

The effect of compound exercises according to the Cuban school in learning the side punches and take-offs in boxing for students

Muhammad Hussein Haider Hammoud, Prof. Dr. Wissam Salah Abdel Hussein, Prof. Dr. Samer Abdel Hadi Ahmed

College of Physical Education and Sports Sciences, University of Karbala, Iraq

Muhammad_098@gmail.com

Research submission date: 21/1/2024

Publication date: 29/04/2024

Abstract

The research problem was revealed by the researchers noticing that these students suffer from weakness in some boxing skills. The researchers attribute this to each teacher determining the method and educational contents that teach the skill, and the lack of sufficient educational units within the curriculum, in addition to the lack of use of educational methods, especially the boxing method. The Cuban school of boxing, which facilitates the learning process. The study also aimed to: prepare complex exercises according to the Cuban school in learning the side punch and take-off, and identifying their effect on boxing for students.

The researchers used the experimental method by designing the control and experimental groups with pre- and post-tests, the nature of the problem, and verification of the research hypotheses, while the research community included second-year students in the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Karbala for the academic year (2022-2023), amounting to 120 students gathered together to research the fact that the subject Boxing is taught in it. After that, the researcher selected his research sample randomly from the researched population, with (40) students, representing (33%) of the original population. They were divided into two groups (control and experimental) by lottery, where each group included (20) students. The exploratory sample was chosen by (10) students, representing (8%) from the community of origin, as a exploratory sample using a random sampling method.

In order to achieve the objectives of the study, the researchers sought to prepare complex exercises according to the Cuban school and its impact on the variables investigated. Using the statistical package (SPSS) with some statistical laws to process the data and extract results, the following conclusions were reached.

1- The two groups achieved their goals in learning the side punch and the boxing kick, to varying degrees among the research sample.

2-Using the Cuban school method was better than the method followed by the teacher in the control group in learning the side punch and the boxing kick.

Keywords: compound exercises, Cuban school, boxing

تأثير تمرينات مركبة وفق المدرسة الكوبية في تعلم اللكمتين الجانبية والقلع بالملاكمة للطلاب

محمد حسين حيدر حمود، أ.د. وسام صلاح عبدالحسين، أ.د. سامر عبدالهادي أحمد

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة كربلاء، العراق

Muhammad_098@gmail.com

تاريخ النشر/2024/04/29

تاريخ تسليم البحث /2024/01/21

الملخص

تجلت مشكلة البحث من خلال ملاحظة الباحثون ان هؤلاء الطلاب يعانون من ضعف في بعض مهارات الملاكمة، ويعزو الباحثون ذلك الي قيام كل معلم بتحديد الأسلوب والمحتويات التعليمية التي يقوم بتعليم المهارة ، وعدم وجود وحدات تعليمية كافية ضمن المنهاج ، بالإضافة إلى قلة استخدام اساليب تعليمية لاسيما أسلوب المدرسة الكوبية في الملاكمة التي تسهل عملية التعلم ، كما هدفت الدراسة إلى: إعداد تمرينات مركبة وفق المدرسة الكوبية في تعلم الكمتين الجانبية والقلع، والتعرف على تأثيرها بالملاكمة للطلاب.

استخدم الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبارات القبليّة والبعديّة وطبيعة المشكلة والتحقق من فرضيات البحث في حين اشتمل مجتمع البحث على طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة كربلاء للعام الدراسي (2022–2023) والبالغ عددهم 120 طالبًا مجتمعا للبحث كون مادة الملاكمة تُدرّس فيها ، بعدها قام الباحث باختيار عينة بحثه بالأسلوب العشوائي من المجتمع المبحوث وبواقع (40) طالباً بنسبة (33%) من مجتمع الاصل تم تقسيمهم الى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) عن طريق القرعة حيث اشتملت كل مجموعة على (20) طالباً ، اما العينة الاستطلاعية تم اختيارها بواقع (10) طالباً بنسبة (8%) من مجتمع الأصل كعينة استطلاعية بأسلوب المعاينة العشوائية .

وبغية تحقيق أهداف الدراسة سعى الباحثون إلى اعداد تمرينات مركبة وفق المدرسة الكوبية واثرها في المتغيرات المبحوثة. مستخدماً الحقيبة الإحصائية (spss) مع بعض القوانين الإحصائية في معالجة البيانات واستخراج النتائج ومنها تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية .

1. أن المجموعتين قد حققت أهدافها في تعلم اللكمة الجانبية والقلع بالملاكمة وبنسب متباينة لدى عينة البحث.
2. أن استخدام أسلوب المدرسة الكوبية كان أفضل من الطريقة التي أتبعها المدرس في المجموعة الضابطة في تعلم اللكمة الجانبية والقلع بالملاكمة.

الكلمات المفتاحية: تمرينات مركبة ، المدرسة الكوبية ، الملاكمة

التعريف بالبحث

مقدمة البحث وأهميته

يشهد العالم تطورات كبيرة في العديد من الميادين ومنها الميدان الرياضي إذ شهد تطورا للأداء الفني في الألعاب والفعاليات الرياضية كافة وفي مختلف المستويات، والذي أدى إلى تسريع عمليات التعلم واختصار زمنه، وأن عملية تعلم الحركات بمختلف أنواعها وأشكالها تتطلب منهج أو خطة مدروسة وتحتوي على أساليب وأجهزة وأدوات مساعدة تساهم بشكل كبير في تعلم الحركات وبذلك يتم اختصار الزمن والجهد . أن المدارس العملية بأساليبها المتنوعة في تعلم المهارة الرياضية تباينت نسب استخدامها بالنجاح في أداء نواتج التعلم لذا سعى الخبراء والباحثون إلى إيجاد أساليب تخدم الفعاليات والمهارات الرياضية كافة بما يتلاءم مع المتعلم، فالمدرسة الكويتية هي واحدة من المدارس المميزة بعملية التعلم، فالطالب في درس التربية البدنية وعلوم الرياضة عندما يتأثر بما يتضمنه الموقف التعليمي من مثيرات عديدة فإنها لا يستجيب لها ببذنه فقط، ولكنه يستجيب له ككل، أي ببذنه وعقله وانفعالاته.

تعد مهارات الملاكمة من المهارات المفتوحة التي يكون فيها المنافس غير ثابت مما يتطلب من المتعلم أن يدرك ويهتم بسرعة الحركة ودقة المهارة الأمر الذي جعل الباحث بحاجة إلى اختيار الأفضل من الأساليب لغرض التوصل إلى التعلم الأمثل لمهاراتها المتنوعة ومنها للكميتين الجانبية والقلع التي هي محور الدراسة الحالية والتي تحتاج إلى استعمال أساليب متنوعة لأجل تعلمها بالشكل العلمي الصحيح. وهنا تكمن أهمية البحث في اعداد تمارين وفق المدرسة الكويتية لتعلم اللكميتين الجانبية والقلع بالملاكمة للطلاب.

مشكلة البحث

تعد مهارة اللكمات من المهارات ذات البيئة المفتوحة والتي تحتاج من المتعلم أن يؤدي اللكمة بسرعة عالية ومستوى مهاري جيد للحصول على النقاط والتأثير في المنافس وفرض الهيمنة، وهذا ما يجعل المتعلمون يعانون من صعوبة في ضبط هذه المهارتين، ومن خلال ملاحظة الباحثون لأغلب المحاضرات العملية والوحدات التعليمية لحظوا وجود ضعف وصعوبة لدى الطلاب في تعلم إداء هذه المهارتين وهذا ما يجعل الطلاب يعانون من صعوبة في ضبط هذه المهارات، مما جعل الباحثون يدرس هذه المشكلة ومحاولة إيجاد حلول لها، إذ تم استخدام تمارين مركبة وفق المدرسة الكويتية في تعلم لعبة الملاكمة والاستفادة من خطواتها التي تهدف إلى تعلم مهارة اللكميتين الجانبية والقلع، لتحقيق تعلم فعال ومشوق ومؤثر.

أهداف البحث:

إعداد تمارين مركبة وفق المدرسة الكويتية في تعلم الكميتين الجانبية والقلع بالملاكمة للطلاب. التعرف على تأثير التمارين المركبة وفق المدرسة الكويتية في تعلم الكميتين الجانبية والقلع بالملاكمة للطلاب.

فرضا البحث:

هناك تأثيراً إيجابياً للتمرينات المركبة وفق المدرسة الكوبية في تعلم الكمتين الجانبية والقلع بالملاكمة للطلاب

هنالك أفضلية للتأثير ما بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية.

5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء.

2-5-1 المجال الزمني: 2022/12/21 – 2023/5/9

3-5-1 المجال المكاني: قاعة الملاكمة والقاعات الخارجية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة كربلاء.

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية**1-2 منهج البحث**

قام الباحثون باستخدام المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئة ذات الاختبار القبلي والبعدى الملائم لطبيعة المشكلة وأن اختيار المنهج التجريبي هو " محاولة للتحكم في جميع المتغيرات والعوامل الأساسية باستثناء متغير واحد، حيث يقوم الباحثون بتطويعه أو تغييره بهدف تحديد وقياس تأثيره العلمي " ، والجدول (1) يبين التصميم التجريبي.

جدول (1)

يبين تصميم المجموعتين المتكافئتين في البحث

الخطوات			اسم المجموعات
الاختبارات البعدية	المتغير المستقل	الاختبارات القبليّة	
الأداء المهاري للكمتين الجانبية والقلع	تمرينات المدرسة الكوبية	الأداء المهاري للكمتين الجانبية والقلع	المجموعة التجريبية
الأداء المهاري للكمتين الجانبية والقلع	المنهج المتبع من قبل المدرس	الأداء المهاري للكمتين الجانبية والقلع	المجموعة الضابطة

2-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة كربلاء للعام الدراسي (2022 – 2023) مجتمعاً للبحث كون مادة الملاكمة تُدرّس فيها، وأن عدد الشعب (4) وعدد

طلاب كل شعبة (30 طالبًا) وتم تقسيمهم بطريق عشوائية ليكونوا مجموعتين تجريبية وضابطة وأن كل مجموعة (10) طلاب.

2-3 الأجهزة والأدوات المساعدة وسائل جمع المعلومات:

استخدم الباحث مجموعة من الأجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات وحسب الآتي:

2-3-1 الأجهزة والأدوات المساعدة المستخدمة في البحث:

- حلبة ملاكمة/عدد1.
- قفازات ملاكمة (10 ، 12) أنس / عدد 20 صيني الصنع.
- اكياس لكم/عدد 3 صيني الصنع.
- وسائل الحائط/عدد 3 إيراني الصنع.
- وسائل يدوية/عدد 3 إيراني الصنع.
- كراسي ومناضد لجلوس الحكام والمقومين/عدد 6.
- صفارة /عدد 3 صيني الصنع.
- حاسبة يدوية نوع (casio)/عدد 3 صيني الصنع.
- كامرة تصوير فديوية نوع (Nikon،d5200) ياباني الصنع.
- حاسبة لابتوب نوع (Toshiba) ياباني الصنع ،"i5" core
- شاشة عرض نوع (sony) حجم (32)/ عدد 1 ياباني الصنع.
- حبال 5 متر / عدد 1 صيني الصنع.
- أقراص (CD)/ عدد 20 صيني الصنع.
- ساعة توقيت /عدد 3 صيني الصنع.
- مرآه مثبتة على الحائط 2*2 متر / عدد 2.
- حلقات أرضية نق 10 سم / عدد 8.
- أقراص بوزن 5 كغم / عدد 4.
- 2-3-2 وسائل جمع المعلومات:
- المصادر العربية والأجنبية.
- الاستبيان.
- المقابلات الشخصية.
- الملاحظة.
- استمارة تسجيل البيانات (ملحق1).

4-2 إجراءات البحث

1-4-2 توصيف الاختبارات

1-3-4-2 اختبار اللكمة الجانبية على الكيس المرقم :

هدف الاختبار: قياس الأداء الفني للكمة الجانبية اليسار واللكمة الجانبية اليمين. الأدوات المستعملة: كيس لكم متوسط الحجم بوزن (14) كغم، استمارة تسجيل، قفازات ملاكمة، صافرة، كراسي ومناضد، كاميرا تصوير فيديو نوع (sony)، ساعة توقيت. مواصفات الأداء: عند إشارة المقوم للطالب بأداء لكمة على رقم يحدده المقوم وبحسب الشروط الصحيحة للأداء، حيث يقوم الطالب بأداء ثلاث لكمات مستقيمة خطف وقلع يسار ثم ثلاث لكمات مستقيمة خطف وقلع يمين على كيس اللكم المرقم من وقفة الاستعداد ويتم اختيار أفضل محاولة وبأقل زمن على أن تتصف المحاولة باللكم بمقدمة القفاز ومتابعة ثقل الجسم للكمة والتغطية الصحيحة بالذراع المعاكسة. التسجيل: بواسطة ثلاثة مقومين يكونون جالسين بجانب المتعلم على مسافة (2 – 3 متر) إذ يقوم كل مقوم وحده بتقييم كل لكمة من اللكمات ولكل متعلم في استمارة التقييم(ملحق2) الموجودة أمامه وإعطاء درجة (1 - 10) وكالاتي: 3 درجات/القسم التحضيري... 5 درجات / القسم الرئيسي... 2 درجات/القسم الختامي.

2-3-4-2 اختبار اللكمة الصاعدة (القلع) :

الغرض من الاختبار: تقويم الأداء الفني للكمة الصاعدة (القلع). الأدوات المستخدمة: كفوف ملاكمة عدد 12/10 اونس، استمارة منح درجات(ملحق1)، درع مدرب. طريقة إجراء الاختبار: يؤدي الاختبار بين المدرب الذي يستخدم الدرع اليدوية والطالب الذي يستخدم كفوف الملاكمة، حيث يوجه المدرب لكمة صاعدة يسار إلى الملاكم حيث يقوم الملاكم بدوره بالتخلص من اللكمة ويوجه لكمتين صاعدة (يسار ويمين) إلى درع المدرب الذي يكون في مستوى الرأس والموجه إلى الأسفل، ثم يقوم المدرب بتوجيه لكمة صاعدة يمين إلى الطالب والطالب بدوره يتخلص من اللكمة بأحد أساليب الدفاع مع توجيه لكمة صاعدة (يسار ويمين) إلى الدرع اليدوي الذي يكون بمستوى الجذع. شروط الاداء: يتم اللكم في المنطقة المثبتة وسط الدرع والمحددة بلون مغاير للون الدرع (نقطة التأشير للدرع اليدوي)، أن تكون اللكمة مستوفية لشروط اللكمة الصحيحة، تعطى ثلاث محاولات تؤخذ أفضلها، يتم تدريب المدرب المسؤول عن تنفيذ الاختبار والوصول به إلى الإلية في الأداء. احتساب الدرجات: تحسب (20 درجة) لاختبار اللكمة الصاعدة (القلع) المضادة، تعطى للكمة الصاعدة المضادة الموجه الى الراس (10 درجات) وتعطى للكمة الصاعدة اليمين (10 درجات).

4-4-2 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثون بإجراء التجربة الاستطلاعية في جامعة كربلاء كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، على (10) طلاب من المرحلة الثانية من خارج عينة البحث وشملت التجربة الاستطلاعية ما يأتي:

التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات التي سوف تستعمل في التجربة.

تلافي الأخطاء التي يمكن أن تحدث في أثناء التطبيق.

معرفة كفاءة فريق العمل المساعد.

التعرف على مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث.

التعرف على زمن التمرين وزمن الوحدة التعليمية ومدى ملائمته لمستوى عينة البحث.

2-4-6 الاختبارات القبليّة

قام الباحثون يوم الأثنين المصادف 2023/3/27 بأجراء الاختبارات القبليّة المتمثلة باختبار الأداء الفني

للكمة الجانبيّة و الأداء الفني للكمة القلع لعينة البحث وهم طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية

وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء على القاعة الخاصة بلعبة الملاكمة الساعة التاسعة صباحًا.

2-4-7 التجربة الرئيسيّة

من خلال إطلاع الباحثون على بعض المصادر الخاصة بتعلم وتدريب أسلوب المدرسة الكويبية وعلى

مصادر التعلم الحركي ورياضة الملاكمة قام الباحثون بوضع مفردات التمرينات المركبة وفق المدرسة

الكويبية وكالاتي:

قام الباحثون بتصميم مجموعة من التمرينات المركبة وفق المدرسة الكويبية (ملحق2).

قام الباحثون بتطبيق التمرينات المتبعة للمجموعة التجريبيّة

بينما المجموعة الضابطة فقد استعملت الأسلوب المتبع من قبل مدرس المادة.

استغرق المنهج التعليمي (8) أسابيع بواقع وحدة تعليمية أسبوعيًا بحيث بلغت مجموع الوحدات التعليمية

(8) وحدات.

تم تنفيذ وتطبيق التمرينات وفق أسلوب المدرسة الكويبية ضمن الوحدات التعليمية(ملحق3) وبزمن مقداره

(90) دقيقة.

تم تنفيذ مفردات المنهج التعليمي يوم الاربعاء من كل أسبوع.

تم البدء بتنفيذ مفردات المنهج التعليمي يوم الاربعاء الموافق 2023/3/29.

كانت آخر وحدة تعليمية من مفردات المنهج يوم الاربعاء الموافق 2023/5/17.

اعتمد الباحثون في وضع التمرينات المركبة للمجموعة التجريبيّة على تعلم واتقان مهارتي اللكمة الجانبيّة

ولكمة القلع للوصول في إدائها إلى تطوير المستوى المهاري، من خلال الزيادة في عدد التكرارات لهذه

المهارات بشكل مترابط والتنويع في تطبيقاتها لبناء برامج حركية عامة لهذه المهارات تحول إداء الطالب

إلى إداء سريع ودقيق وبناء خيارات متعددة للمتعلّم لمواجهة المواقف الجديدة وأساليب الزميل المختلفة في

أثناء النزال.

تم تطبيق مراحل أسلوب المدرسة الكويتية من خلال اجتذاب الاهتمام لدى الطلاب وبعدها عرض فيديو وصور المهارات عليهم من خلال الشاشة المراد تعلمها وهي لكمتي الجانبية والقلع وباستخدام جهاز DJ الأصوات والإثارة والتشويق لتطبيق بشكل أسهل ولأنها أسهل فهي أسرع.

استخدم الباحثون في تعلم هذه مهارات قفزات ملاكمة (10، 12 أونس)، درع يدوي، أكياس ملاكمة كبيرة الحجم، أكياس مرقمة، وسادة الحائط، أقماع متنوعة، كامرة تصوير فيديو، ساعة توقيت، حلبة ملاكمة، شاشة عرض، جهاز لا بتوب، جهاز DJ موسيقي وحبال.

تم التدرج في تعلم المهارة من مهارة لكمية هجومية إلى دفاعية والتنويع في تطبيقها، إذ يتعلم الطالب لكمة الخطف أولاً ومن ثم يتعلم لكمة القلع.

تم المزج بين اللكمة الجانبية ولكمة القلع وطبق ذلك من خلال استخدام درع المدرب يلكم مستقيمة يسار ثم قلع يمين ثم خطف يسار.

تم المزج بين لكمة القلع واللكمة الجانبية وطبق ذلك من خلال استخدام درع المدرب يلكم قلع اليمين تليها خطف يسار ثم لكمة مستقيمة يمين (مضاد).

تم إشراك المتعلم جسدياً وعقلياً ومشاعر في عملية التعلم من خلال استخدام أسلوب التعاون وتعزيز الثقة بالنفس ضمن بيئة ملائمة ومريحة، أدى ذلك بشعورهم بالمتعة والسرور.

أن المهارة التي تعطى في الوحدة التعليمية الأولى تبقى تتكرر إلى نهاية الوحدة التعليمية الثامنة مع التنويع في تطبيقها، وتتم باستخدام الوسائل المتوفرة مثل تطبيق المهارة أمام المرآة أو على وسادة الحائط أو بينهم (أحد الطلاب يهاجم وآخر يدافع (محدد)) بعدها يطبقون بينهم لكم حر مدة دقيقة وفق أسلوب المدرسة الكويتية.

8-4-2 الاختبار البعدي

جرت الاختبارات البعدية على عينة البحث طلاب المرحلة الثانية وبنفس ظروف وشروط الاختبارات القبلية التي تمت على قاعة الخاصة بلعبة الملاكمة والقاعات الخارجية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء وبحضور السادة المشرفين والسادة المقومين وفريق العمل المساعد(ملحق4).

جرت الاختبارات البعدية على عينة البحث طلاب المرحلة الثانية في يوم الاثنين المصادف (2023/5/22) الساعة (9:00 صباحاً) وبنفس ظروف وشروط الاختبارات القبلية.

5-2 الوسائل الإحصائية:

استعان الباحثون في معالجة نتائجه بالوسائل الإحصائية التي تناسب بحثه وفقاً للحقيبة الإحصائية spss.

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات والقياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية ومناقشتها.

لكي يتمكن الباحثون من الكشف عن الفروق بين القياسات القبليّة والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية الأولى سعى إلى معالجة البيانات إحصائياً واستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وعند كل المتغيرات قيد الدراسة والبحث وهي (لكمة جانبية يسار ، لكمة جانبية يمين ، لكمة قلع يسار ، لكمة قلع يمين) بعدها قام الباحثون باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة كوسيلة إحصائية للوقوف على معنوية الفروق وهل ان الفروق والتباينات راجعة الى اختلاف حقيقي او الى المصادفة والجدول (4) يبين ذلك .

جدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحراف المعياري ومتوسط الفروق والانحراف المعياري للفروق وقيمة t المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الإحصائية للاختبارات القبليّة والبعدية لمتغيرات البحث للمجموعة التجريبية

المتغيرات	الاختبار	س —	ع	ف —	ع ف	قيمة T المحسوبة	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
لكمة جانبية يسار	القبلي	3.1000	0.56765	-3.00000	0.66667	-14.230	0.000	معنوي
	البعدية	6.1000	0.73786					
لكمة جانبية يمين	القبلي	3.5000	0.84984	-2.70000	0.67495	-12.650	0.000	معنوي
	البعدية	6.2000	0.78881					
لكمة قلع يسار	القبلي	2.6000	0.51640	-3.30000	0.48305	-21.604	0.000	معنوي
	البعدية	5.9000	0.73786					
لكمة قلع يمين	القبلي	2.4000	0.51640	-3.30000	0.48305	-21.604	0.000	معنوي
	البعدية	5.7000	0.67495					

3-1-2 عرض وتحليل نتائج الاختبارات والقياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة ومناقشتها :-

لكي يتمكن الباحثون من التعرف على الفرق في القياس القبلي والبعدية لدى أفراد المجموعة الضابطة سعى إلى معالجة بيانات القياسين إحصائياً واستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للبيانات عند كل المتغيرات المبحوثة بعدها قام الباحث باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة والمتساوية بالعدد كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض والاستدلال عن معنوية الفروق بين القياسين وكما مبين في جدول (5).

جدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحراف المعياري ومتوسط الفروق والانحراف المعياري للفروق وقيمة t المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الإحصائية للاختبارات القبليّة والبعدية لمتغيرات البحث للمجموعة الضابطة

المتغيرات	الاختبار	س -	ع	ف -	ع ف	قيمة T المحسوبة	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
لكمة جانبية يسار	القبلي	3.2000	0.63246	-1.70000-	0.48305	-11.129-	0.000	معنوي
	البعدي	4.9000	0.87560					
لكمة جانبية يمين	القبلي	3.4000	0.51640	-1.60000-	0.51640	-9.798-	0.000	معنوي
	البعدي	5.0000	0.66667					
لكمة قلع يسار	القبلي	2.5000	0.52705	-2.10000-	0.31623	-21.000-	0.000	معنوي
	البعدي	4.6000	0.69921					
لكمة قلع يمين	القبلي	2.3000	0.48305	-2.10000-	0.31623	-21.000-	0.000	معنوي
	البعدي	4.4000	0.69921					

2-3 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمتغيرات المبحوثة ولمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) :-

خلال عرض النتائج في الجداول السابقة (4) و(5) والتي توضح لنا هناك تطورا واضحا لإفراد مجموعتين البحث التجريبية والضابطة وبشكل واضح في تأثير عملية التعلم في المتغيرات المبحوثة حيث تبين هناك فروقا معنوية لكلا المجموعتين فيما يخص الفروق في نتائج المجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي.

يرى الباحثون ان استخدام تمارينات المدرسة الكوبية مثالية للتعلم تماشيا مع التطور الحاصل في عملية التعلم وزيادة التشويق والاثارة لدى الطلاب عينة البحث وكسر الروتين المعتاد عليه من خلال زيادة التفاعل. وهذا ما أكده (ظافر هاشم 2002) إن ((الاستفادة الأكبر تمت بتعليم اللاعبين من خلال استثمار مواقع اللعب المختلفة وزيادة استقلالية المتعلم في التصرف بحرية واكتشاف أخطائه من خلال التمرين والاعتماد على نفسه وممارسة التنوع في التمارينات وبهذا تكون هذه التمارينات مقاربة بأهدافها للتمرين العشوائي المتغير بإبعاد ومسافات وقوى وسرع وزوايا مختلفة))

ويؤكد (Bunker 1992) ذلك " إن المعرفة في المهارات هي شيء ضروري لغرض المشاركة المؤثرة في الألعاب، والتي غالبًا ما يعطي لها المزيد من الاهتمام في حين إن المهارة والمعرفة كلاهما يساهم في الأداء خلال اللعب وفي جميع المستويات وأن المعرفة بأداء اللعب هي الأكثر فائدة للتوصل إلى الهدف أو الغاية ونقصد بالمعرفة في الألعاب الرياضية هي قوانين اللعب وأهداف اللعب وأهداف ثانوية أخرى". وهذا يؤكد ان هناك تأثيرًا معنويًا للتمرينات المركبة وفق المدرسة الكوبية في تعلم اللكمتين الجانبية والقلع والمطبق من قبل الباحثون لما تحويه الوحدات التعليمية من تمارينات مركبة بأسلوب المدرسة الكوبية ، اذ احتوت الوحدات التعليمية على مجموعة من التمارينات التي تساعد على تعلم المهارات الاساسية بالملكمة

(لكمة جانبية ، لكمة قلع) كل هذا ساعد في تعلم واكتساب مستوى جيد من المعرفة العلمية والقانونية للعبة الملاكمة لأفراد المجموعة التجريبية .

ويرى الباحثون ان للأسلوب التعليمي المتبع من قبل المعلم له تأثير في تعلم الطلاب للمهارات الاساسية بالملاكمة ، ويعزو الباحثون هذا التطور لأفراد المجموعة الضابطة التي اعتمدت الاسلوب التعليمي المعتمد من قبل المعلم الى التكرارات المناسبة التي رافقت الوحدات التعليمية ، فضلا عن اداء التمرينات المستمرة اخذين بنظر الاعتبار ملائمتها لقابليات وقدرات الطلاب وكذلك التدرج في مستوى الصعوبة للحركات والمهارات والذي تضمن الاداء من قبل الجميع وهذا يتفق مع ما اشار اليه (نجاح مهدي شلش واكم محمد، 2000) الى "ان الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعليم والاكنتساب، كما ان التدريب عامل اساسي في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في اداء متتابع سليم وزمن مناسب وهو يزيد من تعلم وتطوير المهارة واثقانها" .

فيعزو الباحث ان هذا التطور الحاصل لدى افراد المجموعة التجريبية يعود الى التمرينات المعدة من قبل الباحث وفق المدرسة الكوبية ، والذي تضمن تمرينات مركبة وعملية عرض الاداء المهاري للمهارات الاساسية بالملاكمة باستخدام وسائل للمساعدة في عملية التعليم والتي تمثلت (الصور ، والصور المتحركة ، والاشكال)، وكان هذا العرض شامل لكل المهارات الاساسية من تمارين الاحساس الى وقفة الاستعداد الى الاداء المهاري للكلمات وبعض التمرينات المركبة، حيث جاء هذا الاسلوب التعليمي المصمم وفقاً لبيئة التعلم لمعالجة النقص الحاصل لدى افراد عينة البحث والارتباط مباشرة مع الموقف التعليمي ، وبالأخص انهم غير ممارسي للعبة الملاكمة ، كان هذا العرض سببا في تسريع عملية التعليم وايصال المعلومة بأحسن وافضل الطرق وهذا ما أكده محمود داود الربيعي (2011) " ان الوسائل التعليمية يمكن استخدامها في تقبل الطلاب للمادة المطلوبة حيث كل ما يستخدمه المدرس من الادوات والوسائل التعليمية الحسية باستخدام اللفظ او بدونه في توصيل رسالة او تكوين صورة حول المادة المطلوبة الى الطلبة وتساعدهم في توصيل المعلومات الى اذهانهم بأسلوب منظم ومشوق يساعد على الفاعلية الجيدة وتقبل الطالب للمادة" . وزيادة على ذلك جانب عنصر الاثارة والتشويق والرغبة والاندفاع نحو الوسائل العرض المرئية والادوات المتنوعة طوال البرنامج التعليمي جعلت من الافراد المتعلمين اكثر قوة وحافزا نحو التعلم وهذا ما اشار اليه سعد لفته ان التعلم على الاجهزة والادوات والوسائل سيولد نجاحات اولية تحفز المتعلم على الالتزام بالتدريب ويؤدي الى الاندفاع نحو التمرين زيادة على ذلك ان المشاهدات المتكررة والتي من خلالها تكونت هذه الصور الذهنية ، يتم استدعائها عند تنفيذ الواجب الحركي والذي كان مخزوننا في الذاكرة الحركية.

3-3 عرض نتائج القياسات البعدية بين مجاميع البحث وتحليلها:

تحقيقاً لهدف الدراسة المتضمن التعرف على افضلية الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في المهارات الأساسية (لكمة جانبية ولكمة قلع) للطلاب . سعى الباحثون الى استخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري لبيانات افراد مجاميع البحث (التجريبية والضابطة) في القياس البعدي والجدول (6) يبين ذلك.

جدول (6)

يبين الأوساط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الإحصائية للاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لمتغيرات البحث

المتغيرات	المجموعة	س	ع	قيمة T المحسوبة	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
لكمة جانبية يسار	التجريبية	6.1000	0.73786	3.314	0.004	معنوي
	الضابطة	4.9000	0.87560			
لكمة جانبية يمين	التجريبية	6.2000	0.78881	3.674	0.002	معنوي
	الضابطة	5.0000	0.66667			
لكمة قلع يسار	التجريبية	5.9000	0.73786	4.044	0.001	معنوي
	الضابطة	4.6000	0.69921			
لكمة قلع يمين	التجريبية	5.7000	0.67495	4.230	0.001	معنوي

3-3-1 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات البعدية للمتغيرات المبحوثة ولمجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية):

يتضح من جدول (6) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في (اللكمة الجانبية ولكمة القلع) للطلاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء .

ويرى الباحثون تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي في تعلم بعض المهارات الأساسية بالملكمة الى تعرض المجموعة التجريبية للأسلوب التعليمي وفق المدرسة الكوبية حيث ساعد على تفاعل المتعلمين مع أداء التمرينات كل هذا ساعد المتعلمين على سرعة وإجادة التعلم نتيجة لوجود مناخ تعليمي جذاب ساعدة على زيادة التفاعل والتواصل لدى افراد عينة البحث التجريبية وان التمرينات المصممة من قبل الباحثون وفق اسلوب المدرسة الكوبية ساعدة ايضاً على اضافة مدخل جديد

للمعرفة والتعلم ، حيث تعتبر الوسائل المساعدة هي الفيصل في العصر الحديث ، وقد دخلت الاجهزة في جميع مجالات الحياة المختلفة وكذلك في مجال التعليم وكذلك استخدم الباحثون احدث طرق التطبيق العملي للمهارات والربط بينهم مما ادى الى تفاعل الطلاب مع الاسلوب التعليمي وكل ذلك زاد من استجابتهم للتعلم ورفع مستوى القدرات التوافقية ودقة أداء اللكمات وان تفاعل افراد المجموعة التجريبية بصورة اكثر مما زيادة رغبتهم واثار روح التشويق والمنافسة لديهم من خلال التنوع في عملية العرض للمهارة المقصودة ودقتها في التعلم.

كما يعزو الباحث تقدم افراد المجموعة التجريبية على افراد المجموعة الضابطة الى أن استخدام المنهج المعد من قبل التدريسي ساعد في تنمية الاداء المهاري للكلمات حيث يكون المتعلمين في أثناء التعلم على اداء المهارات كلاً حسب مستواه وبالتالي فان التعلم باستخدام الوسائل المساعدة يساعد على الاستكشاف والتجربة والانطلاق واطهار خلفية كل متعلم ومقدرتها ولهذا فان استخدام الوسائل يراعي الفروق الفردية ويظهر المواهب التي تحتاج الي رعاية وتوجيه وهذا ما تناشده الاتجاهات التربوية الحديثة من خلال الاهتمام بالفرد المتعلم ليصبح جزءاً اساسياً من العملية التعليمية من خلال التنفيذ والتقييم لنفسه عند ادائه للجزء الخاص المراد تعلمه والتغلب على مشاكل التعلم من حيث تأثير ذاتية المعلم علي المتعلم واستغلال الفروق الفردية بين المتعلمين وتحقيق مستوي افضل في حدود المتعلم بالمقارنة بالأسلوب المتبع (الشرح – النموذج)، بالإضافة الى التغذية الراجعة التي يحصل عليها المتعلمين من خلال الموقف التعليمي والذي يساعد على فهم المتعلمين للمهارات .

حيث يذكر (محمد سعد ز غلول) ان التغذية الراجعة توضح مواضع الخطأ فتصححه وتعده نحو الافضل مما يؤدي في النهاية الى الوصول بالمتعلم الى أقصى درجة إجادة في تعليم المهارات الحركية، كما يؤكدوا على ان استخدام تكنولوجيا التعليم بصفة عامة والتعليم باستخدام الموقع الالكتروني بصفة خاصة تساعد في عملية التعلم الحركي من خلال التغذية الراجعة .

وبهذا ما يحقق فروض البحث (للتمرينات المركبة وفق المدرسة الكوبية في تعلم اللكمة الجانبية والقلع للطلاب في الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية).

3- الاستنتاجات والتوصيات**1-3 الاستنتاجات**

استنتج الباحث ما يأتي:

أن المجموعتين قد حققت أهدافها في تعلم اللكمة الجانبية ولكمة القلع بالملاكمة وبنسب متباينة لدى عينة البحث.

أن استخدام أسلوب المدرسة الكوبية كان أفضل من الطريقة التي أتبعها المدرس في المجموعة الضابطة في تعلم اللكمة الجانبية ولكمة القلع بالملاكمة.

أن التمرينات المركبة وفق المدرسة الكوبية ساعد على تفعيل طاقات الدماغ وزيادة التناغم والتنظيم بين نصفي الدماغ على تطوير القدرات التوافقية لدى عينة البحث وزيادة الأثارة و التشويق لديهم.

2-3 التوصيات

يوصي الباحث بالتوصيات الآتية:

ضرورة الاستفادة من أسلوب المدرسة الكوبية في تعلم اللكمة الجانبية ولكمة القلع بالملاكمة كونه ينسجم مع طبيعة هذه المهارة.

إجراء بحوث على أسلوب المدرسة الكوبية على مهارات أخرى للعبة الملاكمة.

ضرورة استخدام مثيرات متنوعة ومشابهة لحالة النزال اثناء عملية التعلم.

ضرورة بناء قاعات ملاكمة تتوفر بها أجهزة ووسائل مساعدة متنوعة الهدف منها تقليل الجهد وزمن تعلم المهارات وتدريبها.

المصادر

- نجاح مهدي شلش واکرم محمد: التعلم الحركي، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 2000.
- صبحي احمد محمد : مقرر مقترح في تكنولوجيا التعلم للفئات الخاصة لطلاب شعبة تكنولوجيا التعلم لكليات التربية النوعية ، اطروحة دكتوراه ، جامعة الازهر ، 2006.
- محمود داوود الربيعي: التعلم والتعليم في التربية البدنية الرياضية ، ط1، دار الضياء للطباعة والنشر، النجف الاشرف، 2001.
- سعد لفتة : التقنيات التربوية ، محاضرات التاهيل التربوي المدرسي جامعة بغداد، مكتب الطباعة المركزية ، 1998.
- ناهدة عبد زيد : مختارات في التعلم الحركي ، ط1، دار المنهجية للنشر والتوزيع ، عمان ، 2016، ص70.
- محمد سعد ز غلول واخرون: تكنولوجيا التعليم وأساليبها في التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2001.
- Throp, Bunker, and mond, A change in focus for teaching of games, sport pedagogy, 1994, p.p. 163-169.

الملحق (1)

يوضح استمارة تقويم الأداء الفني للكلمة الجانبية وكلمة القلع

ت	أقسام المهارة	تجزئة المهارة	المحاولات										درجة أفضل محاولة		
			1		2		3		4		5		يسار	يمين	
			يسار	يمين	يسار	يمين	يسار	يمين	يسار	يمين					
1	القسم التحضيري د 2	وقفة الاستعداد الاسترخاء، الاتزان، انثناء في مفصل الركبة، النظر إلى الزميل، الاستعداد للكلم													
			القسم الرئيسي د 5	زاوية اللكم الصحيحة اللكم بمقدمة القفاز مصاحبة ثقل الكتف للكم											
					القسم الختامي د 3	النقل الحركي واستخدام الذراع للتغطية الصحيحة									
2	القسم التحضيري د 2	وقفة الاستعداد الاسترخاء، الاتزان، انثناء في مفصل الركبة، النظر إلى الزميل، الاستعداد للكلم													
			القسم الرئيسي د 5	زاوية اللكم الصحيحة اللكم بمقدمة القفاز مصاحبة ثقل الكتف للكم											
					القسم الختامي د 3	النقل الحركي واستخدام الذراع للتغطية الصحيحة									
3	القسم التحضيري د 2	وقفة الاستعداد الاسترخاء، الاتزان، انثناء في مفصل الركبة، النظر إلى الزميل، الاستعداد للكلم													
			القسم الرئيسي د 5	زاوية اللكم الدقيقة اللكم بمقدمة القفاز مصاحبة ثقل الكتف للكم											
					القسم الختامي د 3	النقل الحركي واستخدام الذراع للتغطية الصحيحة									
4	القسم التحضيري د 2	وقفة الاستعداد الاسترخاء، الاتزان، انثناء في مفصل الركبة، النظر إلى الزميل، الاستعداد للكلم													
			القسم الرئيسي د 5	زاوية اللكم الدقيقة اللكم بمقدمة القفاز مصاحبة ثقل الكتف للكم											

												النقل الحركي واستخدام الذراع للتغطية الصحيحة	القسم الختامي د 3	
												وقفة الاستعداد الاسترخاء، الاتزان، انثناء في مفصل الركبة، النظر إلى الزميل، الاستعداد للكم	القسم التحضيرى د 2	5
												زاوية اللكم الصحيحة اللكم بمقدمة القفاز	القسم الرئيسى د 5	
												مصاحبة ثقل الكتف للكم النقل الحركي واستخدام الذراع للتغطية الصحيحة	القسم الختامي د 3	
												وقفة الاستعداد الاسترخاء، الاتزان، انثناء في مفصل الركبة، النظر إلى الزميل، الاستعداد للكم	القسم التحضيرى د 2	6
												زاوية اللكم الدقيقة اللكم بمقدمة القفاز	القسم الرئيسى د 5	
												مصاحبة ثقل الكتف للكم النقل الحركي واستخدام الذراع للتغطية الصحيحة	القسم الختامي د 3	
												وقفة الاستعداد الاسترخاء، الاتزان، انثناء في مفصل الركبة، النظر إلى الزميل، الاستعداد للكم	القسم التحضيرى د 2	7
												زاوية اللكم الصحيحة اللكم بمقدمة القفاز	القسم الرئيسى د 5	
												مصاحبة ثقل الكتف للكم النقل الحركي واستخدام الذراع للتغطية الصحيحة	القسم الختامي د 3	
												وقفة الاستعداد الاسترخاء، الاتزان، انثناء في مفصل الركبة، النظر إلى الزميل، الاستعداد للكم	القسم التحضيرى د 2	8
												زاوية اللكم الصحيحة اللكم بمقدمة القفاز	القسم الرئيسى د 5	
												مصاحبة ثقل الكتف للكم النقل الحركي واستخدام الذراع للتغطية الصحيحة	القسم الختامي د 3	
												وقفة الاستعداد	القسم التحضيرى د 2	9

											الاسترخاء، الاتزان، انثناء في مفصل الركبة، النظر إلى الزميل، الاستعداد للكم		
											زاوية اللكم الصحيحة	القسم الرئيسي	
											اللكم بمقدمة القفاز	د 5	
											مصاحبة ثقل الكتف للكم	القسم الختامي	
											النقل الحركي واستخدام الذراع للتغطية الصحيحة	د 3	
											وقفة الاستعداد	القسم التحضيري	10
											الاسترخاء، الاتزان، انثناء في مفصل الركبة، النظر الى الزميل، الاستعداد للكم	د 2	
											زاوية اللكم الصحيحة	القسم الرئيسي	
											اللكم بمقدمة القفاز	د 5	
											مصاحبة ثقل الكتف للكم	القسم الختامي	
											النقل الحركي واستخدام الذراع للتغطية الصحيحة	د 3	

اسم المقوم :

التوقيع :

التاريخ :