي بمحاولة القافز للاستفادة من منحنى الطيران بأجزاء جسمه المختلفة دون المساس بالعارضة ، وتتطلب عملية تعديّة العارضة بصورة سليمة خبرة من القافز وقدرًا كبيراً من الإحساس بالحركة ، ويكون وضع الجسم منحنياً بعض الشيء من مفصل الحوض بعد عملية دفع الزانة ، ويفضل غالبية أبطال العالم الهبوط على أكبر مساحة ممكنة من الظهر والجسم ولكن إذا كان الهبوط على القدمين معاً يكون أفضل وليس على قدم واحدة وتكون منطقة الهبوط لينّة لامتصاص الصدمة (١، ٢، ٣) ، كما موضح في الشكل (٨)

١- محمد عثمان ، مصدر سبق ذكره ، ص ٤٤٣ .

٢- كمال جميل الربضي ، مصدر سبق ذكره ، ص ٢٥٧ .

٣- سمير مسلط الهاشمي ، أصول الوثب والقفز في العاب الساحة والميدان ، جامعة بغداد : مطبعة الحوادث ، ١٩٨١ م ، ص ١٣١-١٣٢ .



الشكل (٨)

يوضح مرحلة عبور العارضة والهبوط في فعالية القفز بالزانة

٢-١-٧ - بعض القوانين المتعلقة بفعالية القفز بالزانة :-

إن القوانين الرياضية التي وضعت إنما جاءت لتنظيم المسابقات الرياضية وتحقيق العدالة قدر الإمكان ، ولقد مرت هذه القوانين بمراحل طويلة قبل أن تصل إلى ما وصلت إليه الآن ، إذ إن مسابقات العاب القوى التي شهدت تطورات كبيرة على المجال الرقمي و اكبتها تعديل وإضافة القوانين الجديدة لتنشيط روح التنافس بين المتسابقين بشكل عام وفعالية القفز بالزانة بشكل خاص ، وفيما يأتي بعض من هذه القوانين المنظمة لفعالية القفز بالزانة^(٢٠١) :

- ١- صريح عبد الكريم الفضلي ، القانون الدولي لألعاب الساحة والميدان ، ترجمة وإعداد ، ٢٠٠٨ م .
- ٢- قاسم حسن حسين ، القانون الدولي لألعاب الساحة والميدان للهواة ، بغداد ، دار الكتب للطباعة ، ١٩٨٧ م .

- 1 - تصنع الزانة من أية مادة أو خليط من المواد وتكون بأي طول أو قطر ولكن السطح الأساسي يجب أن يكون ناعما (أملس) .
- 2- يستخدم المتسابقون الزانات الخاصة بهم ولا يسمح لأي متسابق باستخدام الزانة الخاصة بمتسابق آخر بدون موافقة صاحبها .
- ٣- طول طريق الاقتراب يتراوح من (٤٠ م - ٤٥ م) وعرض المجال يتراوح ما بين (١٢٢ - ١٢٥) سم .
- ٤- يسمح للمتسابقين إثناء المنافسة بوضع مادة في أيديهم أو في عمود الزانة من اجل تحقيق قبضة أفضل .
- ٥- يجب أن يتم الارتقاء في القفز بالزانة من الصندوق الذي يغطس في الأرض حتى مستواه ، والذي يبلغ طوله (١) م وعرضه في المقدمة (٦٠) سم وتندرج حتى يصل إلى (١٥) سم عند القاعدة .
- ٦- إذا حدث وانكسرت الزانة في إثناء المحاولة فإنها لا تحتسب محاولة فاشلة ويمنح المتسابق محاولة جديدة إضافية .
- 7 - عقب ترك المتسابق للزانة لا يسمح لأي شخص وكذلك المتسابق أن يلمس الزانة إلا في حالة سقوطها بعيدا عن العارضة أو القوائم .
- 8- يجب أن لا تقل مساحة منطقة الهبوط عن (٥ × ٥) م ، والارتفاع من (٨٠) سم ويجب أن تكون طول الأجزاء الأمامية (٢) م .
- ٩- للمتسابق الحق في أن يبدأ بالقفز على أي ارتفاع سبق أن أعلنه القضاة وله الحرية في القفز على أي ارتفاع .
- 10 - يحرم المتسابق من القفزات إذا فشل في ثلاث محاولات متعاقبة بصرف النظر عن الارتفاع الذي فشل فيه .
- 11- يمنح المتسابق وقتا بعد ضبط آخر القوائم .
 - أ - إذا كان عدد المتسابقين أكثر من ثلاثة ، يمنح دقيقة واحدة .
 - ب- إذا كان عدد المتسابقين من (٢ - ٣) يمنح دقيقتين .
 - ج - إذا كان هناك متسابق واحد فانه يمنح خمس دقائق .
 - د - إذا كانت المحاولات متعاقبة يمنح المتسابق ثلاث دقائق .

٢-١-٨ - اختيار عمود الزانة :-

يعتمد النجاح في القفز بالزانة بدرجة كبيرة على الاختيار المناسب لعمود الزانة المستخدم فهناك العديد من العوامل التي تؤثر في اختيار عمود الزانة منها على سبيل المثال وزن القافز وارتفاع القبضة وحجم اليد ومهارة وضع الزانة في الصندوق وسرعة الارتقاء وكذلك سرعة الريح ودرجة حرارة الجو لذلك نجد القافزين يحملون معهم عند الاشتراك في المنافسات الكبرى ثلاثة أعمدة أو أكثر تختلف في درجة صلابتها ، كما إن المرحلة السنوية تؤدي دورا مهما في اختيار الزانة فعندما يبدأ المبتدئون في التعليم يعمل المدرب على استعمال الزانات ذات مرونة كبيرة ثم ينتقل إلى استعمال زانات ذات مرونة أكثر صلابة ، إذ توجد أربع درجات من المرونة لكل وزن وهي الصلب ومتوسط الصلابة ومتوسط الطراوة وطري ،وتقوم الشركة المصنعة للزانات بوضع الوزن الخاص بها وطولها علما إن هناك أطوالا متفق عليها وهي (١٢ ، ١٣ ، ١٤ ، ١٥ ، ١٦) قدم ولكل طول توجد عدة أنواع بحسب وزن القافز وكذلك يدون على عمود الزانة درجة الثني التي يسمح بها العمود ،وكذلك وزن القافز المناسب لثني الزانة وهناك نقاط يجب مراعاتها عند اختيار الزانة وهي (١، ٢، ٣) .

- ١- القدرات البدنية للقافزين بالزانة .
- ٢- استخدام عمود ذي طول مناسب .
- ٣- ارتفاع القبضة وصلابة الزانة للارتفاع الذي يريد القافز اجتيازه .
- ٤- لا تستخدم أبدا زانات اقل من وزنك .
- ٥- يمكن لقافزي المستوى المتوسط استخدام زانات أكثر من وزنهم من (١٠-٢٥) كغم .

١- احمد محمود الخادم،التمرينات الخاصة للاعبين القفز بالزانة، مركز التنمية الإقليمي، القاهرة: العابد القوى ، عدد ٣١ ، ٢٠٠٢ م ، ص ١٨-١٩ .

٢- محمد عثمان ، مصدر سيق ذكره ، ص ٤٤٧-٤٤٨ .

٢-١-٩- علاقة فعالية القفز بالزانة بمسابقات الجمناستك :-

إن فعالية القفز بالزانة هي إحدى مسابقات العاب القوى التي تمتاز بالمخاطرة عند عبور العارضة على ارتفاعات عالية ، إذ إنها تعد من فعاليات استعراض القوة والشجاعة في بداية تطور هذه الفعالية، حيث ادخل (فريد ريش لودفيج) مسابقة القفز بالزانة ضمن فعاليات العاب القوى ، إلا أن هذه الفعالية في الأساس اشتقت من مسابقات الجمناستك^(١،٢)، وفضلا عن إنها تمتاز بحركات (اوكروباتية) من خلال تغير وضع الجسم بالهواء عند لحظة الارتقاء وحتى عبور العارضة وبالرغم من إنها من فعاليات العاب القوى إلا إننا نجد إن ممارسي هذه الفعالية يلجأون في تدريباتهم إلى أجهزة الجمناستك ويقضون باستخدامها ساعات طويلة يوميا لما لها من دور كبير في تطور الأداء الفني ، إضافة إلى ذلك نجد أن أغلبية بطلات العالم كن لاعبات جمناستك في وقت مضى ومثال على ذلك بطلة العالم القافز الروسية (ايلينا اسنبايفا) التي كانت لاعبة جمناستك مشهورة في بلادها وبعد بلوغها سن معين لا يسمح لها بتقديم المزيد في لعبتها لجأت إلى هذه الفعالية وحطمت الأرقام العالمية بشكل مذهل ، والسبب يعود إلى إن لاعبات الجمباز يمكن كل المتطلبات الخاصة بهذه الفعالية ، لذلك نجد هنالك ارتباطا كبيرا بين هذه المسابقات وفعالية القفز بالزانة والتي أصبحت جزءا أساسيا من تمرينات تطوير الأداء الفني والانجاز في القفز بالزانة .

1- WWW. Pole Vault-Wikipedia the free ,encyclope.htm 10\11\2008

٢- كمال الربضي ، مصدر سبق ذكره ، ص ٢٤٩ .

٢-٢- الدراسات السابقة :-

قام الباحث باستعراض بعض البحوث والدراسات السابقة الخاصة بدراسة القفز بالزانة وهي :

٢-٢-١- دراسة حيدر مهدي عبد الصاحب (٢٠٠٤ م) ^(١)

(تحليل بعض المتغيرات البيوديناميكية لمرحلتَي النهوض وعبور العارضة وعلاقتها بانجاز القفز بالعصا)

هدفت الدراسة إلى تحليل العلاقة بين بعض المتغيرات البيوديناميكية لمرحلتَي النهوض وعبور العارضة وانجاز القفز بالعصا .

أما فرض البحث فقد كان هناك علاقة ارتباط بين بعض المتغيرات البيوديناميكية لمرحلتَي النهوض وعبور العارضة مع بعضها ببعضها وانجاز القفز بالعصا . وكانت عينة البحث على الفائزين الثلاثة الأوائل في فعالية القفز بالعصا ضمن بطولة جمهورية العراق بالعاب القوى التي أجريت بتاريخ ٢٠-٢٢\١١\٢٠٠٢ م على ملعب الكشافة في بغداد . واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح ، وتوصل إلى الاستنتاجات التالية :

١- اتضح إن معدل سرعة مرحلة النهوض الأفقية الابتدائية والمسجلة من قبل عينة البحث والبالغة (٨,٢١) ثا) قد وقعت ضمن المدى المثالي والبالغ (٩,٧٥) ثا) فيما ارتفعت قيم زمن النهوض والبالغة (٠,١٥) ثا) وزاوية الطيران والبالغة (٣١,١٩) ° عن المستوى المثالي لها والبالغ على التوالي (٠,١٠٥ - ٠,١١٥) ثا) (٢٢-١٨) ° مما اثر ذلك سلبيا على مستوى الانجاز .

٢- سجلت عينة البحث انخفاضا واضحا في قيم طول الجسم بين لحظتي التعلق وامتداد العصا بلغ (١٦,٣٢) سم والذي جاء مناقضا للأسس الميكانيكية والفنية للفعالية .

٣- اتضح من خلال أداء عينة البحث إن المسافة بين القبضة العليا والعارضة في الوضع العمودي والبالغة (٧٤,٠٣) سم هي مسافة أفقية ليست عمودية حيث اتضح إن مستوى قبضة اللاعب العليا على العصا هو أعلى من ارتفاع العارضة .

٤- حققت سرعة مرحلة النهوض الأفقية الابتدائية علاقة ارتباط طردية و معنوية مع ارتفاع مركز ثقل الجسم لحظة الاستناد و علاقة ارتباط عكسية و معنوية مع زمن مرحلة النهوض كما حققت سرعة الانطلاق (السرعة المحصلة) علاقة ارتباط عكسية و معنوية مع زاوية الطيران .

^١ - حيدر مهدي عبد الصاحب ، تحليل بعض المتغيرات البيوديناميكية لمرحلتَي النهوض وعبور العارضة وعلاقتها بانجاز القفز بالعصا، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة البصرة ، كلية التربية الرياضية : ٢٠٠٤ م

أما توصيات البحث فكانت :

- ١- المعرفة الدقيقة لمتطلبات الميكانيكية مثل سرعة النهوض وسرعة الانطلاق و زمن النهوض وعلاقة ارتفاع مركز ثقل الجسم لحظة الاستناد في فعالية القفز بالزانة من قبل المدربين .
- ٢- إجراء دراسات تحليلية خاصة للأداء الفني لفعالية القفز بالزانة على أن تشمل جميع المتغيرات .

٢-٢-٢-دراسة ساجت مجيد جعفر الشرموطي (٢٠٠٥ م) (١)

(اثر الوسائل المساعدة في تعليم مرحلتي الارتقاء والمرجحة بالقفز بالزانة)

هدفت الدراسة إلى معرفة اثر الوسائل المساعدة في تعليم مرحلتي الارتقاء والمرجحة في فعالية القفز بالزانة ،إضافة إلى إيجاد أفضل وسيلة تعليمية لهاتين المرحلتين بهذه الفعالية .
أما فرض البحث فقد كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية للوسائل التعليمية المساعدة المستخدمة في مرحلتي الارتقاء والمرجحة لفعالية القفز بالزانة بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعات الثلاث ،

وكانت عينة البحث من طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية / جامعة القادسية للعام (٢٠٠٤-٢٠٠٥ م)، وبلغ عددهم (٤٥) طالبا قسموا على ثلاث مجموعات استخدمت المجموعة الأولى الوسيلة التعليمية المساعدة (العقلية) فيما استخدمت المجموع الثانية الوسيلة التعليمية المساعدة (المتوازي) واستخدمت المجموعة الثالثة الوسيلة التعليمية المساعدة (البندول – عمود الزانة) ،وكانت النتائج

- ١- وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في الوسائل التعليمية المستخدمة في تعليم مرحلتي الارتقاء والمرجحة بالقفز بالزانة في الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح البعدية
- ٢- وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين المجاميع الثلاث ولصالح المجموعة التي استخدمت الوسيلة التعليمية المساعدة (البندول)

أما توصيات البحث فكانت :

- ١- ضرورة استخدام الوسائل التعليمية المساعدة في عملية تعليم مراحل القفز بالزانة
- ٢- ضرورة الأخذ بنظر الاعتبار عند إعطاء الوسائل المساعدة إعطاء الوسيلة التعليمية البندول دورا أكبر في مرحلتي الارتقاء والمرجحة لما لها من أهمية ايجابية في تعليم القفز بالزانة .

^١ - ساجت مجيد جعفر الشرموطي ، اثر الوسائل المساعدة في تعليم مرحلتي الارتقاء والمرجحة بالقفز بالزانة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة القادسية ، كلية التربية الرياضية : ٢٠٠٥ م

٣-٢- مناقشة الدراسات السابقة :

من خلال استعراض الدراسات السابقة توضحت لدى الباحث بعض الملاحظات حولها ومنها . إن أهداف الباحثين ونتائجهما اختلفت كل حسب غايته ، فالدراسة الأولى ركزت على إيجاد أفضل وسيلة مساعدة في تعلم مرحلتي الارتقاء والنهوض لعينة البحث التي تكونت من طلاب كلية التربية الرياضية و هي عينة خام وقام الباحث بتقسيم العينة إلى ثلاث مجموعات ، وكذلك اخذ الباحث في دراسته مرحلتين من مراحل الأداء الفني هما الارتقاء والمرحلة ، بالإضافة إلى ذلك استخدم الباحث ثلاث وسائل مساعدة وهي البندول وجهاز العقلة وجهاز المتوازي ومن ثم المقارنة بينها في التعلم . أما الدراسة الثانية والتي استخدم فيها الباحث المنهج الوصفي لعينة واحدة من الفائزين الثلاثة الأوائل في بطولة العراق ، إذ عمل الباحث على دراسة بعض المتغيرات البيوديناميكية لمرحلة النهوض وعبور العارضة ، حيث إن الباحث عمل على دراسة بعض المتغيرات مثل معدل السرعة وزمن النهوض وزاوية الطيران وبعد ذلك عمل على مقارنة النتائج لهذه المتغيرات مع المستوى المثالي الذي وضعه الباحث لهذه المتغيرات .

ولقد اختلفت الدراسة الحالية عن الدراستين السابقتين بما يأتي :

- ١- استخدم الباحث ست وسائل مساعدة وهي موضحة في الأشكال (٩-١٠-١١-١٢-١٣-١٤) .
- ٢- كان مجتمع البحث من القافزين الشباب وهم بطبيعة الحال من المتعلمين وليسوا من مجتمعات الخام .
- ٣- استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة .
- ٤- إيجاد نسبة مئوية لكافة المراحل الفنية لفعالية القفز بالزانة من اجل تقويم الأداء الفني .
- ٥- عمل الباحث على تطوير الأداء الفني والانجاز عن طريق التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة .
- ٦- عمل الباحث على دراسة كافة المراحل الفنية لفعالية القفز بالزانة وليس لمرحلتين فقط .

الباب الثالث

٣ - منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

٣ - ١ - منهج البحث

٣ - ٢ - مجتمع وعينة البحث

٣ - ٣ - تكافؤ مجموعتي البحث

٣ - ٤ - الوسائل ولأدوات والأجهزة المستخدمة

٣ - ٤ - ١ - الوسائل البحثية

٣ - ٤ - ٢ - الأجهزة المستخدمة والأدوات

٣ - ٥ - الوسائل المساعدة المستخدمة

٣ - ٦ - استمارة تقويم الأداء الفني في فعالية القفز بالزانة

٣ - ٧ - التجربة الاستطلاعية

٣ - ٨ - الأسس العلمية للاختبارات

٣ - ٨ - ١ - الصدق

٣ - ٨ - ٢ - الثبات

٣ - ٨ - ٣ - الموضوعية

٣ - ٩ - إجراءات البحث الرئيسية

٣ - ٩ - ١ - الاختبار القبلي

٣ - ٩ - ٢ - التمرينات

٣ - ٩ - ٣ - الاختبار البعدي

٣ - ٩ - ٤ - تقويم الأداء الفني

٣ - ٩ - ٥ - قياس الانجاز

٣ - ١٠ - الوسائل الإحصائية

الباب الثالث

٣ - منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

٣-١ - منهج البحث :

إن طبيعة المشكلة التي تواجه الباحث خلال بحثه هي التي تفرض عليه استخدام المنهج الملائم للوصول إلى المعلومات والبيانات الدقيقة لتحقيق أهداف البحث ، وعلى هذا الأساس استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين لملائمته البحث ، إذ إن الباحث يحاول إدخال صفة أو متغير يمكن من خلاله تغيير حالة العينة أو الشيء المراد تغييره^(١) .

٣-٢ - مجتمع وعينة البحث :

«العينة هي المجموعة التي يتم فحصها أو دراستها أي هي التي ينفذ عليها البحث وقد تكون من شخص أو شخصين أو ثلاثة أو أربعة»^(٢) وعلى هذا الأساس اختيرت عينة البحث من مجتمع المتمثل بقافزي الزانة من فئة الشباب في محافظة النجف الأشرف والبالغ عددهم أربعة من القافزين ، إذ بلغت العينة (عشرين محاولة) ولكل قافر خمسة محاولات ، وبعد ذلك تم تقسيم مجتمع البحث وبطريقة القرعة إلى مجموعتين احدهما تجريبية وأخرى ضابطة ،^(٣) إذ تضم كل مجموعة اثنين من قافزي الزانة .

٣-٣ - تكافؤ مجموعتي البحث :

أما بالنسبة إلى التكافؤ وقبل البدء بتطبيق التمرينات لجأ الباحث إلى التحقق من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة ، «إذ ينبغي على الباحث تكوين مجموعتين متكافئتين على الأقل فيما يتعلق بالمتغيرات التي لها علاقة بالبحث»^(٤) ، ومن أجل ضبط المتغيرات التي تؤثر في دقة نتائج البحث ولإرجاع الفروق في التأثير فقط إلى المتغير المستقل وهي التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة ، إذ قام الباحث بإجراء التكافؤ بين المجموعتين في الاختبار القبلي باستخدام طريقة (مان - وتني) لعينتين مستقلتين بالنسبة إلى الأداء الفني والانجاز ، كما هو مبين في الجدول (١) .

(١) وجيه محبوب ، البحث العلمي ومناهجه، بغداد : مديرية الكتب للطباعة والنشر ٢٠٠٢ م ، ص ٨٢ .

(٢) وجيه محبوب ، التحليل الحركي ، بغداد : مطبعة التعليم العالي ، ١٩٨٧ ، ص ٢٦١ .

(٣) وجيه محبوب ، نفس المصدر السابق ، ١٩٨٧ م ، ص ٣١٥ - ٣١٦ .

(٤) فان دالين ، مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ترجمة محمد نبيل وآخرون ، القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية، ١٩٨٥ ، ص ٤٠٧ .

الجدول (١)

يبين تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار القبلي للأداء الفني والانجاز في فعالية القفز بالزانة

الدلالة الإحصائية	قيمة (ي) الجدولية	قيمة (ي) المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المؤشرات الإحصائية نوع الاختبارات
			الانحراف الربيعي	الوسيط	الانحراف الربيعي	الوسيط	
غير معنوي	٢٣	٣٢,٥	٠,٧٥	% ٤٠,٥	١	% ٤٠	الأداء الفني درجة
غير معنوي	٢٣	٣٢	٠,٢	م ٢,٧٠	٠,٠١	م ٢,٥٠	الانجاز متر

إذ وجد الباحث إن القيمة (ي) المحسوبة تساوي (٣٢,٥) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢٣) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) و عندما (ن١ ، ن٢) * تساوي (١٠) في اختبار تقويم الأداء الفني ، مما يدل على عدم وجود فرق معنوي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في اختبار الأداء الفني وهذا يعود إلى عامل الصدفة ، إذ توصل الباحث إلى تكافؤ المجموعتين في اختبار الأداء الفني .

أما بالنسبة إلى اختبار الانجاز في الاختبار القبلي ، وجد الباحث أن القيمة (ي) المحسوبة تساوي (٣٢) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢٣) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) و عندما (ن١ ، ن٢) تساوي (١٠) في اختبار تقويم الانجاز ، مما يدل على إن ليس هناك فرق معنوي بين المجموعة التجريبية والضابطة في اختبار الانجاز في الاختبار القبلي وهذا ايضا يعود إلى عامل الصدفة ، إذ توصل الباحث إلى تكافؤ المجموعتين في اختبار الانجاز .

* - (ن١ ، ن٢) إذ تمثل عدد المجموعة الأولى والثانية

٣-٤- الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة :-

٣-٤-١- الوسائل البحثية :

- استعان الباحث بالوسائل البحثية الآتية .
- *- المصادر العربية والأجنبية .
- *- الملاحظة والتجريب .
- *- المقابلات الشخصية ينظر الملحق (٦) .
- *- استمارة تقويم لكافة المراحل الفنية لفعالية القفز بالزانة ينظر الملحق (٣) .
- *- استمارة تقويم الانجاز للقفازين ينظر الملحق (٤) .
- *- استمارة تفريغ البيانات .

٣-٤-٢- الأدوات والأجهزة المستخدمة :

- *- حاسبة محمولة نوع (Acer) Pen tum 4
- *- جهاز القفز بالزانة الذي يتضمن الحاملين والعارضة مع الإسفنج و صندوق الغرس.
- *- ميزان الكتروني لقياس وزن عمود الزانة.
- *- حاسبة يدوية علمية نوع (casio) .
- *- ساعة توقيت يدوية عدد (٢) .
- *- كاميرا تصوير فيديو مع مسند ثابت – ياباني الصنع عدد (٢) نوع (canon) (٧,٢) pixel .
- *- شريط قياس متري بطول (٣٠) م .
- *- بساط الجمناستيك .
- *- جهاز القفز العالي .
- *- جهاز المتوازي .
- *- حبال التسلق .
- *- صندوق خشبي قياس (٣٠×٥٠×٥٠) مع بار حديدي وزن (١٠) كغم.
- *- جهاز الحلق .
- *- عمود الزانة التدريبي فايبركلاس يزن (٣) كغم وطوله (٤,١٠) م وقطره (٢,٥) سم ، ألماني الصنع عدد واحد .
- *- عمود الزانة التنافسي فايبركلاس يزن (٢) كغم وطوله (٤,٦٠) م وقطره (٣) سم ، فرنسي الصنع عدد اثنان .

٣ - ٥ - الوسائل المساعدة المستخدمة :

تم استخدام الوسائل المساعدة الآتية من قبل الباحث في التمرينات التعليمية التي أعدها للمجموعة التجريبية وهي :-

١ - عمود الزانة التدريبي :

يختلف عمود الزانة التدريبي عن العمود التنافسي من حيث الوزن إذ يبلغ وزنه (٣) كغم والعمود التنافسي (٢) كغم وطول العمود التدريبي (٤,١٠) م وطول العمود التنافسي (٤,٦٠) م، كما يوجد هنالك فرق آخر وهو المرونة العالية للعمود التدريبي وعدم قابليته على الكسر مهما تعرض إلى أوزان مختلفة على العكس من العمود التنافسي الذي تكون مرونته محددة ويتحمل وزناً معيناً ، إذ يقوم القافز بحمل العمود بالشكل الصحيح والركض لمسافة (٥٠) متر بسرعة عالية كما موضح في الشكل (٩) .

يهدف هذا التمرين كوسيلة مساعدة إلى تطوير مرحلة المسك والحمل والركضة التقريبية معاً في أثناء القفز والسبب يعود إلى الزيادة الحاصلة بالوزن^(١) ، إذ إن هذه الزيادة بالوزن تعمل على زيادة قدرة الرياضي على التحكم بالعمود أثناء الركض من حيث حصول اهتزاز العمود إلى الجانبين اليمين واليسار وكذلك حالة الاهتزاز الحاصلة بالعمود إلى الأعلى والأسفل ، وهذا التمرين بالعمود التدريبي يعمل على منع حالة الاهتزاز بالعمود لأن القافز سوف يستعمل العمود التنافسي أثناء السباق الذي يكون اقل وزناً مما يسهل على القافز مهمة الركضة التقريبية ، كما يعمل الوزن الزائد إلى تحسين مكونات الأداء الحركي^(٢) .



الشكل (٩)

يوضح استخدام وسيلة العمود التدريبي في فعالية القفز بالزانة

1- WWW. The Task Progression Method of Beginners. Com . 2\12\2009

٢- يعرب خيون ، التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، بغداد : مكتب صخر للطباعة ، ٢٠٠٢ م ، ص ١٩٠

٢ - الصندوق الخشبي :

يكون الصندوق الخشبي على شكل مكعب و الذي يبلغ طوله (٥٠) سم ، وعرضه (٥٠) سم ، وارتفاعه (٣٠) سم ، و يقوم القافز بالوقوف أمام الصندوق و بضع (بار حديدي) يزن (١٠) كغم على الكتف ومستند على الذراعين ، وبعد ذلك يقوم القافز بإجراء عملية الارتقاء على الصندوق الخشبي من خطوة واحدة و الدفع بمشط القدم ، و تقوم الذراعان بدفع البار الحديدي إلى الأعلى لحظة الارتقاء، مع التأكيد على رفع الركبة للرجل الحرة بحيث تكون حركة الصعود والنزول من الصندوق مستمرة^(١،٢) . و يهدف هذا التمرين إلى تعليم و تطوير مرحلة الارتقاء بعد مرحلة الغرس وكذلك يعمل على زيادة قوة الذراعين لطوي العمود لحظة الارتقاء ، وكما موضح في الشكل (١٠) .



الشكل (١٠)

يوضح استخدام وسيلة الصندوق الخشبي مع الوزن في فعالية القفز بالزانة

١-محمد عثمان ،موسوعة ألعاب القوى ، ط ١ ، الكويت : دار القلم للنشر والتوزيع ، ١٩٩٠ م ، ص ٤٥٢ .

٢- احمد محمود الخادم، مركز التنمية الإقليمي لألعاب القوى ، القاهرة : العدد ٣١ ، ٢٠٠١ م ، ص ١٥ .

٣- جهاز المتوازي :

وهو احد أجهزة الجمباز إذ يرتقي القافز الجهاز ويرتكز على يديه بحيث تكون الذراعان مستقيمتين على أن تكون الفتحة بين عارضتي المتوازي اعرض من صدر القافز بقليل وارتفاعه يسمح للقافز بإجراء المرجحات دون أن تلامس قدما القافز الأرض ، و يقوم القافز بعمل مرجحات أمامية وخلفية مع ثبات الذراعين على الجهاز كما تكون الساقان ممدودتين مع الجذع بشكل مستقيم قدر الإمكان عندما تكون المرجحة إلى الإمام أو إلى الخلف ، و الهدف من هذه التمرينات هو تعليم و تطویر مرحلة المرجحة وتكوين الحرف (L) بعد عملية الارتقاء ، كما تساعد القافز على زيادة قدرة التحكم بالرجلين في أثناء الحركة (١، ٢)، و كما موضح في

الشكل (١١) .



الشكل (١١)

يوضح استخدام وسيلة جهاز المتوازي في فعالية القفز بالزانة

١- عامر فاخر وآخرون ، تطبيقات للمبادئ والأسس الفنية لألعاب الساحة والميدان ، العراق : جامعة ديالى ، مكتب

الكمار ، ٢٠٠٦ م ، ص ١٦١ .

٢- بسطويسي احمد ، سباقات المضمار وسباقات الميدان ، ط ١ ، القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٩٧ م ، ص ٤٠٢ .

٤- جهاز الحلق :

وهو أيضا احد أجهزة الجمباز ،يقوم القافز بالتعلق بالحلقات ويكون جسمه ممدودا بشكل مستقيم ومرتفع عن الأرض ثم يقوم بالمرجحة ثم التكور ومن ثم حركة المد إلى أعلى على شكل حرف (I) ثم إجراء عملية السحب بالذراعين بحيث يكون وضع الجسم بشكل مقلوب أي الساقان إلى الأعلى والرأس إلى الأسفل وبشكل مستقيم (٣،٢،١).

و الهدف من هذا التمرين هو تعليم و تطوير مرحلة السحب بالذراعين قبل القيام بعملية الدوران ، إذ إن مرحلة السحب تعمل على إيصال الأكتاف إلى القبضتين وبالتالي تسمح بإجراء عملية الدوران أثناء القفز بالزانة ،و كما في موضح في الشكل (١٢).



الشكل (١٢)

يوضح استخدام وسيلة جهاز الحلق في فعالية القفز بالزانة

١- احمد محمود الخادم، مصدر سبق ذكره ، ص ١٦ .

٢- صائب عطية احمد و إبراهيم خليل مراد ، الجمناستك ، بغداد : مطبعة جامعة بغداد ، ١٩٨٥ م ، ص ٧٨ .

٣- كمال جميل الربضي ، الجديد في العاب القوى ، ط ٣ ، الأردن : دار وائل للنشر ، ٢٠٠٥ م ، ص ٢٥٧ .

٥ - حبال التسلق :

تتكون حبال التسلق من مجموعة من خيوط الليف ، يكون طول الحبل المستعمل (٦) أمتار وقطره (٣) سنتمترات ويكون معلقاً بالسقف وترتفع نهايته عن الأرض (١,٥) متر. يقوم القافز بالركض باتجاه الحبل المعلق من مسافة خمس خطوات والتي تمثل صورة مصغرة من الركضة التقريبية ، ثم بعد ذلك يقوم القافز بالارتقاء على الحبل وإجراء التعلق ثم المرجحة والتكور إذ يعمل القافز إلى إرجاع الرأس إلى الخلف ومد الساقين إلى الأعلى على شكل حرف (I) ثم القيام بالسحب والدوران والهبوط ، و كما موضح في الشكل (١٣) .

و الهدف من هذا التمرين هو تعليم وتطوير عملية الربط بين مرحلة الارتقاء التي تكون بتماس مع الأرض مع المراحل اللاحقة للقفز بالزانة وخاصة مرحلة التعلق والمرجحة والمد و السحب والدوران والدفع ، وكذلك تعمل على تطوير قوة الذراعين وعضلات البطن^(١,٢,٣).



الشكل (١٣)

يوضح استخدام وسيلة حبال التسلق في فعالية القفز بالزانة

- ١- قاسم حسن المندلوي ، علم تدريب الساحة والميدان ، بغداد: مطبعة الجامعة ، ١٩٧٩ م ص ٣١٣ .
- ٢- قاسم حسن المندلوي وآخرون ، الأسس التدريبية لفعاليات ألعاب القوى ، بغداد : مطابع التعليم العالي ، ١٩٩٠ م ، ص ٣٩١ .
- ٣- احمد محمود الخادم ، مصدر سبق ذكره ، ص ١٦ .

٦- جهاز القفز العالي :

تم استخدام جهاز القفز العالي والذي يتكون من حاملين وعارضة إذ يقوم القافز بأخذ وضع الاستلقاء على الظهر وبعدها يقوم بالدحرجة الخلفية من خلال إجراء حركة الكعب على الأرض ثم المد بالساقين إلى الأعلى مع الدفع بالذراعين وعبور العارضة التي توضع على ارتفاعات مختلفة وكما موضح في الشكل (١٤) .

و يهدف هذا التمرين إلى تطوير مرحلة عبور العارضة كما إنها تعمل على إحساس القافز بعبور العارضة وكذلك تعمل على تطوير مرحلة الدفع أثناء التخلص من عمود الزانة، (٢٠٣،١)



الشكل (١٤)

يوضح استخدام وسيلة جهاز القفز العالي في فعالية القفز بالزانة

- ١- ريسان خرييط مجيد ، عبد الرحمن الأنصاري ، مصدر سبق ذكره، ص ٢٠٥ .
- ٢- بسطويسي احمد ، سباقات المضمار وسباقات الميدان ، ط ١ ، القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٩٧ م ، ص ٣٩٨ .
- ٣- احمد محمود الخادم، مصدر سبق ذكره ، ص ١٧ .

٦-٣- استمارة تقويم الأداء الفني لفعالية القفز بالزانة*:-

لتقويم الأداء الفني لفعالية القفز بالزانة قام الباحث بإعداد استمارة تقويم الأداء الفني حسب المصادر بتقسيم مراحل الأداء الفني إلى عشر مراحل^(٢،١)، إذ عمل الباحث على توزيع الاستمارة على الخبراء والمختصين وعددهم (١٣) خبيراً*، وطلب منهم إعطاء نسب مئوية حسب أهمية المرحلة على أن يكون مجموع التوزيع النهائي لهذه المراحل يساوي (١٠٠ %)، وبعد ذلك قام الباحث بتفريغ الاستمارة واختيار النسبة التي تكررت أكثر من غيرها لكل مرحلة باستعمال المنوال، بعد ذلك قام الباحث بإعداد استمارة جديدة تحتوي على النسب الأكثر تكراراً وعرضها على الخبراء والمختصين أنفسهم وطلب منهم الإجابة ب (نعم أو كلا) لغرض معرفة قبول أو رفض هذه النسب، ثم بعد ذلك تمت معالجة النتائج باستخدام قانون (كاي سكوير) حسن المطابقة^(٣)، إذ تبين أن القيمة المحسوبة لكل مراحل الأداء الفني هي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (٣,٨٤) عند درجة حرية (١) ومستوى دلالة (٠,٠٥)، مما يدل على إن درجة الاتفاق بين الخبراء والمختصين كانت مقبولة كما في الجدول (٢).

*- ينظر الملحق (٣)

١- عامر فاخر وآخرون، مصدر سبق ذكره، ص ١٥٦ - ١٥٧.

٢- WWW. USA Pole Vault education initiative \ htm .3\10\2008

٣- عبد الجبار توفيق البياتي و زكريا زكي انناسيوس، الإحصاء الوصفي والاستدلالي في التربية وعلم النفس، بغداد: ١٩٧٧ م، ص ٢٩٢.

*- ينظر الملحق (٥)

الجدول (٢)
يبين مراحل بناء استمارة تقويم الأداء الفني بالقفز بالزانة

ت	المراحل الفنية لفعاليات القفز بالزانة	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	النسبة المئوية لاتفاق آراء الخبراء	النتائج
-١	مسك العصا	١٣	٣,٨٤	٤ %	يقبل
-٢	الاقتراب	٩,٣٠		١٠ %	يقبل
-٣	الغرس	٦,٢٣		٩ %	يقبل
-٤	الارتقاء	٩,٣٠		١٥ %	يقبل
-٥	التعلق والمرجحة (ووضعية حرف L)	٦,٢٣		١٧ %	يقبل
-٦	تطويل الحرف (L)	٦,٢٣		١١ %	يقبل
-٧	السحب والدفع والدوران	٦,٢٣		١٦ %	يقبل
-٨	التخلص من العمود	٩,٣٠		٧ %	يقبل
-٩	عبور العارضة	١٣		٨ %	يقبل
-١٠	الهبوط	١٣		٣ %	يقبل

٣-٧- التجربة الاستطلاعية :-

قام الباحث بمقابلة عينة البحث المختارة من قافزي الزانة لفئة الشباب في محافظة النجف الأشرف في ملعب نادي النجف الرياضي بتاريخ ٢١ / ١ / ٢٠٠٩ م المصادف يوم الأربعاء الساعة الثالثة عصرا ذلك بهدف التعرف على مجتمع البحث المختارة و قام الباحث بشرح أهمية فكرة البحث و الهدف من المقابلة و معرفة الوقت المناسب للتمرين إضافة إلى تحديد موعد لإجراء التجربة الاستطلاعية وإجراء القرعة لتحديد المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية .

إذ تعد التجربة الاستطلاعية تجربة مصغرة للتجربة الأساسية ويجب أن تتوافر فيها الشروط والظروف التي تكون فيها التجربة الأساسية بأفضل حال ممكن حتى يمكن الأخذ بنتائجها .^(١) ومن هذا الأساس قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية في يومي الأحد والاثنين الساعة الثالثة عصرا الموافق ٨ - ٩ / ٢١ / ٢٠٠٩ م على قافزين اثنين ، إذ قام الباحث بمساعدة فريق العمل* بإجراء الوحدات التعليمية والتي تتضمن التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة على العينة المختارة .

و من اجل التأكد من سلامة كاميرات التصوير بالإضافة إلى اختيار المكان المناسب للتصوير (أي البعد عن مجال الركضة التقريبية ومكان الارتقاء من اجل تصوير القافزين بشكل يساعد الخبراء في مشاهدة جميع المراحل الفنية للقفز بالزانة) ، ولقد تم تثبيت الكاميرا الأولى على مستوى ثابت يبعد (١٥) متر عن منتصف مسافة الركضة التقريبية وبشكل عمودي و بارتفاع (١) متر ومن جهة اليمين بالنسبة للقافزين بحيث يسمح هذا الوضع للكاميرا بمشاهدة القافزين بشكل واضح من لحظة مسك وحمل العمود وكذلك الركضة التقريبية ، أما الكاميرا الثانية فلقد وضعت بشكل عمودي على مكان لحظة الارتقاء وعلى مسافة (١٠) أمتار وعلى ارتفاع (١,٥٠) متر ، إذ يسمح هذا الوضع للكاميرا بإعطاء صورة واضحة عن لحظة الغرس والارتقاء والتعلق والتكور والمد إلى الأعلى والسحب والدوران والهبوط .

^١ - قيس ناجي و بسطويسي احمد ، الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي ، بغداد : مطبعة وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، ١٩٨٧ م ، ص ٩٥

* - ينظر الملحق (٧)

- وان الغرض من قيام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية هو للتعرف على ما يأتي :-
- - معرفة الزمن المستغرق للوحدة التعليمية و لكل فقراتها .
 - - معرفة صلاحية المكان الذي ستجري فيه التجربة الرئيسية .
 - - التعرف على الصعوبات التي سوف تواجهها في التجربة الرئيسية .
 - - التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في التمرينات .
 - - تحديد واجبات فريق العمل المساعد .
 - - معرفة مدى استعداد العينة الاستطلاعية لأداء التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة .

٣-٨- الأسس العلمية للاستمارة:

إن من أهم خصائص الاختبارات الجيدة هي توافر الأسس العلمية التي من خلالها نستطيع أن نعتمد على نتائجها وكما يأتي :-

٣-٨-١- الصدق :

بمعناه ((هو قياس الاختبار لما وضع لقياسه بشكل دقيق و عدم قياسه لشيء آخر))^(١) و لغرض التأكد من صدق النسب المئوية لتقسيمات مراحل الأداء الفني في للاستمارة ، قام الباحث بعرض هذه الاستمارة على الخبراء والمختصين كما في ملحق (٥) ، و استخدم الباحث الصدق المحتوى الذي يهدف إلى بيان ارتباط الجانب المقيس بغيره من الجوانب الأخرى بالنسبة للظاهرة ، وغالبا ما يتركز هذا النوع من الصدق على أساس الأحكام الذاتية وتقديرات الخبراء^(٢)، إذ إن الخبراء و المختصين قد اتفقوا على أن هذه النسب المئوية لكل المراحل هي التي تمثل الأداء الفني في فعالية القفز بالزانة .

^١ - سامي محمد ملحم ، القياس والتقويم في التربية و علم النفس ، ط ١ ، الأردن : دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، ٢٠٠٠ م ، ص ٢٧٣ .

^٢ - محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان ، القياس في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي ، القاهرة : دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠ م ، ص ٢٥٨ .

٣-٨-٢- الثبات :

((انه إذا ما أعيد الاختبار مرة أو مرات أخرى على نفس العينة أو على عينات أخرى بنفس المواصفات وتحت نفس الظروف يعطي نتائج معنوية))^(٣)

وقام الباحث باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار على النسب المئوية نفسها في الاستمارة المعدة للمراحل الفنية كافة للقفز بالزانة ، إذ عمل الباحث على توزيع الاستمارة الأولى على احد الخبراء * بتاريخ ٢٠٠٩\٢\٥ م ، وبعد مرور أسبوع تم توزيع الاستمارة المعدة مسبقا مرة أخرى على الخبير نفسه في تاريخ ٢٠٠٩\٢\١٢ م ، وبعد ذلك قام الباحث بإيجاد معامل الثبات من خلال استخدام قانون معامل الارتباط (سبيرمان للرتب) بين النسب المئوية في الاستمارتين و لكل المرحل الفنية ، إذ تبين هنالك علاقة قوية جدا في المراحل الفنية للأداء الفني بين الاستمارتين ، وكما مبين في الجدول (٣) .

٣-٨-٣- الموضوعية :

((يتصف الاختبار الجيد بالموضوعية ، فالاختبار الموضوعي هو الاختبار الذي يعطي نفس النتائج مهما اختلف المصححون ، أي إن النتائج لا تتأثر بذاتية المصحح أو شخصيته))^(١) ، أي عدم اختلاف المحكمين على شيء أو موضوع معين ، إذ قام الباحث بتوزيع الاستمارة المعدة على اثنين من الخبراء * وطلب منهم إعطاء نسب مئوية لكل مرحلة من مراحل الأداء الفني على انفراد ، وبعد ذلك قام الباحث بالمقارنة بين نسب الخبراء باستخدام معامل الارتباط (سبيرمان للرتب)^(٢) ، إذ وجد أن هنالك درجة اتفاق عالية بين المقومين، و كما مبين في الجدول (٣) .

^٣ - علي سلوم ، الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، جامعة القادسية: الطيف، ٢٠٠٤ ، ص ٢٧ .

* - م - د - عقيل يحيى الاعرجي ، تعلم حركي - العاب قوى - جامعة الكوفة

^١ - حنان عبد الحميد العناني ، علم النفس التربوي ، ط ٣ ، الأردن : دار صفاء للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٥ م ، ص ٢٥٩ .

* - أ - م - د - محمد ناجي ابو غنيم علم تدريب - العاب قوى - جامعة الكوفة
 أ - م - د - محمد جاسم الخالدي بايوميكانيك - العاب قوى - جامعة الكوفة
^(٢) محمد الياسري و مروان عبد المجيد ، مصدر سبق ذكره ، ص ٢٠٣

الجدول (٣)

يبين معاملات الثبات والموضوعية للاستمارة

معامل الموضوعية	معامل الثبات	النسبة المئوية لاتفاق آراء الخبراء	المراحل الفنية لفعاليات القفز بالزانة	ت
٠.٧٥	٠,٨٣	٤ %	مسك العصا	-١
		١٠ %	الاقتراب	-٢
		٩ %	الغرس	-٣
		١٥ %	الارتقاء	-٤
		١٧ %	التعلق والمرجحة (وضعية حرف L)	-٥
		١١ %	تطويل الحرف (L)	-٦
		١٦ %	السحب والدفع والدوران	-٧
		٧ %	التخلص من العمود	-٨
		٨ %	عبور العارضة	-٩
		٣ %	الهبوط	-١٠

٣-٩- إجراءات التجربة الرئيسية :-

٣-٩-١- الاختبارات القبلية :

قام الباحث بإجراء الاختبار القبلي بتاريخ ٢٠٠٩/٢/١٧ م في ملعب النجف الرياضي الساعة الثالثة عصرا وبحضور حكمين من الاتحاد الفرعي لألعاب القوى في محافظة النجف الأشرف* وبإشراف الباحث ، ولقد تم إعلام القافزين بأنه سيتم تصوير كل المحاولات التي يقوم بها القافز سواء كانت محاولة ناجحة أم فاشلة لأن الغرض منها هو تقويم الأداء الفني للقافزين ، وانه سيتم إعطاء ثلاث محاولات لكل قافز و لكل ارتفاع وحسب القانون ، وانه سيتم البدء بارتفاع قدره (٢,٣٠) م ، وستكون الزيادة (١٠) سم بعد كل ارتفاع وحسب ما معمول به من قبل الاتحاد المركزي لألعاب القوى ، وان لكل لاعب الحرية الكاملة في استخدام العصا المناسبة له في الاختبار ، أما بالنسبة إلى تصوير الأداء الفني فانه سيتم عرض آخر محاولة ناجحة في كل اختبار من الاختبارات الخمسة على الخبراء من اجل تقويم الأداء الفني لكل قافز وفق الاستمارة المعدة سابقا وذلك لأن المحاولات الأولى سوف تؤدي إلى زيادة الدافع لدى القافز لعبور ارتفاعات أعلى، مما يؤدي الى رفع مستوى الأداء الفني ، أما بالنسبة إلى الانجاز فلقد اعتمد الباحث على الاستمارة النهائية التي قدمها الحكام والتي تضمنت الارتفاع الذي وصل إليه كل قافز في الاختبارات الخمسة للانجاز و التي أجريت على مدى خمسة أيام بتاريخ ١٧-١٨-١٩-٢٠-٢١-٢٢\٢٠٠٩ م* ، وكذلك ترتيب القافزين حسب المراكز التي حصلوا عليها في الاختبار ، وبعد ذلك تم المقارنة بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية بالنسبة إلى الأداء والانجاز باستخدام طريقة (مان – وتي) لعينتين مستقلتين ، وذلك لتحقيق التكافؤ بين المجموعتين .

* - السيد يحيى محمد
- السيد على عبد الأمير
الحكم الأول
الحكم الثاني

* أ- د - محمد جاسم الياسري - كلية التربية الرياضية \ جامعة بابل- القياس و تقويم - مقابلة خاصة في ٢٦\٢\٢٠٠٩ م.

٣-٩-٢- التمرينات :

قام الباحث بتنفيذ التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة على عينة البحث بتاريخ ٢٠٠٩\٢\٢٢ م المصادف يوم الأحد الساعة الثالثة عصرا ولغاية ٢٠٠٩\٤\١٨ م، قسمت هذه المدة إلى (٨) أسابيع مقسمة على (٣٢) وحدة تعليمية ولكل أسبوع (٤) وحدات تعليمية، والزمن الكلي للوحدة التعليمية كان (٩٠) دقيقة مقسمة إلى ثلاثة أقسام كالآتي:-

أولا- القسم التحضيري مدته (٢٠) دقيقة

ثانيا - القسم الرئيسي مدته (٦٠) دقيقة

ثالثا - القسم الختامي مدته (١٠) دقائق

و قام الباحث بضبط جميع المتغيرات في الوحدة التعليمية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة من حيث زمن العمل للتكرار الواحد وللجموعة الواحدة وكذلك الراحة بين التكرار الواحد في المجموعة والراحة بين المجموعات، وكان الاختلاف الوحيد بين المجموعتين هو إن المجموعة التجريبية استخدمت الوسائل المساعدة في التمرينات بينما المجموعة الضابطة لم تستخدم هذه الوسائل، كما قام الباحث باستعمال الطريقة الكلية في الوحدات التعليمية عند أداء التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة لان تعلم المهارة ككل يساعد القافر على إدراك العلاقة بين عناصر الحركة مما يؤدي إلى سرعة تعلمها^(٢)، وبالإضافة إلى ذلك استطاع الباحث أن يجعل الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية في أيام (الأحد - الاثنين - الأربعاء - الخميس) وبينما الوحدات التعليمية للمجموعة الضابطة كانت أيام (السبت - الاثنين - الثلاثاء - الخميس) ولمزيد من المعلومات يمكن الاطلاع على الملحق (٩)، مع العلم أن فترات الراحة والتكرارات والزمن كانت تتغير كل أسبوعين وذلك لحصول الآلية في الأداء .

^١- وجيه محبوب، التعلم وجدولة التدريب الرياضي، ط ١، الأردن: دار وائل للنشر، ٢٠٠١ م، ص ١٨٧.

٣-٩-٣- الاختبارات البعدية :

أجرى الباحث الاختبار البعدي لعينة البحث بتاريخ ١٩-٢٠-٢١-٢٢-٢٣/٤/٢٠٠٩ م المصادف يوم الأحد الساعة الخامسة عصرا في ملعب نادي النجف الرياضي ، و اتبع الباحث الطريقة نفسها التي اتبعها في الاختبارات القبلية وذلك بعد الانتهاء من المدة المقررة للتجربة والتي استغرقت (٨) أسابيع ، قد حرص الباحث على توفير جميع الظروف الممكنة في الاختبار القبلي ومتطلباتها عند إجراء الاختبار البعدي من ناحية المكان والوسائل .

٣-٩-٤- تقويم الأداء الفني :

قام الباحث بتصوير الأداء الفني لعينة البحث في الاختبارات القبلية والبعدية لغرض عرضها على الخبراء من خلال جهاز الكومبيوتر بعد نقل التصوير الفديوي على أقراص خاصة (CD) وباستخدام برنامج (GOM PLYER) وبرنامج (VIDEO CUTER) إذ تم اخذ خمس محاولات ناجحة لكل قافز سواء كان من المجموعة الضابطة أو المجموعة التجريبية لغرض عرضها على الخبراء من ذوي الاختصاص بعلوم التربية الرياضية * ، ويكون تقويم الأداء الفني على الاستمارة الخاصة المعدة سلفا لكافة المراحل الفنية لفعالية القفز بالزانة كما في الملحق (٢) ، والتي تم وضعها بعد اخذ رأي الخبراء ومن ثم تحديد درجة كل مرحلة بحيث يكون مجموع الدرجة المعطاة من (١٠٠ %) لكافة المراحل الفنية ، وبعد جمع البيانات من الخبراء قام الباحث بالإجراءات الإحصائية من اجل التعرف على الأداء الفني لجميع محاولات عينة البحث والمقارنة بين المجموعتين من ناحية الأداء الفني ، وكذلك المقارنة بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ، إذ قام الباحث بجمع الاستمارات من قبل الخبراء وقام بتفريغها لكل قافز على انفراد ، وبعد ذلك تم استخراج الوسيط و الانحراف الربيعي والقيمة المحسوبة ومن ثم مقارنتها مع القيمة الجدولية .

* - قام بتقويم اختبارات الأداء الفني السادة المدرجة أسمائهم أدناه :-

١- أ- م - د - محمد ناجي ابو غنيم	كلية التربية الرياضية جامعة الكوفة - علم تدريب- العاب قوى
٢- أ- م - د - محمد جاسم الخالدي	كلية التربية للبنات جامعة الكوفة - بايوميكانيك- العاب قوى
٣- م - د - عقيل هاشم الاعرجي	مديرية التربية الرياضية جامعة الكوفة - تعلم حركي - العاب قوى

٣-٩-٥ - قياس الانجاز :

قام الباحث بإجراء قياس الانجاز بالنسبة إلى الاختبارات القبلية والاختبارات البعدية والمقارنة بينها عن طريق إعطاء ثلاث محاولات لكل قافز على كل ارتفاع سواءً أكان من المجموعة الضابطة أم من المجموعة التجريبية حسب القانون وبوجود محكمين معتمدين في الاتحاد الفرعي لألعاب القوى ، و إذ تم الاتفاق بين القافزين قبل إجراء الاختبار على البدء بارتفاع معين وهو المحك وقدره (٢,٣٠) متر وهو ما اتفق عليه في بطولات أندية العراق الأخيرة من قبل الاتحاد المركزي لألعاب القوى، وبعد اجتياز هذا الارتفاع سوف يتم رفع العارضة (١٠) سم ، إذ تم ترتيب عينة البحث لجميع المحاولات حسب المراكز التي حصلوا عليها في الاختبارات ومن ثم قام الباحث بالمقارنة بين المجموعتين التجريبية والضابطة من ناحية الانجاز ، وكذلك المقارنة بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي، علما انه تم اخذ أفضل خمسة انجازات لكل قافز من الاختبار القبلي والاختبار البعدي ، وبعد ذلك قام الباحث باستخراج الوسيط والانحراف الربيعي والقيمة المحسوبة ومقارنتها مع القيمة الجدولية .

٣-١٠-١٠ - الوسائل الإحصائية :

استعان الباحث بالوسائل الإحصائية الآتية :

١- المنوال (١)

$$٢- \text{الوسيط للعينة الزوجية} = \frac{ن}{٢} ، \frac{ن}{٢} + ١ \quad (٢)$$

الربيع الثالث - الربيع الأول

$$٣- \text{الانحراف الربيعي} = \frac{\text{الربيع الثالث} - \text{الربيع الأول}}{٢} \quad (٣)$$

$$٤- \text{ك م} - \text{ك ن} \quad (٤)$$

$$\text{ك م} = \frac{\text{ك م} - \text{ك ن}}{٢} \quad (٤)$$

ن

١- محمد الياسري و مروان عبد المجيد ، مصدر سبق ذكره ، ص ١٥٠ .
 ٢- محمد الياسري و مروان عبد المجيد ، المصدر السابق نفسه ، ص ١٤٤ .
 ٣- محمد الياسري و مروان عبد المجيد ، المصدر السابق نفسه ، ص ١٦٥ .
 ٤- محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان ، مصدر سبق ذكره ، ص ٢٣٩ .

$$٥ - \text{سبيرمان للرتب} = ١ - \frac{\text{مج ف}^2}{\text{ن}(\text{ن} - ٢)} \quad (١)$$

$$٦ - \text{اختبار (مان - وتني)} = \text{ي} = \frac{\text{ن} \times ١ + \text{ن}(\text{ن} + ١)}{٢} - \text{مج رن} \quad (٢)$$

٧- اختبار (ولكوسن) للمقارنة بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي (٣)

$$٨ - \text{الوسط الحسابي (س)} = \frac{\text{س}}{\text{ن}} \quad (٤)$$

$$٩ - \text{النسبة المئوية للتطور} = \frac{\text{الاختبار البعدي} - \text{الاختبار القبلي}}{١٠٠} \quad (٥)$$

أعلى درجة للاختبار - الاختبار القبلي

١- علي سلوم الحكيم ، مصدر سبق ذكره ، ص ٢٨٧ .
 ٢- محمد نصر الدين رضوان ، الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية ، ط ١ ، القاهرة : دار الفكر العربي ، ٢٠٠٣ م ، ص ٢٥٧-٢٧٢ .
 ٣- محمد نصر الدين رضوان ، المصدر السابق نفسه ، ص ٣٠٣-٣١٤ .
 ٤- علي سلوم الحكيم ، مصدر السابق نفسه ، ص ٢٦٩ .
 ٥- يعرب خيون ، التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، بغداد : مكتب الصخرة للطباعة ، ٢٠٠٢ م ، ص ٤١ .

الباب الرابع

٤ - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

٤-١- عرض النتائج وتحليلها .

٤-١-١- عرض نتائج تقويم الأداء الفني للاختبار القبلي و البعدي للمجموعتين التجريبية و الضابطة وتحليلها .

٤-١-٢- عرض نتائج تقويم الانجاز للاختبار القبلي و البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها .

٤-١-٣- عرض نتائج تقويم الأداء الفني والانجاز للاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها .

٤-١-٤- قياس نسبة التطور المئوية لاختبار الأداء الفني للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها .

٤-١-٥- قياس نسبة التطور المئوية لاختبار الانجاز للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها .

٤-٢- مناقشة النتائج .

٤-٢-١- مناقشة نتائج تقويم الأداء الفني و الانجاز للاختبار القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة .

٤-٢-٢- مناقشة نتائج تقويم الأداء الفني و الانجاز للاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة .

٤-٢-٣- مناقشة قياس نسبة التطور المئوية لاختبار الأداء الفني و الانجاز للمجموعتين التجريبية والضابطة .

الباب الرابع

٤-١- عرض النتائج وتحليلها و مناقشتها :

بعد تفريغ البيانات التي حصل عليها الباحث من الاختبار القبلي والاختبار البعدي بالنسبة إلى تقويم الأداء الفني و تقويم الانجاز بعد تنفيذ التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة و معالجتها إحصائيا عن طريق استخراج الوسيط والانحراف الربيعي وكذلك اختبار (ولوكسن) لإيجاد معنوية الفروق بين الاختبار القبلي و البعدي ، و كما لجأ الباحث إلى استخدام اختبار (مان - وتني) لمعرفة الفروق بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في الاختبار البعدي ، وللتحقق من صحة فرضيتنا البحث قام الباحث بعرض النتائج التي تم التوصل إليها و تحليلها و مناقشتها و من ثم تفسير مؤشرات تحقيق الأهداف .

٤-١-١- عرض نتائج تقويم الأداء الفني للاختبار القبلي و البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها .

استخدم الباحث اختبار (ولوكسن) لمعرفة ما إذا كانت هنالك فروق معنوية بين نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدي بالنسبة إلى الأداء الفني للقفز بالزانة للمجموعتين التجريبية و الضابطة و كما مبين في الجدول (٤) .

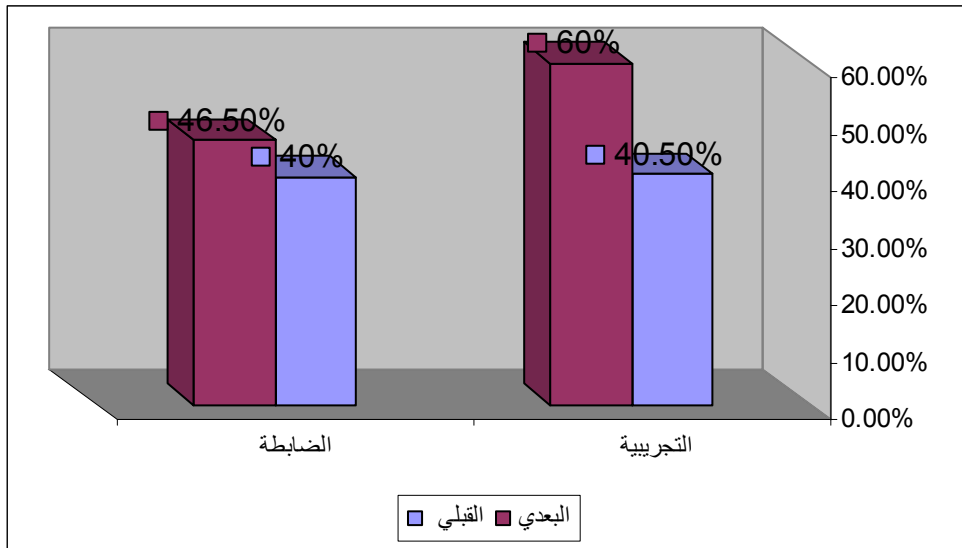
الجدول (٤)

يبين أقيام الوسيط والانحراف الربيعي وقيمة ولوكسن المحسوبة و الجدولية لمراحل الأداء الفني بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة

المؤشرات الإحصائية	القبلي		البعدي		قيمة (و) المحسوبة	قيمة (و) الجدولية	الدلالة الإحصائية
	الوسيط	الانحراف الربيعي	الوسيط	الانحراف الربيعي			
التجريبية	٤٠,٥	٠,٧٥	٦٠ %	١	١	٨	معنوي
الضابطة	٤٠ %	١	٤٦,٥ %	٠,٧٥	٢	٨	معنوي

ظهر من النتائج التي عرضت في الجدول (٤) إن الوسيط للاختبار القبلي هو (٤٠,٥ %) وبانحراف ربيعي (٠,٧٥) ، بينما كانت نتائج الوسيط للاختبار البعدي هو (٦٠ %) و بانحراف ربيعي (١) ، وان قيمة (و) المحسوبة هي (١) وعند مقارنتها مع القيمة الجدولية والبالغة (٨) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) تبين إن قيمة (و) المحسوبة هي اصغر من القيمة الجدولية مما يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبار القبلي و البعدي لاختبار مراحل الأداء الفني و لصالح الاختبار البعدي وكما موضح في الشكل (١٥) .

أما نتائج المجموعة الضابطة فقد أظهر الجدول (٤) إن الوسيط للاختبار القبلي هو (٤٠ %) وبانحراف ربيعي (١) ، بينما كانت نتائج الوسيط للاختبار البعدي هو (٤٦,٥ %) و بانحراف ربيعي (٠,٧٥) ، وان قيمة (و) المحسوبة هي (٢) وعند مقارنتها مع القيمة الجدولية و البالغة (٨) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) تبين إن قيمة (و) المحسوبة هي اصغر من القيمة الجدولية مما يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبار القبلي و البعدي بالنسبة لاختبار مراحل الأداء الفني و لصالح الاختبار البعدي وكما موضح في الشكل (١٥) .



الشكل (١٥)

يوضح أقيام الوسيط للأداء الفني للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار القبلي و البعدي

٤-١-٢- عرض نتائج تقويم الانجاز للاختبار القبلي و البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها .

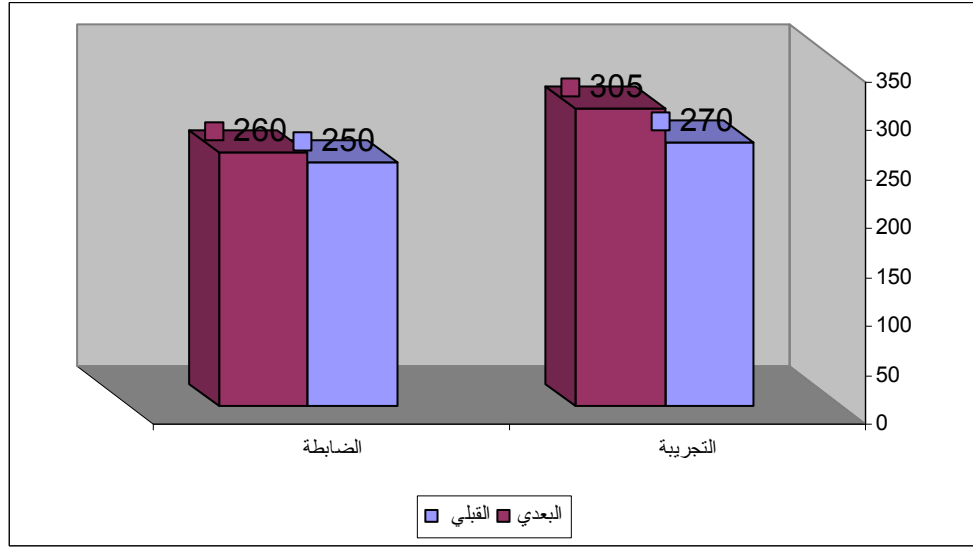
الجدول (٥)

يبين أقيام الوسيط والانحراف الربيعي وقيمة ولكوكسن المحسوبة و الجدولية للانجاز بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة

المؤشرات الإحصائية المجاميع	القبلي		البعدي		قيمة (و) المحسوبة	قيمة (و) الجدولية	الدلالة الإحصائية
	الوسيط	الانحراف الربيعي	الوسيط	الانحراف الربيعي			
التجريبية	٢,٧٠ م	٠,٢	٣,٠٥ م	٠,٥	٢,٥	٨	معنوي
الضابطة	٢,٥٠ م	٠,٠١	٢,٦٠ م	٠,١	٦,٥	٨	معنوي

أظهرت النتائج التي عرضت في الجدول (٥) ، إن الوسيط للاختبار القبلي للمجموعة التجريبية هو (٢,٧٠) م وانحراف ربيعي (٠,٢) ، بينما كانت نتائج الوسيط للاختبار البعدي هو (٣,٠٥) م وانحراف ربيعي (٠,٥) ، وان قيمة (و) المحسوبة هي (٢,٥) وعند مقارنتها مع القيمة الجدولية والبالغة (٨) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) تبين إن قيمة (و) المحسوبة هي اصغر من القيمة الجدولية مما يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبار القبلي و البعدي للاختبار الانجاز و لصالح الاختبار البعدي و كما موضح في الشكل (١٦) .

أما نتائج المجموعة الضابطة فقد أظهرت النتائج التي عرضت في الجدول (٥) ، إن الوسيط للاختبار القبلي هو (٢,٥٠) م وانحراف ربيعي (٠,٠١) ، بينما كانت نتائج الوسيط للاختبار البعدي هو (٢,٦٠) م وانحراف ربيعي (٠,١) ، وان قيمة (و) المحسوبة هي (٦,٥) وعند مقارنتها مع القيمة الجدولية والبالغة (٨) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) اتضح إن قيمة (و) المحسوبة هي اصغر من القيمة الجدولية مما يدل على انه يوجد فرق معنوي بين الاختبار القبلي و البعدي بالنسبة للاختبار الانجاز و لصالح الاختبار البعدي و كما موضح في الشكل (١٦) .



الشكل (١٦)

يوضح أقيام الوسيط للانجاز للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار القبلي والبعدي

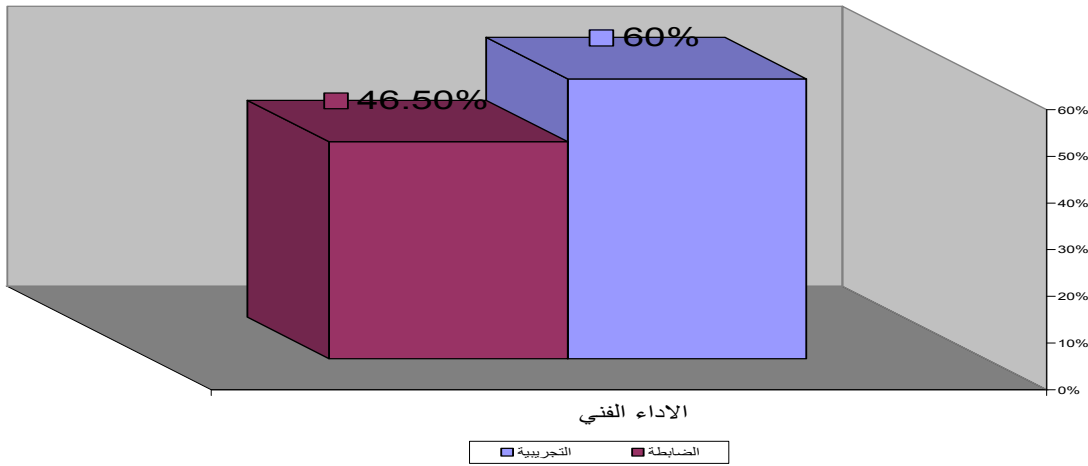
٤-١-٣- عرض نتائج تقويم الأداء الفني والانجاز للاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها .

الجدول (٦)

يبين دلالة الفروق في اختبار (مان - وتني) للاختبار البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية للأداء الفني والانجاز في فعالية القفز بالزانة

الدلالة الإحصائية	قيمة (ي) الجدولية	قيمة (ي) المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المؤشرات الإحصائية الاختبار
			الانحراف الربيعي	الوسيط	الانحراف الربيعي	الوسيط	
معنوي	٢٣	١٤	٠,٧٥	% ٤٦,٥	١	% ٦٠	الأداء الفني درجة
معنوي	٢٣	١٧	٠,١	م ٢,٦٠	٠,٥	م ٣,٠٥	الانجاز متر

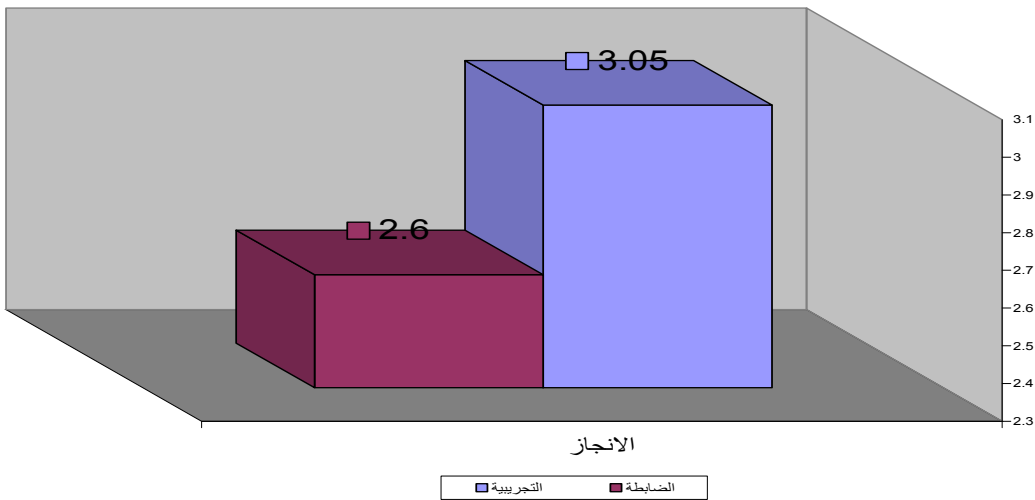
يظهر الجدول (٦) إلى أقيام الوسيط و الانحراف الربيعي و قيمه المحسوبة و الجدولية لـ (مان - وتني) لعينتين مستقلتين للمقارنة بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي ، إذ أظهرت النتائج إن قيمة الوسيط للأداء الفني للمجموعة التجريبية للاختبار البعدي هو (٦٠ %) و بانحراف ربيعي (١) ، وبينما الوسيط للأداء الفني للمجموعة الضابطة للاختبار البعدي هو (٤٦,٥ %) و بانحراف ربيعي (٠,٧٥) ، وبعد ذلك قام الباحث باستخراج قيمة (ي) المحسوبة بين المجموعتين (التجريبية و الضابطة) و البالغة (١٤) وهي اصغر من القيمة (ي) الجدولية البالغة (٢٣) عندما تكون (ن١ ، ن٢) تساوي (١٠) و مستوى دلالة (٠,٠٥) ، مما يدل على وجود فرق معنوي بين مجموعتي البحث التجريبية و الضابطة و لصالح المجموعة التجريبية و كما موضح في الشكل (١٧).



الشكل (١٧)

يوضح أقيام الوسيط للأداء الفني للمجموعتين التجريبية الضابطة في الاختبار البعدي

وفيما يخص نتائج تقويم الانجاز فقد أظهرت النتائج التي عرضت في الجدول (٦) إن وسيط الانجاز للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي هو (٣,٠٥) م وبانحراف ربيعي (٠,٥)، والوسيط للانجاز للمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي هو (٢,٦٠) م وبانحراف ربيعي (٠,١) ، وبعد ذلك قام الباحث باستخراج قيمة (ي) المحسوبة بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) والبالغة (١٧) وهي اصغر من القيمة (ي) الجدولية البالغة (٢٣) عندما تكون (ن١ ، ن٢) تساوي (١٠) ومستوى دلالة (٠,٠٥) ، مما يدل على وجود فرق معنوي بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة و لصالح المجموعة التجريبية و كما موضح في الشكل (١٨) .



الشكل (١٨)

يوضح أقيام الوسيط للانجاز بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي

٤-١-٤ - قياس نسبة التطور المئوية لاختبار مراحل الأداء الفني للمجموعتين التجريبية و الضابطة وتحليلها .

الجدول (٧)

يبين الوسط الحسابي و أعلى درجة للأداء الفني ونسبة التطور المئوية للمجموعتين التجريبية والضابطة

نسبة التطور	أعلى درجة للاختبار	الأداء الفني		المؤشرات الإحصائية المجاميع
		البعدي الوسط الحسابي	القبلي الوسط الحسابي	
٣٢,٧٧ %	١٠٠ %	٦٠ %	٤٠,٥ %	التجريبية
١٠,٨٣ %	١٠٠ %	٤٦,٥ %	٤٠ %	الضابطة

يبين الجدول (٧) أقيام الوسط الحسابي لاختبار الأداء الفني للمجموعة التجريبية حيث كانت للاختبار القبلي هي (٤٠,٥ %) و البعدي هي (٦٠ %) ، بينما كانت أعلى درجة لتقويم الأداء الفني هي (١٠٠ %) و بعد ذلك استخدم الباحث المعادلة الخاصة باستخراج مقدار التطور^(١) ، وتبين أن مقدار التطور للمجموعة التجريبية هي (٣٢,٧٧ %) ، أما أقيام الوسط الحسابي لاختبار الأداء الفني للمجموعة الضابطة كانت للاختبار القبلي هي (٤٠ %) و البعدي هي (٤٦,٥ %) ، بينما كانت أعلى درجة لتقويم الأداء الفني هي (١٠٠ %) و بذلك يكون مقدار التطور للمجموعة الضابطة هي (١٠,٨٣ %) .

(١) يعرب خيون ، مصدر سبق ذكره ، ص ٤١ .

٤-١-٥ - قياس نسبة التطور المئوية لاختبار الانجاز للمجموعتين التجريبية و الضابطة وتحليلها .

الجدول (٨)

يبين الوسط الحسابي وأعلى درجة للانجاز ونسبة التطور المئوية للمجموعتين التجريبية والضابطة

نسبة التطور	أعلى درجة للاختبار	الانجاز		المؤشرات الإحصائية للمجاميع
		البعدي الوسط الحسابي	القبلي الوسط الحسابي	
٥٨,٣ %	٣,٣٠ م	٣,٠٥ م	٢,٧٠ م	التجريبية
٣٣,٣ %	٢,٨٠ م	٢,٦٠ م	٢,٥٠ م	الضابطة

يبين الجدول (٨) أقيام الوسط الحسابي للاختبار القبلي للانجاز للمجموعة التجريبية هي (٢,٧٠ م) و البعدي كانت (٣,٠٥ م) ، بينما كان أعلى ارتفاع للانجاز هو (٣,٣٠ م) و بعد ذلك استخدم الباحث المعادلة الخاصة باستخراج مقدار التطور ، و تبين أن مقدار التطور للمجموعة التجريبية هي (٥٨,٣ %) ، أما أقيام الوسط الحسابي للاختبار القبلي للانجاز للمجموعة الضابطة هي (٢,٥٠ م) و البعدي هو (٢,٦٠ م) ، بينما كان أعلى ارتفاع للانجاز هو (٢,٨٠ م) و بذلك يكون مقدار التطور للمجموعة الضابطة هي (٣٣,٣ %) .

٤-٢- مناقشة النتائج :

٤-٢-١- مناقشة نتائج تقويم الأداء الفني و الانجاز للاختبار القبلي والبعدى للمجموعتين التجريبيه والضابطة .

من خلال عرض وتحليل نتائج اختبار (ولكوكس) لاختبار مراحل الأداء الفني في فعالية القفز بالزانة لعينة البحث للمجموعتين (التجريبيه والضابطة) يتبين وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبليه و البعدية للمجموعتين التجريبيه والضابطة و لصالح الاختبارات البعدية ، إذ يعزو الباحث سبب ذلك إلى ما تم الحصول عليه من تحسن و تطور في جميع مراحل الأداء الفني التي تم التطرق إليها تفصيليا بالمباحث السابقة إلى التمرينات الخاصة التي تضمنت تمرينات باستخدام الوسائل المساعدة والتي أثرت ايجابيا في تطوير الأداء الفني في فعالية القفز بالزانة لأن الوحدات التعليمية تتكامل بوجود الوسائل المساعدة للوصول إلى الهدف^(١) ، مما يدل على أهمية الوسائل المساعدة التي استخدمت من قبل المجموعة التجريبيه و التي أدت دوراً كبيراً في تطوير الأداء الفني لهذه المجموعة ، إذ إن تمرين حمل و مسك العمود التدريبي في الركض أثناء الوحدة التعليمية قد عمل على جعل القافز أكثر تحكما و اتزاناً عند الركضة التقريبية عندما يستخدم القافز العمود التنافسي والسبب يعود إلى الفرق بالوزن بين العمودين، وكذلك تمرين الارتقاء على الصندوق الخشبي مع حمل بار الحديد إذ عمل على تطوير لحظة الارتقاء لقدم النهوض وبالإضافة إلى بقاء الذراعين ممدودتين في أثناء لحظة طوي العمود إذ تعمل اليد الايسرى على دفع العمود واليد اليمنى على سحب العمود وذلك للحصول على طوي مناسب للعمود الذي له دور كبير ومؤثر في إتمام باقي المراحل الفنية الأخرى ، كما أن تمرين المرجحة على جهاز المتوازي كان له الأثر الكبير في تحسين الأداء الفني أثناء الطيران في الهواء إذ أن المرجحة تعمل على نقل الأطراف السفلى إلى الإمام الأعلى و تكوين الحرف (L) ولقد تحقق ذلك من خلال مشاهدة تطور الأداء الفني للقافزين ، أما تمرين المرجحة و مد الساقين إلى الأعلى وإرجاع الأطراف العليا إلى الأسفل على جهاز الحلق لغرض تكوين الحرف (I) و بعد ذلك القيام بعملية سحب الأكتاف للأعلى لغرض التهيؤ للدوران حول المحور الطولي للجسم^(٢) .

أما الوسيلة الأخرى وهي جهاز القفز العالي التي ساعدت القافزين على التطور في الأداء الفني فهي تمرين الدرجية الخلفية على الأرض والدفع باليدين لعبور العارضة على جهاز القفز العالي الذي عمل على تطوير لحظة الدفع والتخلص من العمود و عبور العارضة بالشكل المناسب من خلال الانحناء الحاصل في الظهر.

^١ - إسماعيل إبراهيم علي ، الوسائل التعليمية ، مكتبة التربية البدنية ، 2009\2\11.

www.bdnia.com

٢- سمير مسلط الهاشمي ، مصدر سبق ذكره ، ص ١٢٩

إما الوسيلة الأخرى وهي حبال التسلق التي كان لها الدور الكبير في تطوير الأداء الفني من خلال الربط بين جميع التمارين التي أجريت على الوسائل المساعدة من حيث الركض من ثلاث خطوات والارتقاء والتعلق ومن ثم المرجحة والمد إلى الأعلى ومن ثم السحب والدفع والدوران والهبوط على القدمين ، إذ تمثل تمارين الحبل صورة مصغرة لكافة المراحل الفنية في فعالية القفز بالزانة ، بينما كانت هناك فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبليّة و البعدية للمجموعة الضابطة و لصالح الاختبار البعدي ، إذ يعزو الباحث سبب حدوث ذلك إلى تأثير التمرينات التعليمية التي نظمها وأشرف عليها الباحث والذي تضمن التكرار مع التصحيح معززة بالتغذية الراجعة الخارجية و الداخلية ، إذ أن التغذية الراجعة تعد من أهم المتطلبات الأساسية في عملية التعلم الحركي والتدريب الرياضي و كما أنها تعد أمراً هاماً جداً في تثبيت الأداء الصحيح و عملية تصحيح الأخطاء من خلال معرفة نتيجة و تقويم الأداء الفني والتي تؤدي إلى إعطاء دفع للعملية التعليمية^(١) ، مما أدى بالنتيجة إلى تطور الأداء الفني لهذه المجموعة .

و بذلك يتحقق الجزء الأول من الفرض الأول الذي يفترض بان هناك فروقاً معنوية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي في مراحل الأداء الفني للمجموعتين التجريبية و الضابطة و لصالح الاختبار البعدي .

أما فيما يخص نتائج اختبار الانجاز يتبين و جود فروق معنوية بين الاختبارات القبليّة و البعدية للمجموعة التجريبية و لصالح الاختبارات البعدية ، و يعزو الباحث سبب ذلك إلى ما تم الحصول عليه من تحسن و تطور في الانجاز إلى الوسائل المساعدة التي تم التطرق إليها تفصيلياً بالمباحث السابقة و إلى التمرينات الخاصة و التي تضمنت تمارينات باستخدام الوسائل المساعدة و التي أثرت ايجابياً في تطوير الانجاز فالتطور هو مؤشر ودليل على حدوث التعلم^(٢) مما أدى إلى تطور الأداء الفني نتيجة حدوث التعلم وبالتالي تطور الأداء الفني وفقاً لقانون الفعالية يؤدي إلى تطور الانجاز لان هناك ارتباطاً طردياً بين الأداء و الانجاز ، مما يدل على أهمية الوسائل المساعدة التي استخدمت من قبل المجموعة التجريبية و التي أدت دور كبير في تطوير الانجاز لهذه المجموعة .

بينما كان هناك فروق معنوية بين الاختبارات القبليّة و البعدية للمجموعة الضابطة و لصالح الاختبارات البعدية ، ويعزو الباحث سبب حدوث ذلك إلى استخدام التمرينات الخاصة والتي

١ - محمد عثمان ، التعلم الحركي والتدريب الرياضي ، ط ١ ، الكويت : دار القلم للنشر والتوزيع ، ١٩٨٧م ، ص ١٥٢ .
٢ - طلحة حسام الدين وآخرون ، التعلم والتحكم الحركي ، ط ١ ، القاهرة : مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٦م ، ص ١١٩ .

اعتمدت على التكرار مع التصحيح ، مما أدى بالنتيجة إلى تطور الانجاز لهذه المجموعة ، ولقد ثبت بالتجربة إن تأثير استخدام هذه الوسائل بأنواعها يؤثر في المستوى الرقمي الذي يتطور ويتقدم نتيجة لتحسن مواصفات الأداء (التكنيك)^(١) ، مع العلم انه تم ضبط جميع المتغيرات من ناحية التكرار و الزمن للمجموعتين .

و بذلك يتحقق الجزء الثاني من الفرض الأول الذي يفترض بان هناك فروقا معنوية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي في اختبار الانجاز للمجموعتين التجريبية و الضابطة و لصالح الاختبار البعدي .

٤-٢-٢- مناقشة نتائج تقويم الأداء الفني والانجاز للاختبار البعدي بين المجموعتين

التجريبية والضابطة .

في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها من خلال عرض وتحليل اختبار (مان – وتني) للأداء الفني للمجموعة التجريبية والضابطة و لمعرفة أفضلية أي المجموعتين في الأداء الفني لفعالية القفز بالزانة .

ظهرت النتائج في الجدول (٦) إلى تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في اختبار الأداء الفني ، و من خلال المقارنة بين المجموعتين تبين وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي و لصالح المجموعة التجريبية التي تدربت على التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة ، ويعزو الباحث ذلك إلى فاعلية الوسائل المساعدة التي تضمنتها الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية والتي تضمنت استخدام العمود التدريبي الذي عمل على زيادة قدرة القافزين على التحكم والاتزان أثناء الركضة التقريبية وكذلك لحظة غرس الزانة بالصندوق من خلال النزول التدريجي للعمود في الخطوات الأخيرة للقافز ، وأما وسيلة الارتقاء على الصندوق الخشبي مع البار الحديدي فكان لها تأثير كبير في تطوير مرحلة الارتقاء ولحظة طوي العمود ، وإما جهاز المتوازي فكان له الأثر الكبير في تعلم وتطوير المرجحة لدى القافزين ، وكذلك جهاز الحلق أيضا كان له دور كبير في تطوير الأداء الفني من خلال تعليم القافزين على تكوين الحرف (L) والسحب إلى الأعلى أثناء لحظة انتصاب العمود ، وأيضا حبال التسلق عملت على الربط بين المراحل الفنية كافة للأداء لأنها تعطي القافز مجالا واسعا ومشابهة للأداء الحقيقي، وكذلك تمرين الدرجة الخلفية وعبور العارضة على جهاز العالي له دور كبير لتطوير مرحلة عبور العارضة ، كل هذه الوسائل المساعدة أدت إلى تطوير الأداء الفني للمجموعة التجريبية ، إذ إن التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة التي

¹ - محمد عثمان ، مصدر سبق ذكره ، ١٩٨٧ م ، ص ١٨١ .

استخدمت في الوحدات التعليمية تعد وحدة متكاملة لا تنفصل عن بعضها في تطوير الأداء الفني و الانجاز وهذه كلها تعمل على إيجاد حركة لها انسيابية أي اندماج كل الفترات و كأنها قطعة واحدة^(١) ، وعلى خلاف ذلك نجد إن المجموعة الضابطة والتي لم تستخدم هذه الوسائل المساعدة كان أداءها الفني اقل مستوى من خلال النتائج التي حصلنا عليها من الخبراء وبالإضافة إلى ذلك من خلال ملاحظة الباحث تبين إن هناك اهتزازا واضحا بالعمود التنافسي أثناء الركضة التقريبية وعدم وجود تناسق بين نزول العمود في الصندوق لحظة الغرس ، وكذلك لاحظ الباحث هناك ضعف في مرحلة الارتقاء و كذلك مرحلة التعلق والمرجحة وقلة قدرة القافزين على تكوين الحرف (I) وأيضا عدم القيام بمرحلة السحب وانعدام حالة الربط بين المراحل الفنية أي ظهور حالة من التقطع بين المراحل الفنية وانعدام الانسيابية ، مما يدل على إن الافادة كانت قليلة نسبيا من مفردات الوحدات التعليمية المقررة لتطوير الأداء الفني والانجاز للمجموعة الضابطة .

وبذلك يتحقق الجزء الأول من الفرض الثاني الذي يفترض وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في الاختبارات البعدية لمراحل الأداء الفني و لصالح المجموعة التجريبية .

وفيما يخص النتائج التي تم الحصول عليها من خلال عرض وتحليل اختبار (مان – وتي) للانجاز للمجموعة التجريبية والضابطة و لمعرفة أفضلية أي المجموعتين في تطور الانجاز لفعالية القفز بالزانة .

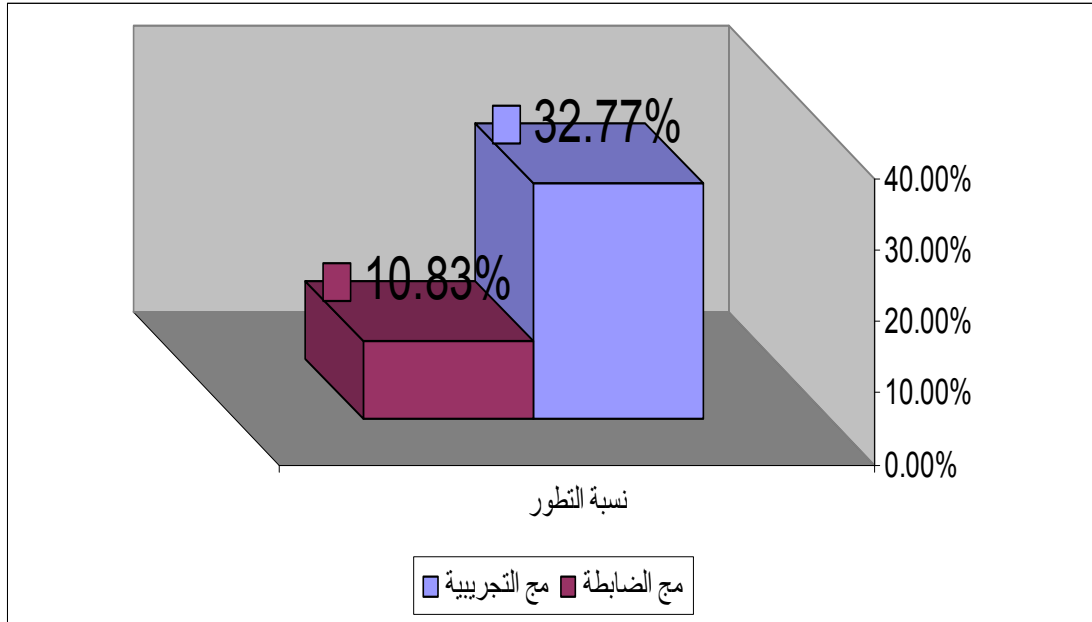
فكانت النتائج تشير كما في الجدول (٦) إلى تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في اختبار الانجاز ، ومن خلال المقارنة بين المجموعتين تبين وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي و لصالح المجموعة التجريبية التي تدربت على التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة ، ويعزو الباحث ذلك إلى فعالية الوسائل المساعدة التي تضمنتها الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية والتي أدت إلى تطوير الانجاز وذلك بسبب حصول تطور بالأداء الفني الذي اشرنا إليه في المباحث السابقة وبالتالي فان حصول التطور في الأداء سوف يقود إلى تطور في مستوى الانجاز لان العلاقة بين الانجاز والأداء علاقة طردية و مترابطة وهو أمر بديهي ، بينما كانت الافادة قليلة نسبيا من مفردات الوحدات التعليمية المقررة لتطوير الأداء و الانجاز للمجموعة الضابطة .

وبذلك يتحقق الجزء الثاني من الفرض الثاني الذي يفترض وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في الاختبارات البعدية للانجاز و لصالح المجموعة التجريبية .

¹ - وجيه محبوب و احمد بدري ، أصول التعلم الحركي ، الموصل : الدار الجامعية للنشر ، ٢٠٠٢ م ، ص ٩٥

٤-٢-٣- مناقشة قياس نسبة التطور المئوية لاختبار الأداء الفني و الانجاز للمجموعتين التجريبية والضابطة.

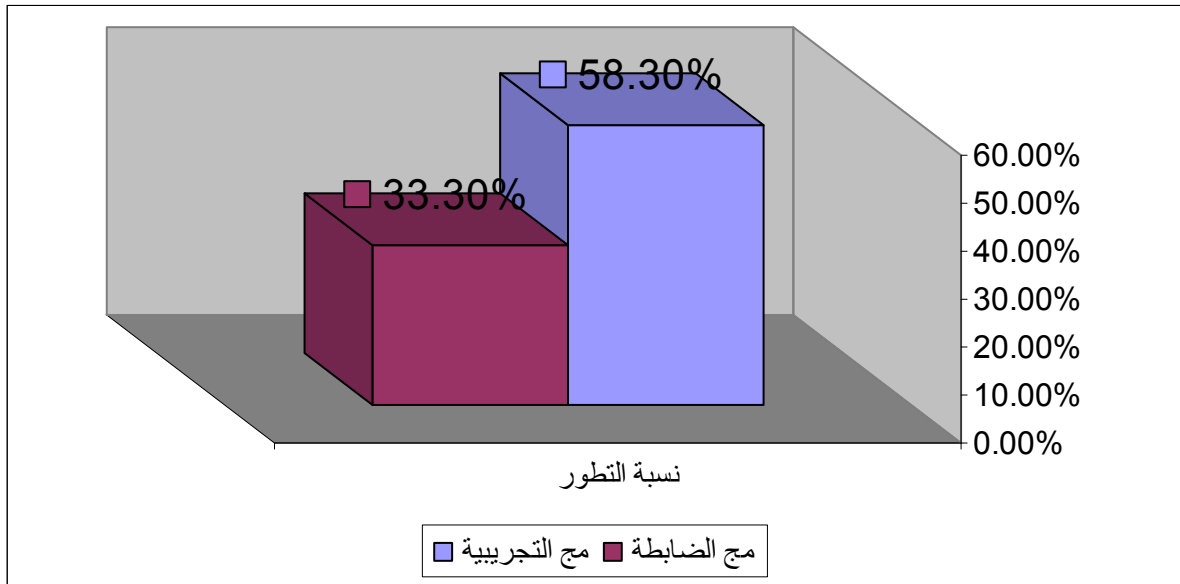
يبين الجدول (٧) نسبة التطور الحاصل لاختبار الأداء الفني للمجموعة التجريبية إذ أظهرت النتائج إن نسبة التطور الحاصل للأداء الفني هو (٣٢,٧٧ %) ، بينما كانت نسبة التطور للأداء الفني للمجموعة الضابطة هو (١٠,٨٣ %) ، ويتبين من خلال هذه النتائج إلى أن نسبة التطور الحاصل بالأداء الفني للمجموعة التجريبية كان أكبر من التطور الذي حصلت عليه المجموعة الضابطة ، وكما موضح في الشكل (١٩) ، ويعزو الباحث ذلك إلى استخدام الوسائل المساعدة في الوحدات التعليمية التي كان لها الدور الكبير في هذا التطور للمجموعة التجريبية ، و تعد هذه التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة والتي تتفق مع طبيعة المسابقة وظروفها وواجباتها الحركية هي الطريق الصحيح لضمان التقدم في فعالية القفز بالزانة التي تعتمد عليها العملية التعليمية من اجل الاقتراب من الأداء الفني الصحيح ، بينما كان التطور الذي حصل للمجموعة الضابطة قليلاً نسبياً ، ويعزو الباحث ذلك إلى افتقار الوحدات التعليمية للوسائل المساعدة كجهاز المتوازي والحلق والقفز العالي وحبال التسلق والارتقاء على الصندوق الخشبي و العمود التدريبي لهذه المجموعة



الشكل (١٩)

يوضح نسبة التطور للأداء الفني للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي

أما فيما يخص اختبار الانجاز، اذ يبين الجدول (٨) نسبة التطور الحاصل لاختبار الانجاز للمجموعة التجريبية إذ أظهرت النتائج إن نسبة التطور الحاصل للانجاز هو (٥٨,٣ %) ، بينما كان نسبة التطور للانجاز للمجموعة الضابطة هو (٣٣,٣ %) ، ويتبين من خلال هذه النتائج إلى أن نسبة التطور الحاصل بالانجاز للمجموعة التجريبية كان اكبر من التطور الذي حصلت عليه المجموعة الضابطة ، وكما موضح في الشكل (٢٠) ، ويعزو الباحث ذلك إلى استخدام الوسائل المساعدة في الوحدات التعليمية التي كان لها الدور الايجابي في هذا التطور للمجموعة التجريبية ، فعنده تكرار أداء التمرينات والتي تكون مشابهة في أدائها للفعالية أو الجزء المراد تعلمه من الفعالية فإنها سوف تساعد على تنمية الإحساس الحركي السليم للأداء الفني والاقتراب من شكل وطريقة الأداء الفني السليم^(١) ، و الذي سوف ينعكس على مستوى الانجاز ، وان أي قصور في احد الجانبين (أي الأداء الفني و الانجاز) يعني انه سوف يؤثر وبصورة سلبية على الجانب الآخر ، بينما كان التطور الذي حصل للمجموعة الضابطة قليلاً نسبياً والسبب يعود إلى انعدام وجود التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة في الوحدات التعليمية.



الشكل (٢٠)
يوضح نسبة التطور للانجاز للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي

^١ - عقيل يحيى الاعرجي ، اثر استخدام التمرينات البنائية التمهيدية والمركبة في تعلم الأداء الفني وتحقيق المستوى الرقمي بأسلوب الأجزاء الصعبة في فعالية قذف الثقل ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الموصل :كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٦ م، ص ١٠٢ .

الباب الخامس

٥ - الاستنتاجات و التوصيات

٥ - ١ - الاستنتاجات

٥ - ٢ - التوصيات

٥-١- الاستنتاجات :

- من خلال ما تقدم عرضه من نتائج و ما توصل إليه الباحث من تحليل و مناقشة لتلك النتائج انتهى الباحث إلى الاستنتاجات الآتية .
- ١- التمرينات بالوسائل المساعدة المفترضة من قبل الباحث أدت إلى تطوير الأداء الفني و الانجاز لدى قافزي الزانة لفئة الشباب .
 - ٢- ساعدت التمرينات بالوسائل المساعدة القافزين على معرفة المراحل الفنية كافة لفعالية القفز بالزانة .
 - ٣- هناك تأثير ايجابي للوسائل المساعدة في تنفيذ الأداء الفني للقافزين لكونها توفر المجال الواسع لتصحيح الأداء الفني و الابتعاد عن الأخطاء .
 - ٤- التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة سهلت من عملية الربط بين المراحل الفنية كافة لفعالية القفز بالزانة .
 - ٥- إن تقويم الأداء الفني والانجاز في الاختبارات أعطت القافزين حافزاً كبيراً لبذل المزيد من الجهد في أثناء الوحدات التعليمية .

٥ - ٢ - التوصيات :

في ضوء الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث يوصي بما يأتي .

- ١- ضرورة إدخال تمارين باستخدام الوسائل المساعدة لكونها ضرورية في تطوير كافة مراحل الأداء الفني و الانجاز في فعالية القفز بالزانة .
- ٢- ضرورة اعتماد هذه الوسائل المساعدة في الوحدات التعليمية و التدريبية من قبل المدرسين في فعالية القفز بالزانة .
- ٣- التأكيد على الجهات ذات الاختصاص والعلاقة بضرورة توفير الأدوات والوسائل المساعدة التي تعمل على تطوير مستوى الأداء الفني و الانجاز في فعالية القفز بالزانة لما لها من فائدة كبيرة .
- ٤- تنويع التمارين باستخدام الوسائل المساعدة لزيادة الرغبة و الاندفاع و رفع حاجز الخوف لدى القافزين .
- ٥- ضرورة تقويم الأداء الفني و الانجاز كل شهرين أو ثلاثة أشهر و ذلك لمعرفة الأخطاء المصاحبة للوحدات التعليمية .
- ٦- إجراء بحوث لإيجاد وسائل مساعدة جديدة لتطوير مستوى الأداء الفني و الانجاز لفعالية القفز بالزانة لفئة الشباب و المتقدمين .
- ٧- ضرورة استخدام وسائل مساعدة في تطوير مستوى الأداء و الانجاز في فعاليات القفز والوثب والرمي بالعاب القوى .

المصادر العربية و الأجنبية

- المصادر العربية و الأجنبية :

- القران الكريم .

- احمد إبراهيم قنديل ، التدريس بالتكنولوجيا الحديثة ، ط ١ ، القاهرة : عالم الكتب ، ٢٠٠٦ م .

- احمد محمود الخادم ، التمرينات الخاصة للاعبين القفز بالزانة ، مركز التنمية الإقليمي ، القاهرة : العاب القوى ، عدد ٣١ ، ٢٠٠٢ م .

- أحسان كاظم شريف القرشي ، الطرائق المعلمية والطرائق اللامعلمية في الاختبارات الإحصائية ، ط ١ ، بغداد : مطبعة الديوان ، ٢٠٠٧ م .

- بسطويسي احمد ، سباقات المضمار ومسابقات الميدان ، ط ١ ، القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٩٧ م .

- باسم حسن غازي ، تأثير منهج تدريبي مقترح باستخدام وسائل المساعدة في تطوير مهارتي الإرسال الساحق والضرب الساحق بالكرة الطائرة للشباب ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٥ م .

- حنان عبد الحميد العناني ، علم النفس التربوي ، ط ٣ ، الأردن : دار صفاء للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٥ م .

- حيدر مهدي عبد الصاحب ، تحليل بعض المتغيرات البيوديناميكية لمرحلتي النهوض وعبور العارضة وعلاقتها بانجاز القفز بالعصا ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة البصرة : كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٤ م .

- ريسان خريبط مجيد ، عبد الرحمن الأنصاري ، العب القوي ، الأردن : دار الثقافة للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٢ م .

- سليمان على حسن وآخرون ، التحليل العلمي لمسابقات الميدان والمضمار ، القاهرة : دار المعارف للنشر والتوزيع .

- سمير مسلط الهاشمي ، أصول الوثب والقفز في العاب الساحة والميدان ، جامعة بغداد : مطبعة الحوادث ، ١٩٨١ م .

- ساجت مجيد جعفر الشرموطي ، اثر الوسائل المساعدة في تعليم مرحلتي الارتقاء والمرحلة بالقفز بالزانة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة القادسية :كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٥ م .
- سامي محمد ملحم ، القياس والتقويم في التربية و علم النفس ، ط ١ ، الأردن : دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، ٢٠٠٠ م .
- صائب عطية احمد و ابراهيم خليل ، الجمناستك ، بغداد : مطبعة جامعة بغداد ، ١٩٨٥ .
- صريح عبد الكريم الفضلي ، القانون الدولي لألعاب الساحة والميدان ، ترجمة وإعداد، ٢٠٠٨
- ضياء المنشي ، موسوعة العاب الساحة والميدان ، ط ١ ، بغداد : شركة النجد ، ٢٠٠٨ م .
- طلحة حسام الدين وآخرون ، التعلم والتحكم الحركي ، القاهرة : مركز الكتاب ، ٢٠٠٦ م
- الوسائل التعليمية المساعدة على التعلم ، الأكاديمية الرياضية العراقية ، ٥\١١\٢٠٠٨ م .
- عقيل يحيى الاعرجي ، اثر استخدام التمرينات البنائية التمهيدية والمركبة في تعلم الأداء الفني وتحقيق المستوى الرقمي بأسلوب الأجزاء الصعبة في فعالية قذف الثقل ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الموصل :كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٦ م .
- علي هداد رهيف و ابراهيم سلمان جمعة ، أضواء على العاب الساحة والميدان ، بغداد : مطابع الجمهورية ، ١٩٧١ م .
- عامر فاخر وآخرون ، تطبيقات للمبادئ والأسس الفنية لألعاب الساحة والميدان ، العراق : جامعة ديالى ، مكتب الكمار ، ٢٠٠٦ م .
- عبد الجبار تويق البياتي و زكريا زكي ائناسيوس ، الإحصاء الوصفي والاستدلالي في التربية وعلم النفس ، بغداد : ١٩٧٧ م .
- علي سلوم الحكيم ، الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، جامعة القادسية : الطيف للطباعة ، ٢٠٠٤ م .
- فان دالين ، مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ترجمة محمد نبيل وآخرون ، القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية ، ١٩٨٥ .
- قيس ناجي و بسطويسي احمد ، الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي ، بغداد : مطبعة وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، ١٩٨٧ م .

- قاسم حسن المنديلاوي، علم تدريب الساحة والميدان، بغداد: مطبعة الجامعة، ١٩٧٩ م.
- قاسم حسن حسين، القانون الدولي لألعاب الساحة والميدان للهواة، بغداد، دار الكتب للطباعة، ١٩٨٧ م.
- قاسم المنديلاوي وآخرون، الأسس التدريبية لفعاليات ألعاب القوى، بغداد: مطابع التعليم العالي، ١٩٩٠ م.
- كمال جميل الربضي، الجديد في ألعاب القوى، ط ٣، الأردن: دار وائل للنشر، ٢٠٠٥ م.
- محمد عبد الفتاح حسن البجة، تكنولوجيا التعليم بين النظرية والتطبيق، ط ١، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع، ٢٠٠٠ م.
- محمد عثمان، ألعاب القوى، ط ١، الكويت: دار القلم للنشر والتوزيع، ١٩٩٠ م.
- محمد الياسري و مروان عبد المجيد، الأساليب الإحصائية في مجالات البحوث التربوية، ط ١، عمان: مؤسسة الوراق للنشر، ٢٠٠١ م.
- محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان، القياس في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي، القاهرة: دار الفكر العربي، ٢٠٠٠ م.
- محمد عبد الغني عثمان، التعلم الحركي والتدريب الرياضي، ط ١، الكويت: دار القلم للنشر والتوزيع، ١٩٨٧ م.
- محمد نصر الدين رضوان، الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية و الرياضية، ط ١، القاهرة: دار الفكر العربي، ٢٠٠٣ م.
- ناهده عبد زيد، أساسيات في التعلم الحركي، ط ١، النجف الاشرف: دار الضياء للنشر والتوزيع، ٢٠٠٨ م.
- وجيه محجوب، التحليل الحركي، بغداد: مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٧ م.
- وجيه محجوب، البحث العلمي ومناهجه، بغداد: مديرية الكتب للطباعة والنشر، ٢٠٠٢ م.
- وجيه محجوب و احمد بدري، اصول التعلم الحركي، الموصل: الدار الجامعية للطباعة والنشر، ٢٠٠٣ م.
- يعرب خيون، التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، بغداد: مكتب الصخرة للطباعة، ٢٠٠٢ م.

- James hay ,the Biomechanics of sport , techniques, add 2 ,USA ;1985 .
- Ellen kreighbaum .katharine. Barthels Biomechanics A --- Qualitative Approach for studying human movement .USA .1996 .
- WWW. European P V Conference . 12\2\2009 -
- WWW. Bdnia . com . 11\ 2\ 2009
- WWW. The Task Progression Method of Beginners. Com . 12\2\2009
- WWW .Arizona Pole Vault Academy, home -
- WWW. Wikipedia .pole vault .9\10\2008
- WWW. USA pole vault education .3\10\2008

الملاحق

ملحق (١)

جامعة بابل
كلية التربية الرياضية
الدراسات العليا / الماجستير

استمارة استبيان

الأستاذ الفاضل ----- المحترم
تحية طيبة :

يروم الباحث إجراء البحث الموسوم (تأثير تمارينات باستخدام الوسائل المساعدة في تطوير الأداء الفني والانجاز لفعالية القفز بالزانة للشباب) وبالنظر لما تتمتعون به من خبرة علمية وعملية في مجال اختصاصكم ، نرجو من سيادتكم إعطاء نسبة مئوية لكل مرحلة حسب درجة الصعوبة لكافة المراحل الفنية لفعالية القفز بالزانة على أن يكون مجموع هذه النسب يساوي (١٠٠ %) ، مع جزيل الشكر والتقدير.

ت	المراحل الفنية لفعاليات القفز بالزانة	النسبة المئوية	الملاحظات
١--	مسك العصا		
٢-	الاقتراب		
٣-	الغرس		
٤-	الارتقاء		
٥-	التعلق والمرجحة (ووضعية حرف L)		
٦--	تطويل الحرف (L)		
٧-	السحب والدفع والدوران		
٨-	التخلص من العمود		
٩-	عبور العارضة		
١٠-	الهبوط		
	المجموع	١٠٠ %	

الاسم :

اللقب العلمي و التخصص الدقيق :

التوقيع :

مكان العمل :

الباحث
حيدر فياض العامري

ملحق (٢)

جامعة بابل
كلية التربية الرياضية
الدراسات العليا \ الماجستير

استمارة استبيان

الأستاذ الفاضل ----- المحترم
تحية طيبة :

يروم الباحث إجراء البحث الموسوم (تأثير تمارينات باستخدام الوسائل المساعدة في تطوير الأداء الفني والانجاز لفعالية القفز بالزانة للشباب) وبالنظر لما تتمتعون به من خبرة علمية وعملية في مجال اختصاصكم ، نرجو من سيادتكم إعطاء رأيكم بالإجابة ب (نعم أو كلا) حول الاتفاق مع النسبة مئوية الأكثر تكرار من قبل الخبراء ، مع جزيل الشكر والتقدير.

ت	المراحل الفنية لفعاليات القفز بالزانة	النسبة المئوية الأكثر تكراراً من قبل الخبراء	نعم	كلا	الملاحظات
--١	مسك العصا	٤ %			
-٢	الاقترب	١٠ %			
-٣	الغرس	٩ %			
-٤	الارتقاء	١٥ %			
-٥	التعلق والمرجحة (ووضعية حرف L)	١٧ %			
--٦	تطوير الحرف (L)	١١ %			
-٧	السحب والدفع والدوران	١٦ %			
-٨	التخلص من العمود	٧ %			
-٩	عبور العارضة	٨ %			
-١٠	الهبوط	٣ %			
	المجموع	١٠٠ %	-----	-----	

الاسم :
اللقب العلمي و التخصص الدقيق :
التوقيع :
مكان العمل :

الباحث
حيدر فياض العامري

ملحق (٣)

استمارة تقويم مراحل الأداء الفني لفعالية القفز بالزانة

الاختبار : القبلي - أبعدي
اسم القافز:

ت	المراحل الفنية لفعاليات القفز بالزانة	النسبة المئوية	درجة الأداء الفني	الملاحظات
--١	مسك العصا	٤ %		
-٢	الاقترب	١٠ %		
-٣	الغرس	٩ %		
-٤	الارتقاء	١٥ %		
-٥	التعلق والمرجحة (ووضعية حرف L)	١٧ %		
--٦	تطويل الحرف (L)	١١ %		
-٧	السحب والدفع والدوران	١٦ %		
-٨	التخلص من العمود	٧ %		
-٩	عبور العارضة	٨ %		
-١٠	الهبوط	٣ %		
	المجموع	١٠٠ %	-----	

الاسم :
اللقب العلمي و التخصص الدقيق :
التوقيع :
مكان العمل :

الباحث
حيدر فياض العامري

ملحق (٤)

استمارة تقويم مستوى الانجاز لفعالية القفز بالزانة للشباب

ممثلة اللجنة الاولمبية فرع النجف
الاتحاد الفرعي لألعاب القوى
في النجف الاشرف

النتيجة النهائية

المسابقة : القفز / الزانة
المكان :

التاريخ :

ت	الاسم الثلاثي	الارتفاع	الارتفاع	الارتفاع	الارتفاع	الارتفاع	الارتفاع	الارتفاع	الارتفاع	الترتيب	النتيجة
١											
٢											
٣											
٤											
٥											
٦											
٧											
٨											
٩											
١٠											

اللجنة

توقيع الحكم العام

توقيع الحكم
المشرفة

ملحق (٥)

يوضح أسماء الخبراء والمختصين الذين عرضت عليهم استمارة إعطاء النسب المنوية لمراحل الأداء الفني للقفز بالزانة ، وكذلك أسماء الذين أجابوا ب (نعم أو كلا) حول هذه النسب

ت	اسم الأستاذ مع اللقب العلمي	الاختصاص الدقيق	مكان العمل
١-	أ.د- محمد عبد الحسن	علم تدريب الرياضي	كلية التربية الرياضية- جامعة بغداد
٢-	أ.د- محمد جاسم الياسري	قياس و تقويم	كلية التربية الرياضية- جامعة بابل
٣-	أ.د- صريح عبد الكريم	بايوميكانيك- تدريب الرياضي	كلية التربية الرياضية- جامعة بغداد
٤-	أ.د- احمد ناجي محمود	علم تدريب الرياضي	كلية التربية الرياضية- جامعة بغداد
٥-	أ.د- مهدي كاظم	علم تدريب الرياضي	كلية التربية الرياضية- جامعة بغداد
٦-	أ.د- حسين العلي	فلسجة التدريب	كلية التربية الرياضية- جامعة بغداد
٧-	أ.د- مازن عبد الهادي احمد	تعلم حركي	كلية التربية الرياضية- جامعة بابل
٨-	أ.م.د- قاسم محمد الخاقاني	بايوميكانيك- العاب القوى	كلية التربية الرياضية- جامعة الكوفة
٩-	أ.م.د- محمد ناجي أبو غنيم	علم تدريب الرياضي	كلية التربية الرياضية – جامعة الكوفة
١٠-	أ.م.د- محمد جاسم الخالدي	بايوميكانيك- العاب القوى	كلية التربية للنبات- جامعة الكوفة
١١-	م.د- عقيل هاشم الاعرجي	تعلم حركي- العاب القوى	مديرية التربية الرياضية- جامعة الكوفة
١٢-	م.د- عمار مكي علي النجم	علم التدريب- العاب القوى	كلية التربية الرياضية – جامعة الكوفة
١٣-	م - حيدر ناجي حبش	علم النفس – العاب القوى	كلية التربية الرياضية- جامعة القادسية

ملحق (٦)

اجري الباحث مقابلات شخصية مع عدد من الأساتذة الأفاضل وهم :

اسم الأستاذ مع اللقب العلمي	الاختصاص الدقيق	مكان العمل
أ- د - محمد جاسم الياسري	قياس و تقويم	كلية التربية الرياضية - جامعة بابل
أ- د - حسين العلي	فسلجة تدريب	كلية التربية لرياضية - جامعة بغداد
أ- د- صريح عبد الكريم	بايوميكانيك- تدريب رياضي	كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد
أ- م- د - قاسم الخاقاني	بايوميكانيك - العاب القوى	كلية التربية الرياضية - جامعة الكوفة
أ- م - د- احمد يوسف	علم تدريب الرياضي	كلية التربية الرياضية - جامعة بابل
أ-م- د - محمد جاسم الخالدي	بايوميكانيك- العاب القوى	كلية التربية للبنات - جامعة الكوفة

ملحق (٧)
أسماء فريق العمل المساعد

ت	الاسم	العنوان الوظيفي	مكان العمل
١-	علي يحيى	مدرب منتخب العاب قوى	نادي النجف الرياضي
٢-	احمد صاحب	مدرب منتخب العاب قوى	نادي الكهراء الرياضي
٣-	جابر مسلم	مدرب جمناستك	المدرسة الحيدرية
٤-	سعد عبد الله	مدرب جمناستك	المدرسة الحيدرية

ملحق (٨)

أسماء اللجنة العلمية التي أقرت موضوع البحث

بسمه تعالى
جمهورية العراق



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
 جامعة بابل
 كلية التربية الرياضية

MINISTRY OF HIGHER EDUCATION
 AND SCIENTIFIC RESEARCH
 UNIVERSITY OF BABYLON
 College of Physical Education

العدد:

التاريخ:

((وثق ما تفعل و فعل ما توثق))
ادارة الجودة الشاملة/الأيزو

((امر اداري))

م/ اقرار لجنة علمية

تقرر:-

١- تشكيل لجنة علمية لاقرار موضوع بحث طالب الماجستير (حيدر فياض حمد) من السادة المبينة اسمائهم ادناه:

ت	الاعضاء	اللقب العلمي	المنصب
١-	د. محمد جاسم الياسري	استاذ	رئيساً
٢-	د. مازن عبد الهادي	استاذ	عضواً
٣-	د. محمد نعمة	مدرس	عضواً
٤-	د. ناهدة عبد زيد	استاذ مساعد	عضواً و مشرفاً
٥-	د. محمد جاسم الحلبي	استاذ مساعد	عضواً و مشرفاً

٢- سيكون موعد الجلسة العلمية يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٠٩/٢/٣ ، وفي تمام الساعة الثانية عشر ظهراً

ا.م.د. علي عبد الحسن حسين
م/ العميد للشؤون العلمية والدراسات العليا

جامعة بابل
كلية التربية الرياضية

نسخة منه الى

- الدراسات العليا - ملف اللجنة العلمية لاقرار البحث .
- السادة رئيس واعضاء اللجنة العلمية المحترمين .
- الاضبارة الشخصية .
- صادرة الكلية .

Babylon 1993 University

IRAQ-Babylon-Hilla-P.O.Box.(4)Tel.(030) 249672
E.Mail- Physedu 1993 @ yahoo.com

العراق- بابل - حله- ص.ب.(٤) هر ٢٤٩٦٧٢ (٢٠٢٠)