**تأثيرالمناهج التعليمية على وفق انماط الأيقاع الحيوي اليومي في تعلم بعض المهارات الفنية الاساسية والتحصيل المعرفي وتطوير عددمن القدرات البدنية الخاصة لدى طلاب المرحلة الثامنة بالكرة الطائرة.**

الباحث المشرف

وليد عارب عبدالله ا. د. ازاد حسن قادر

**1-التعريف بالبحث**

**1-1 المقديمة واهمية البحث**

ان التعلم الحركى هو احد العلوم الذى اهتم به الباحثون فى المجال التربية الرياضية وذلك لاهميته فى التعلم المهارات الحركية وتعليمها،اذ يعد من اهم العلوم الرياضية الذى يقود التعلم الى تحقيق اداء افضل داخل عملية التعليمية فى الكثير من الالعاب الرياضية ولا سيما لعبة كرة الطائرة،وان تلك العملية التعليمية تساعد المتعلم فى الحصول على الاستجابات المناسبة والمواقف الملائمة والهتمام بترسيخ البناء الظاهرى للحركة.وذلك من خلال الاستعانة بعديد من المتطلبات الرئيسية التى تعمل على زيادة سرعة التعلم لانجاز مجمل العملية اقتصادا بالجهود وبالتالى وصولا الى الهدف المرسوم بكل دقة.

درس االأنسان جميع الظواهر وفي كافة المجالات من اجل تحقيق حياة افضل عن طريق التعرف على الطاقات العديدة التي وهبها الله لبني ادم ومن هذه الظواهر ايقاع الحيوي الذي يرتبط ارتباط اً وثيق اً بالظواهر الطبيعية , حيث لوحظ ان لكل

كائن حي إيقاع اً خاص اً به تسير عليه حياته وبشكل منتظم فهنا ايقاعات متغيرة كثيرة. الرئيسية منها اميقاع المتعدد السنوات واميقاع السنوي واميقاع الشهريوالأسبوعي واليومي. ويرتبط كل إيقاع بظاهرة طبيعية معينة , فمثلا اميقاع الحيوي ليومي يكون مرتبط اً بظاهرة دو ا رن الأرض حول نفسها وهو المسيطر على عمل الأجهزة الوظيفية والتي يظهر من خلالها فت ا رت إيقاعية للعمليات الفسيولوجية كعمل القلب والرئتين والجهاز العصبي والهرموني. ك وان اختلال الدورة اليومية لعيقاع الحيوي يؤدي إلى اضط ا رب النشاط الحيوي للجسم اذ يظهر ذل في انخفاض القدرة على العمل واضط ا رب النوم وزيادة الأظطرابات العصبية ) 1( ويظهر تأثير ايقاع الحيوي اليومي على القدرات البدنية اذ تختلف الكفاءة البدنية للأنسان على مدار اليوم الواحد وبهذا الخصوص يشير) يوسف عمر( " ان منحنى القدرة على العمل يزداد خلال ساعات الصباح ويبلغ اعلى مستوياته مابين الساعة التاسعة صباح الى الساعة الواحدة ظهراً , ثم يبدأ في الانخفاض مابين الساعة الثانية الى الساعة الرابعة عصرا, ثم يرتفع مرة اخرم من الساعة الرابعة الى الثامنة مساءً , ثم يبدأ بالانخفاض مرة اخرى ".) 2( ولما كان المحور الرئيس في العملية التعليمية والتدريبية هو الفرد فقد تركز الاهتمام بالفرد المتعلم كونه ينتمي الى فئة من الفئات التي لها خصوصيتها في المجتمع, اذ لم تعد مشكلة النمط مشكلة مدرسية بل هي مشكلة اجتماعية تهم المجتمع ككل .

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(1 يوسف دهب واخرون ؛ موسوعة الايقاع الحيوي , ج 1 :الاسكندرية ,منشاة المعارف , 1995 ,ص 28

(2 يوسف دهب واخرون ؛ مصدر سبق ذكره 1995 ,ص32

**1-2 مشكلة البحث**

نتيجة التقدم العلمي الذي طرأ على كافة مجالات التربية الرياضية ومنها التعلم الحركي والتدريب الرياضي اصبح من الضروري اتباع اساليب حديثة للوصول الى المحافل الدولية وتحقيق النتائج المرموقة ومن تلك الاساليب الحديثة دراسة الايقاع الحيوي اليومي للفرد بين العمل والراحة, فحالة الرياضي تختلف خلال اليوم تبعا لشكل وأسلوب الحياة التي يحيياها. ان تنظيم حياة الرياضي ومعرفة نمط ايقاعه الحيوي اليومي والذي يساعد على معرفة مدة نشاطه واستغلالها خلال التعلم وهذا ما يساعد المدرب,والمعلم من الاستفادة من هذه الظاهرة وتجنيدها بشكل ايجابي لتحقيق اعلى أنجاز, ومن خلال اطلاع الباحث على ظروف المتعلمين لاحظ ان عملية البتعلم تكون في وقت واحد لجميع الالعاب الفرقية والفردية دون معرفة انماطهم اليومية وهل ان هذه المدة هي مدة نشاط او خمول لدبهم ومما عزز مشكلة البحث قلة الدراسات التي تناولت انماط الايقاع الحيوي اليومي وربطها بالمهارات الأساسية والقدرات البدنية للمتعلمين وهذا مادفع الباحث الى دراسة هذه الظاهرة للمتعلمين المبتدئين بالكرة الطائرة للتوصل الى بعض الحقائق العلمية ووضعها في متناول يد المدربين,والمعلمين لاستثمار اوقات التعليم و التدريب بالشكل الامثل . لطبيعة الحال يجعلنا إقام بعدد من التساؤلات والتي تحتاج الى إجابات علمية دقيقة منها هل أستخدام انماط الأيقاع الحيوي اليومي تؤثر في تعلم بعض المهارات الاساسية الفنية بالكرةالطائرة وعدد من القدرات البدنية , وأي نمط من أنماط ( الصباحية , المسائية , المتباين) هي الأفضل في تعلم بعض المهارات الأساسية الفنية بالكرة الطائرة وتطوير بعض القدرات البدنية , لذا يسعى الباحث إلى الإجابة على تلك التساؤلات لأظهار أهمية انماط الأيقاع الحيوي اليومي ومعرفة تأثيره على تعلم المهارات الأساسية وتطوير عدد من القدرات البدنية والتحصيل المعرفي بالكرة الطائرة .

**1-3 أهداف البحث**

يهدف البحث إلى الكشف عما يأتي :

1- التعرف على انماط الأيقاع الحيوي اليومي لدى المتعلمين المبتدئين.

2- تاثير المناهج التعليمية على وفق انماط الأيقاع الحيوي اليومي ( الصباحية , المسائية , المتباين ) في تعلم بعض المهارات الفنية الاساسية والتحصيل المعرفي وتطوير عددمن القدرات البدنية الخاصة لدى طالبات المرحلة الثامنة بالكرة الطائرة

3- الفروق في الأختبارات البعدية بين المجاميع البحث الثلاثة في تعلم بعض المهارات الفنية الاساسية والتحصيل المعرفي وتطوير عددمن القدرات البدنية الخاصة لدى طالبات المرحلة الثامنة بالكرة الطائرة.

**1-4 فروض البحث**

1- توجود فروق ذات دلالة معنوية بين الأختبارات القبلية والبعدية في مجاميع البحث الثلاثة في تعلم بعض المهارات الفنية الاساسية والتحصيل المعرفي وتطوير عددمن القدرات البدنية الخاصة لدى طلاب المرحلة الثامنة بالكرة الطائرة

2- توجود فروق ذات دلالة معنوية في نتائج الاختبارات البعدية بين مجاميع البحث الثلاث في تعلم بعض المهارات الفنية الاساسية والتحصيل المعرفي وتطوير عددمن القدرات البدنية الخاصة لدى طلاب المرحلة الثامنة بالكرة الطائرة

**1-5 مجالات البحث**

1-5-1 المجال البشري :- الطلاب المبتدئين في مدرسة ( ).

1-5-2 المجال الزماني :- المدة من .............. ولغاية ................... .

1-5-3 المجال المكاني :- ملاعب مدرسة ( ) في اربيل.

**1-6 تعريف المصطلحات**

النمط الصباحي: يتميزون بسرعة وقوة التكيف مع الظروف الخارجية وهم دائما يكتشفون الأفكارالجيدة

محبون للعمل ويواج الحالات المرضية بسرعة وقوة وترتفع درجة حرارتهم بسرعة

النمط المسائي: ان افراد اصحاب هذا النمط اكثر بطء وهم الأضعف في الأستجابة للأستثارة، ويتميزون

بالهدوء بطبيعتهم،وفي حالة المرض ترتفع درجة حرارتهم تدريجيا وياخذ شفائهم وقتا طويل

النمط المتباين: هؤلاء الأفراد ليس لديهم نمط غيرمعين للأيقاع الحيوي وهم يتميزون بزيادة الموجات النشطة

على مدار اليوم دون التقيد بالأيقاع الصباحي والمسائي(1)

التحصيل المعرفي :- هي أكتساب المعلومات والمعارف عن أي حركة أو مهارة حركية وأداء تلك المهارة

الحركية.(2)

.(1) يعرب خيون ، التعلم الحركي بين المبداء والتطبيق , مكتب الصخرة للطباعة , بغداد , 2010 , ص53 .

(2) محمد جاسم الياسري , الأسس النظرية لأختبارات التربية الرياضية , ط1 , دار الضياء للطباعة , 2010 , ص169 .

**3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية**

**3-1 منهج البحث**

أستخدم الباحث المنهج التجريبي , وذلك بتصميم ثلاث مجاميع تجريبية متكافئة على وفق انماط الأيقاع الحيوي اليومي ( الصباحية , المسائية , المتباين ) ذات الأختبارات القبلية والبعدية .

**3-2 مجتمع البحث وعينته**

تم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية طلاب المرحلة الثامنة والبالغ عددهم ( ) لاعباً , أما عينة البحث فقد تكونت من ( ) طالبا قسموا بالطريقة العشوائية على ثلاث مجموعات تجريبية متساوية في العدد وبواقع ( )طالبا لكل مجموعة و بنسبة ( ) بعد أستبعاد عدد من الطلاب و ذلك لعدم تجانسهم مع بقية افراد عينة البحث .

1- طلاب المصابون وعددهم ( ).

2- طلاب الممارسون وعددهم ( ).

3- طلاب التجربة الأستطلاعية وعددهم ( ).

**3-3 التصميم التجريبي لمجاميع البحث**

استخدم الباحث التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم التصميم المجموعات التجريبية المتكافئة ذات الأختبارات القبلية والبعدية . والشكل (1) يوضح ذلك.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **المجاميع** | **الاختبار القبلي** | **المتغيرات** | **الأختبار البعدي** |
| **التجريبية الأولى** | **أختبار الأداء الفني لبعض المهارات الفنية الأساسية بالكرة الطائرة وعدد من القدرات البدنية والتحصيل المعرفي** | **منهج تعليمي وفق نمط الأيقاع الحيوي اليومي الصباحي** | **أختبارالأداء الفني لبعض المهارات الفنية الأساسية بالكرة الطائرة وعدد من القدرات البدنية والتحصيل المعرفي** |
| **التجريبية الثانية** | **منهج تعليمي وفق نمط الأيقاع الحيوي اليومي المسائي** |
| **التجريبية الثالثة** | **منهج تعليمي وفق نمط الأيقاع الحيوي اليومي المتباين** |

**3-4 وسائل جمع المعلومات**

3-4-1 المقابلات الشخصية

3-4-2 الأستبيان

1- أستمارة أستبيان الخاصة بتحديد المهارات الأساسية وأنواعها بالكرة الطائرة.

2- أستبيان لتحديد بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية وأختبارتها الملائمة والمئثرة في الأداء المهاري بالكرة الطائرة.

3- أستمارة الأستبيان الخاصة بتقويم فن الاداء المهاري للمهارات قيد البحث.

4- أستبيان لتحديد مدى صلاحية المناهج التعليمية على وفق اتماط الأيقاع الحيوي اليومي .

5- استبيان لبيان صلاحية اختبار التحصيل المعرفي.

6- استبيان لبيان مدى صلاحية مقياس اوستبرج لأستخراج نمط الأيقاع الحيوي اليومي (الصباحي ، المسائي ، المتباين )

**3-4-3 القياسات والأختبارات**

1- قياس الطول والكتلة مع حساب العمر الزمني.

2- أختبارات بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في تعلم بعض المهارات الفنية الأساسية بالكرة الطائرة.

3- أختبارات تقويم فن أداء الظاهري للمهارات الفنية الأساسية بالكرة الطائرة.

4- مقياس التحصيل المعرفي .

5- مقياس اوستبرج لأستخراج نمط الأيقاع الحيوي اليومي (الصباحي ، المسائي ، المتباين )

**التجانس والتكافؤ لمجموعات البحث**

**3-5-1 تجانس مجموعات البحث**

لظبط المتغيرات الأتية

الطول , العمر , الكتلة

**3-5-2 تكافؤ مجموعات البحث**

**3-5-2-1** التكافؤ مجموعات البحث في بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في تعلم بعض المهارات الفنية الأساسية بالكرة الطائرة.

**3-5-2-2** التكافؤ في بعض المهارات الفنية الأساسية بالكرة الطائرة من حيث البناء الظاهري للحركة.

* 1. **التجارب الأستطلاعية**

**3-6-1**التجربة الأستطلاعية لأختبارات البدنية والحركية المحددة.

**3-6-2**التجربة الأستطلاعية لعملية تصوير الأداء المهاري الفني.

**3-6-3**التجربة الاستطلاعية للمناهج التعليمية.

3-6-4 التجربة الأستطلاعية لقياس التحصيل المعرفي

**3-7 الأختبارات القبلية والتجربة الرئيسية والأختبارات البعدية.**

**3-8 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث**

1- تلفزيون نوع ( ).

2- جهاز حاسوب (لابتوب) نوع ( ).

3- ألة تصوير فيديوية نوع ( ).

4- أقراص مدمجة ( ).

5- حاسبة الكترونية يدوية عدد (2).

6- ميزان طبي عدد (2).

7- كراة طائرة عدد (36) نوع (ميكاسا).

8- ساعة توقيت عدد (2).

9- شريط قياس بطول (20م).

10- كرات طبية وززنة (3)كغم عدد (2).

11- صافرة.

12- أدوات مكتبية.

13- جهاز عرض الفيديو (داتاشو).

14- الملابس الرياضية المرقمة عدد (36) .(فانيلة +شورت).

**3-9 المناهج التعليمية**

من خلال الأطلاع الباحث على المصادر العلمية والدراسات السابقة في مجال التعلم الحركي عامة ولعبة كرة الطائرة بصورة خاصة . فضلاً عن خبرة الباحث في مجال الكرة الطائرة وبالرجوع الى أراء المختصين في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس ولعبة كرة الطائرة , ثم وضع المناهج التعليمية لبعض المهارات الاساسية على وفق انماط الأيقاع الحيوي اليومي . وقد يستغرق تنفيذ المناهج التعليمية ( ) أسبوعاً وبواقع (2) وحدتين تعليميتين لكل مجموعة التجريبية في الأسبوع وعلى النحو التالي:

1- ( ) وحدة تعليمية للمجموعة التجريبية الأولى وفق نمط الأيقاع الحيوي اليومي الصباحي.

2- ( ) وحدة تعليمية للمجموعة التجريبية الثانية وفق نمط الأيقاع الحيوي اليومي المسائي.

3- ( ) وحدة تعليمية للمجموعة التجريبية الثالثة وفق نمط الأيقاع الحيوي اليومي المتباين.

ويستغرق الوحدة التعليمية الواحدة (40) دقيقة ثم يتم عرض المناهج التعليمية على عدد من السادة الخبراء والمختصين في مجال (التعلم الحركي و طرائق التدريس وكرة الطائرة) ويتم المقابلات الشخصية مع العديد منهم للأجراء التعديلات التي يشيرون بها.