

## الفصل الثالث

—

## الدراسات المرتبطة

١ - الدراسات الأجنبية

٢ - الدراسات العربية

٣ - مناقشة وتعليق

### الفصل الثالث

#### الدراسات المرتبطة

##### ١- الدراسات الاجنبية :

١ - دراسة افرمان Eferman بعنوان " أثر تنظيم درس الجمباز دون التغيير فى محتوياته لزيادة فاعليته " .

- وتهدف الدراسة الى زيادة فاعلية درس الجمباز دون التغيير فى محتويات المنهاج الموضوع .  
وقد أجرى البحث على عينة قوامها ١٨٥ طالبا من طلبة معاهد التربية الرياضية بالاتحاد السوفيتى وبدأ تجاربه التى استغرقت عامين .

- وقد توصل الباحث الى :

\* ان أفضل وسيلة لتحقيق ذلك هى استخدام ما أسماه بالواجبات الاضافية يقوم بأدائها الطالب فى وقت الراحة بين كل أداء وآخر وتصبح الراحة ايجابية ومن ثم تضاف الى الفاعلية الحركية للدرس .

\* ان النسبة الفعلية بين العمل والراحة فى درس الجمباز ١ : ٣ أى فاعلية الدرس الحركية لاتتعدى ٢٥٪ من مجموع زمن الدرس .

- وأوصى الباحث العمل على تجنب الانتظار الخامل وكذلك استخدام الاجهزة بطريقة أفضل ( ٣٠ : ٢٦ ) .

٢ - دراسة تيس Thiess بعنوان " دراسة تحليلية عن أسباب عدم فاعلية درس التمرينات " .

- وتهدف الدراسة الى التعرف على أسباب عدم فاعلية درس التمرينات فى بعض المدارس .  
- وقد توصل الباحث الى :

\* طرق التعليم غير مناسبة .

\* عدد المدرسين قليلا جسدا .

- واقترح لزيادة فاعلية درس التمرينات :

\* استخدام نظام المجموعات .

\* استخدام الواجبات الاضافية .

\* استخدام نظام المحطات والتدريب الدائرى . ( ٤٨ : ١٣٢ ) .

٢ - دراسة تيس Thuess كوشتا Kichta بعنوان " دراسة تحليلية عن

فاعلية درس التمرينات " .

- وتهدف الدراسة الى التعرف على أسباب زيادة فاعلية درس التمرينات .

- وقد توصل الباحثان الى :-

\* أن يعمل الفصل ككجموعة واحدة . ( ٤٨ : ١٣٠ )

وامتدادا لعهما قام اومريت Umbreit بدراسة بعنوان " تحليل الوقت لدرس

الجمباز " .

- وتهدف الدراسة الى تحليل وقت درس التمرينات للمف الرابع .

- وقد توصل الباحث الى أن :

\* فاعلية الجزء الرئيسي ٤٤.٤٢

\* فاعلية الدرس ككل ٨٧.٩٨

\* زمن العمل العقلي والفكري قليل جدا بينما وقت اراحة طويل جدا .

- ويوصى الباحث بضرورة اجراء أبحاث لقياس فاعلية الدرس حتى يمكن الوصول للتقييم المناسب .

( ٤٩ : ٦٠٩ )

٤ - دراسة فيجاند "Legend" بعنوان " فاعلية درس الجمباز " .

- وتهدف الدراسة الى زيادة فاعلية درس الجمباز .

- وقد توصل الباحث الى :

\* تقسيم الفصل الى مجموعات تتكون كل منها من ٦ - ٨ تلاميذ فمثلا : ثلاث مجموعات على

الاجهزة المختلفة والتمرين الاساسي لكل مجموعة مختلف وجهاز اضافي لكل مجموعة في نفس

الوقت وكذلك واجبات اضافية مختلفة وكان الاهتمام بالواجبات الاضافية واضحا جدا .

- ويوصى الباحث بأن يعمل الفصل كجموعة واحدة وكذلك العمل بنظام المحطات واستخدام الواجبات

الاضافية . وقد أعطى نموذحا للعمل بالواجبات الاضافية . ( ٥١ : ٢٣ )

٥ - دراسة كانلين Canelin ، برجمان Bergman بعنوان " فاعلية درس الجمباز

- وتهدف الدراسة الى زيادة فاعلية درس الجمباز على ستة مدارس .
- وقد توصل الباحثان الى :
  - \* وجد أن زمن الحركة في الجزء الرئيسي بالنسبة للزمن هو ٤١ر٢ % .
  - \* زمن الحركة في اثناس كله بالنسبة لطول فترة الدرس كانت ٥٦ر٢ % .
- ويوصى الباحثان لزيادة فعلية الدرس :
  - \* أن تصل الحركة من ٦٥ - ٧٠ % من الزمن الكلي للدرس .
  - \* استخدام الواجبات الانعافية في الجزء الرئيسي وذلك يوحى من الراحة الايجابية .
  - \* أن يعمل جميع التلاميذ في وقت واحد .
  - \* اعداد الاجهزة والادوات قبل بداية الدرس ( ٣٠ : ٢٧ ) .

٦ - دراسة بلاوشفلي Baluaschivile عنوان " أثر تنمية التحمس

- بحمل متوسط على ناشئين في الجمباز .
- وتهدف الدراسة الى التعرف على أثر تنمية التحمل بحمل متوسط على الناشئين المبتدئين فسسى الجمباز في الاتحاد السوفيتي .
- استغرق البحث ستة شهور وكانت عينة البحث خمسون ناشئا قسمهم على مجموعتين متكافئتين من حيث العوامل التي تؤثر على تعلم الجمباز مجموعة تحريرية من ٢٥ ناشئا ومجموعة ضابطة من ٢٥ ناشئا أيضا .
- واستخدم الباحث نفس أسلوب التدريب للمجموعتين ولكن أدخل على المجموعة التجريبية الواجبات الاضافية المكونة لوثب والحجل والجري بأنواعها المتعددة يوحى من فكرة الراحة الايجابية .
- وقياس الوقت الفعلي التي يتحركه الناشئين في الفترة التدريبية في المجموعتين .
- وقد توصل الباحث الى :
  - \* أن الناشئ في المجموعة التجريبية يتحرك مرتين ونصف قدر مقدار تحرك الناشئ في المجموعة الضابطة .
  - \* أن مستوى المجموعة التجريبية تحسن عن مستوى المجموعة الضابطة وكان الفرق معنويا ( ٣٠ : ٢٦ ) .

- ٧ - دراسة تبلاى Teply بعنوان " كمية الحركة فى درس الجباز " .
- وتهدف الدراسة الى قياس كمية الحركة فى درس الجباز .
  - وقد توصل الباحث الى أن :
- وقت الاداء فى درس الجباز قصير جدا وعزى انخفاض فاعلية الدرس الى الاسباب التالية :
- \* المجموعات الكبيرة من التلاميذ فى الفصل الواحد .
  - \* قلة الامكانات .
  - \* قصور فى اعداد الدرس .
- ويوصى الباحث لزيادة فاعلية درس الجباز أنه يجب استخدام الواجبات الاضافية التى يخلق عليها
- " التمرينات التكميلية " لانها تختار تسعا لمبدأ الراحة الايجابية . ( ٣٠ : ٤٨ ) .

## ٢- الدراسات العربية :

- ١ - دراسة عزيزة محمود سالم بعنوان " أثر تنظيم الجباز فى معاهد التربية الرياضية فى زيادة فاعلية الدرس لطالبات المعاهد العالية للتربية الرياضية للمعلمات " .
- تهدف الدراسة الى التعرف على أثر استغلال فترات الراحة البينية بين كل مرة تدريب على الجهاز فى درس الجباز بالمجهود البدنى فى تحسين مستوى الاداء على جهاز العارضة المختص بالارتفاع وسرعة استعادة الشفاء بعد المجهود البدنى .
- وقد توصلت الباحثة الى :
- أن الطريقة المقترحة كان لها تأثيرها على تحسين مستوى الطالبات سواء بالنسبة لمستوى المهارة أو بالنسبة لسرعة استعادة الشفاء وبمؤونة فعالة وعلى ذلك فاستخدام العمل الاضافى فى درس الجباز سوف يجعل الدرس أكثر فاعلية وأسهل فى استعادة الطالبة من كل دقيقة فى الدرس الى الحد الاقصى واستغل بذلك وقت الراحة على أساس علمى ( ٨ ) .
- ٢ - دراسة عصام عبد الخالق بعنوان " فاعلية درس المنازلات فى معاهد التربية الرياضية " .
- تهدف الى زيادة فاعلية درس المنازلات .
  - وقد توصل الباحث الى :
- \* زيادة التركيز عند الاستمرار فى تعليم أنشطة متجانسة عنه كما فى حالة نشاطين مختلفين .

- × أن أفضل الطرق الحديثة لتعليم الربط بين التكتيك للوصول باللاعب الى مرحلة الانتقال والتثبيت وتطبيقها في صورة اللعب وهذا لا يتوفر اذا ما أخذنا نشاطين .
- × لتعليم نشاطين مختلفين غالباً يحتاج الامر الى اعداد امكانيات وأدوات لعملية التعليم كما يحتاج الى التغيير والتبديل في الانوات وهذا يضيع الوقت وتشتت تركيز وتفكير المدرس .
- × الاحماء وخاصة الاحماء الخاص يخدم نشاط واحد فاذا ما استخدمنا نشاطين مختلفين فمن الصعب وضع الاحماء الخاص لهذين النشاطين في وقت واحد .
- × عند بداية تعليم مهارة جديدة لابد من ربطها بالمهارات القديمة في صورة مراجعات سريعة فاذا ما كان التعليم نشاطين مختلفين مستحتمل المراجعات زمناً أطول ويفضل أن يكون المراجعة واحدة وتخدم نشاط واحد وتربط بين أجزاء الوحدة . ( ٣٢ : ٢٨ )

- ٣ - دراسة ماجدة محمد اسماعيل بعنوان " فاعلية درس الجبرار بمعاهد التربية الرياضية العاليسة للمعلمات " .
- وتهدف الدراسة الى التعرف على فاعلية درس الجبرار بمعاهد التربية الرياضية للمعلمات بصورتها الحالية وأيضاً التعرف على فاعلية الجزء الرئيسي لدرس الجبرار بمعاهد التربية الرياضية للمعلمات باضافة احدى الوسائل المقترحة لريادة فاعليته وهي الواجبات الاضافية .
- وقد توصلت الباحثة الى :
- × زيادة فاعلية درس الجبرار باستخدام الواجبات الاضافية .
  - × زيادة فاعلية الجزء الرئيسي من درس الجبرار باستخدام الواجبات الاضافية (١٥) .

- ٤ - دراسة ناهد مسكر بعنوان " تأثير عدد الوحدات الدراسية على فاعلية الجزء الرئيسي من درس التربية الرياضية بالمرحلة الاعدادية للبنات " .
- وتهدف الدراسة الى المقارنة بين طريقتين لتنفيذ درس التربية الرياضية وذلك بغرض معرفة أي الطريقتين أكثر فاعلية حيث يقاس فاعلية الطريقة بمقدار ما توفر من حركة يمكن قياسها عن طريق الزمن .

- وقد توصلت الباحثة الى :

- x في حالة وجود نشاطين في الجزء الرئيسي فإن طول هذا الجزء يتعدى المدة المحددة له في البرامج التنفيذية وبذلك يطغى على أجزاء الدرس الاخرى .
- x فاعلية الجزء الرئيسي من درس التربية الرياضية تكون أعلى في حالة تدريس نشاط واحد .
- x الزمن غير المستغل في الجزء الرئيسي نسبته عالية في حالة تدريس نشاط واحد ونشاطين لو أنه أعلى في حالة النشاطين .

- وتوصى الباحثة بضرورة علاج فترة الزمن الخامل من درس التربية الرياضية . وتوفير الادوات والاجهزة

وكذلك استخدام أسلوب أو أكثر من الأساليب التالية لزيادة فاعلية الدرس :

- x استخدام الواجبات الاضافية التي تقوم بها التلميذة في فترة انتظارها آخر حركة قامت بها فسي
- أى تمرين والحركة التالية التي سوف تقوم بها .
- x تقسيم الفصل الى مجموعات صغيرة .
- x استخدام نظام المحطات ، التدريس الدائري ( ) . (٢٢٢)

### ٢- مناقشة وتعقيب :

بعد أن عرضت الباحثة الدراسات المرتبطة بالبحث رأَت الباحثة أن تتعرض لهذه الدراسات بالمناقشة

والتعقيب لنوضح مدى الاستفادة التي أتحدت عليها هذه الدراسة من تلك الدراسات .

تناولت معظم الدراسات المرتبطة السابقة استغلال الواجبات الاضافية على المستوى المهارى بالنسبة

للاعب في رياضات مختلفة .

أما بعض الدراسات الاخرى فقد تناولت أثر استغلال فترات الراحة على الزمن الفعال للمدرس ككل

وأيضا على الزمن الفعال للجزء الرئيسي .

كما لم تتعرض أى دراسة من الدراسات السابقة الى أثر استغلال فترات الراحة على

الكفاءة البدنية .

وقد رأَت الباحثة أن جميع الدراسات السابقة المرتبطة والتي اتبعت المنهج التجريبي ناقشت أثر استغلال الراحة على درس الجِماز مثل دراسة افرمان ، فيجاند ، كافلين ، برجمان كذلك دراسة تبلاي ، أما بالنسبة للدراسات العربية فقد اختارت عزيزة سالم جهاز العارضتين المختلفتين الارتفاع .

وقد اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في استخدامها لجهاز عارضة التوازن وأثر استغلال الراحة البينية بين كل مرة أداء على الجهاز .

وفي حدود ما حاولت الباحثة استقصاؤه من دراسات مرتبطة فقد انحصرت ما توصلت اليه فيما سبق من عرض للمشكلات التي تناولتها هذه الدراسات . وقد جاءت الدراسة الحالية لمعرفة أثر استغلال الراحة البينية وتأثيرها على الكفاءة البدنية والمستوى المهاري على جهاز عارضة التوازن .

وفي ضوء تلك الدراسات المتشابهة ونتائجها يمكن الإشارة الى أن الباحثة قد استفادت من الدراسات المرتبطة فيما يلي :

- ١ - استخدام المنهج التجريبي هو الأسلوب الأمثل لتحقيق الهدف من تلك الدراسة .
- ٢ - استخدام ثلاث مجموعات اثنين تجريبيين وواحدة ضابطة وهو المنهج المناسب للتحقق من فرضية هذه الدراسة .
- ٣ - وضع برنامجين مقترحين ومعرفة تأثيرهما على الكفاءة البدنية والمستوى المهاري للطالبات على جهاز عارضة التوازن .
- ٤ - تحديد أنسب المعالجات الاحتمالية في ضوء ماسبق واستخدمته الدراسات السابقة لوضع حلول للافتراضات الموضوعية للمشكلة وفي ضوء ماتم جمعه من بيانات للبحث كذلك وضع تصور للاحوات والاجهزة المساعدة المستخدمة في جمع البيانات .