



The impact of using an educational package on learning the skills of backward rolling and handstand in artistic gymnastics for students

Assist. Prof. Dr. Liqaa Abdulmuttaleb Khaleel¹ Sara Muhammad Saeed² Ghuftron Elias Bakr³

Department of Physical Education and Sports Science, Soran University, Erbil, Kurdistan region, Iraq
College of Physical Education and Sports Science, University of Sulaimani, Sulaimani, Kurdistan region, Iraq

Article info.

Article history:

-Available online: 31/12/2025

Keywords:

- Modern Administrative Methods
- School Sports

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The research problem focused on the fact that one of the important requirements in the educational process is to focus on learners and ensure their active participation in the learning process by developing creative minds capable of problem-solving and fostering greater independence in decision-making. This is all achieved through the application of modern teaching strategies, as those responsible for the educational process constantly strive to develop teaching methods and increase positive interaction between teachers and learners.

Sports Culture s ports Culture Sports Culture Sports Culture

¹Corresponding author: alhkymlal0@gmail.com College of Education and Sports Science – Samarra University – Iraq

² Corresponding author: haider.abd@uosamarra.edu.iq College of Education and Sports Science – Samarra University – Iraq

³

تأثير استخدام الرزمة التعليمية في تعلم مهارتي الدرجة الخلفية المكورة والوقوف على اليدين بالجمناستك الفني للطلاب

تاريخ البحث
متوفر على الانترنت

2025/12/31

أ.م.د. لقاء عبد المطلب خليل

سارة محمد سعيد

غفران الياس بكر

كلية التربية قسم التربية البدنية والعلوم الرياضية و جامعة سوران، سوران ، العراق
كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية و جامعة سليمانية ، سليمانية، العراق.

الكلمات المفتاحية

الدرجة

الجمناستك

التعليم

رزمة

الخلاصة:

تركزت مشكلة البحث: أن إحدى المطالب المهمة في العملية التعليمية هو الاهتمام بالمتعلمين وأن يكون لهم دوراً فعالاً في عملية التعلم من خلال تنمية العقول المبدعة القادرة على حل المشكلات وجعلها ذات استقلالية أكثر في اتخاذ القرار، وهذا يأتي كله من خلال تطبيق استراتيجيات حديثة في التعليم، إذ أن القائمين على عملية التعليم يسعون بشكل دائم لتطوير طرائق التدريس والعمل على زيادة التفاعل الإيجابي بين المعلم والمتعلم.

1 - التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة واهمية البحث:

ان فكرة التدريس الجيد تمثل مساحة كبيرة وواسعة في مجال التربية والتعليم ويهتم بها العاملون اهتماما كبيرا محاولين دائما ارساء قواعد مقبولة لتطوير المهارات التدريسية ولا سيما في تدريس الأنشطة الحركية ان تكون قدرات الطلبة متباعدة لذلك تؤكد الاتجاهات التربوية المعاصرة على اهمية التعلم الفردي الذي ينقل محور اهتمام العملية التعليمية مباشرة من المادة الدراسية الى الطالب نفسه ويسلط عليه الاضواء ليكشف عن ميوله واستعداداته وقدراته ومهاراته الذاتية يهدف التخطيط لتنميتها والوصول الى اقصى طاقاته وامكاناته الخاصة به هناك طرائق واساليب كثيرة للتعليم ولكل اسلوب خصائصه ومميزاته اذ ان هناك تمارين تعليمية تطبيقية لتنظيم الاسلوب التعليمي المناسب لذا تنتج بعض الدراسات والبحوث الى مشاركة الطالب في التعليم ويعتمد هذا الأسلوب على تحمل الطالب مسؤولية تعليم نفسه بنفسه مع توجيه وإرشاد من قبل المدرس.

ان الرزمة التعليمية هي مناهج تعليمي متكامل ذو عناصر متعددة ومتنوعة من الخبرات تساق على شكل خطوات متدرجة بالصعوبة لتساعد المتعلم في عملية اكتساب المعلومات والمهارات وتحقيق الأهداف المرجوة من الرزمة وتتضمن كافة المواد التعليمية اللازمة لتحقيق اهدافها كما تضم ارشادات وتوجيهات تيسر عملية توظيفها في التعلم الحركي كما يرى البعض ان الرزمة التعليمية هي برنامج تعليمي متكامل مصمم بطريقة منهجية منظمة تساعد المتعلم على التعلم الفعال والرزم التعليمية هي مجموعة من التمارين المهارية تبني من قبل المدرس ليتضح للمتعلم تفاصيل التمارين بشكل دقيق وبدون عناء كبير.

إذ تعد رياضة الجمناستك نوع من أنواع الرياضات الفنية الجميلة في أدائها والتي تتطلب إمكانات بدنية ومهارية ونفسية جيدة وهي من الأنشطة المقررة ضمن منهاج التربية البدنية وعلوم الرياضة، لذا نجد أغلب التدريسيين يستخدمون في تعليمها حسب الأساليب والوسائل البسيطة المتاحة في الكلية ونظرا لزيادة اعداد الطلاب أو المتعلمين في الفصل الواحد مما يؤدي الى صعوبة متابعة أو رؤية الانموذج المقدم من قبل تدريسي المادة وظهور تباين في الفروق الفردية ومستويات الطلاب أو المتعلمين، وبالرغم من أن لهذه الطريقة من مزايا الا انها لا تساعد على التعلم والتعليم بالدرجة الكافية وتمكنه من ابراز شخصية المتعلمين، لذا من الضروري للمتعلّم ان يتعلّم الجوانب العلمية والعملية (التطبيقية) لمادة الجمناستك الفني عن طريق احدى الطرق والنماذج التعليمية التي تحاكي ميول واتجاهات المتعلمين.

وان أهمية البحث تكمن في تحقيق المهام الجديدة للتربية الرياضية والذي يتطلب الابتعاد عن الطرائق التدريسية التقليدية واستخدام بدائل تعليمية جديدة تعتمد على التعلم الذاتي لمواكبة التطورات الجديدة والمستقبلية كذلك تطوير المناهج واساليب تدريسيها وذلك لزياده معارف المدرسين وتوسيع مداركهم نحو الجديد في مجال تدريس التربية الرياضية ولغرض استخدام الأسلوب الحديث في عملية التعلم والاستفادة من التقنية الحديثة المتوفرة والتي ساهمت في تكم العلم والمعرفة وتركز الأهمية على استخدام اسلوب تعليمي جديد واخضاعه للتجريب واختبار مدى كفاءته في تحقيق التعلم من يعود بالفائدة على السمارة التعليمية من حيث ايصال المعلومات المطلوبة عن المهارة بشكل افضل مما يترتب عليه اكتساب تعلم الفضل.

1-2 مشكلة البحث

في عملية التعلم لم يعد الطالب يمثل دور المتلقي واتباع الأوامر فقط، لأن هذا الأمر يؤدي إلى شعوره بالروتين والملل وضعف دافعه نحو التعلم مما يؤدي إلى بذل المزيد من الجهد وضياح الوقت الكثير من الدرس في محاولة التعليم وتصحيح الأخطاء التي يقع بها الطلبة، وهذا ما يؤدي إلى عدم مشاركة الطلبة بتحمل مسؤولية التعليم، الأمر الذي يؤثر في عملية تنمية وتطوير مستوى الطلبة هو جعلهم مشاركين ولهم الدور الفعال في هذه العملية إذ إن معظم الأساليب المتبعة حسب نظر الباحثين تكون ذات مستوى معين لكنها لا تأخذ بنظر الإعتبار مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب لذا فان من اهم المشكلات التي دفعت الباحثة للخوض في هذا الموضوع واختبارها ميدانيا في التعرف اثر استخدام الرزمة التعليمية في تعلم مهارتي الدرجة الخلفية المكورة والوقوف على اليدين بالجمناستك الفني للطلاب.

1-3 أهداف البحث

1. تصميم رزمة تعليمية في تعلم مهارتي الدرجة الخلفية المكورة والوقوف على اليدين

بالجمناستك الفني للطلاب.

2. التعرف على مدى تأثير التعرف على تأثير الرزمة التعليمية في تعلم مهارتي الدرجة الخلفية المكورة والوقوف على اليدين بالجمناستك الفني للطلاب.

1-4 فرض البحث

1. هناك تأثير ايجابي الرزمة التعليمية في تعلم مهارتي الدرجة الخلفية المكورة والوقوف على اليدين بالجمناستك الفني للطلاب.

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: طلاب كلية التربية الرياضية المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الموصل للعام الدراسي ٢٠٢٤/٢٠٢٥

1-5-2 المجال الزمني: المدة من 2024/10/1 ولغاية 2024/12/1.

1-5-3 المجال المكاني: القاعة الداخلية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل.

1- تحديد المصطلحات

الرزمة التعليمية: هي منهاج تعليمي متكامل ذو عناصر متعددة ومتنوعة من الخبرات تساق على شكل خطوات متدرجه بالصعوبة لتساعد المتعلم في عملية اكتساب المعلومات والمهارات وتحقيق الاهداف المرجوة من الرزمة فهي بمثابة خطة توضح للطلاب ما سوف يتعلمه وتقترح له الوسائل والطرائق الكفيلة باتجاه المتعلم من خلال مجموعه من النشاطات والمصادر التعليمية⁽¹⁾.

1-2 الدراسات النظرية

1-1-2 التعلم والرزمة التعليمية:

التعلم فهو عملية لا يمكن ملاحظتها بل هي تغييرات داخلية يمكن الاستدلال عليها من التحسن في الاداء الناتج عن التكرار والممارسة.

(¹) ربحي مصطفى عليان ومحمد عبد الدبس، وسائل الاتصالات وتكنولوجيا التعليم، ط1، عمان، دار الصفاء للنشر والتوزيع.

اما بالنسبة للتعليم وهو فن مساعدة الآخرين على التعلم بمعنى انها العملية التي تتبها وتلهم وتنشيط المتعلم على اكتساب نوع جديد من الخبرة والسلوك وهو كذلك عبارة عن النشاط الذي يقوم به مدرس التربية الرياضية في اعداد الملاعب والادوات وشرح المهارة وعمل نموذج لها امام المتعلمين⁽¹⁾.

2-1-2 مفهوم الرزمة التعليمية⁽²⁾.

نظام في التعلم الذاتي ينظم المادة التعليمية في وسائل متعددة تقود المتعلم الى تحقيق اهداف التدريس بأعلى فاعلية وقد تستعمل مواد مطبوعة أو كتيبات مبرمجة وشرائح واشربة وشفافيات وتسجيلات ومجسمات ولوحات تعريفية (صور للأداء المهارى المثالي لمهارتي استقبال الارسال والدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة) وغيرها تتكامل مع بعضها.

1-2-1 أهمية الرزم التعليمية

1. استعمال الأسلوب المنهجي والأخذ بمدخل النظم من الاهداف واختيار المادة التعليمية واعداد خطة العمل ورسم المسارات وغيرها وتشمل هذه النظم تحديد المدخلات والعمليات والاجراءات ومن ثم المخرجات.

2. تحقيق مبدأ التعلم الهادف: أن منهج النظم يؤكد على اهمية تحديد الأهداف وصياغتها بشكل اهداف سلوكية الذي يحقق برمجة التعلم الذي ينتقل المعلم فيه من تحقيق هدف إلى آخر وهذا يعني أن وضوح الهدف في ذهن المتعلم يجعله على علم بما هو مطلوب منه يؤدي الى تحقيق التعلم بالمستوى المطلوب.

3. تنوع الخبرات: كالخبرات الحسية والممارسة العلمية ويهدف تنوع الخبرات الى اشراك أكثر من حاسة واحدة مما يؤدي الى زيادة التفاعل بين المتعلم ومجال الخبرة.

4. الايجابية والنشاط في التعلم: وهذا يعني التفاعل الايجابي مع المعرفة والمعطيات المتاحة في مجال التعلم، ويسير هذا الأسلوب مبدأ التعلم عن طريق العمل

5. تنوع انماط التعلم يمكن تنوع أنماط التعلم بالحالات الآتية وهي التعليم المجاميع كبيرة التعليم المجاميع متوسطة والتعليم للفرد.

2-1-3 الرزم التعليمية في تعلم مهارات الجمناستك:

(¹) محمود داود سليمان الربيعي، طرائق وأساليب التدريس والتدريس المعاصر، جامعة عمان، مطبعة جدار للكتاب العالمي، ط1، ٢٠٠٦م، ص٢٧٤.

(²) حسن حسين جامع، التعلم الذاتي وتطبيقاته التربوية، مؤسسه الكويت للتقدم العلمي، ط1، الكويت ١٩٨٦م، ص ٧٢.

ان التحديات التي يواجهها عالمنا اليوم والتي سيطرت على كل المجالات حياتنا الاجتماعية والاقتصادية والثقافية تدفعنا الى استخدام التكنولوجيا الحديثة في جميع المجالات ولا سيما التعليم والتعلم بهدف مواجهة هذه التحديات وتحقيق اهداف العملية التربوية في افضل صورة

ان من أهم الوسائل التعليمية التي تثبت فاعليتها في المجال التعليمي هي الرزمة التعليمية. وهي مجموعة من الاجهزة والأدوات والمواد والوسائل التعليمية التي تخدم مجموعة متماثلة من الأنشطة المنهجية واللامنهجية⁽¹⁾.

ومن كل ما تقدم ارتأت الباحثة أن يستخدم الطرق الموضوعية في عملية التعليم بالاستناد إلى أسلوب جديد يعتمد في مضمونه على استخدام الأداء الفني المثالي في عملية التعليم بعرض الاداء الفني النموذجي باستخدام وحدات تعليمية اذ بدأت الباحثة بشرح المهارة وأهميتها في المباراة ثم عرض نموذج الاداء الفني لمراحل اداء المهارة على الطلاب ثم يبدأ الطلاب بالأداء واستخدام التغذية الراجعة التصحيحية والتقويمية من قبل الباحثة، وبهدف معرفة مدى سرعة التعلم لدى الطلاب بالطريقة الجديدة (رزم تعليمية في تعلم كرة الطائرة عن الطرق التعليم المتبعة في المناهج الدراسية).

2-1-4 الاداء المهاري:

ان اتقان الاداء الفني للحركات (التكنيك) يعني ثبات الحركات وزيادة القابلية البدنية الحركية وتحقيق مستوى أفضل في نوع الفعالية الرياضية وعلية بعد العامل الاساس للحصول على المستوى العالي في الالعاب والفعاليات الرياضية. وبعد اتقان الاداء الفني (التكنيك) للمهارات الحركية الخاصة بالنشاط الرياضي الممارس من العوامل الاساسية للتقدم في ذلك النشاط. اذ يعد الاداء الفني وسيلة الفعل الحركي للوصول الى المستويات العالية في نوع النشاط الرياضي الممارس. والوصول الى قمة المستويات الرياضية لا يأتي الا عن طريق اتقان المهارات الحركية الرياضية وتثبيتها. فمهما بلغ مستوى اللياقة البدنية للفرد الرياضي، ومهما اتصف به من سمات خلقية واردة فانه لن يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك كله بالإتقان التام للمهارات الحركية الرياضية في النشاط التخصصي الذي يمارسه⁽²⁾.

ومما تقدم ترى الباحثة ان اتقان الاداء الفني للمهارات الحركية الخاصة بفعالية معينة بعد من العوامل الاساسية للتقدم في تلك الفعالية، ويرتبط الاداء الفني للمهارة بالفهم الكامل لأجزائها وعلية فان من الضروري استعمال وسائل تعليمية خاصه تكون الغاية منها مساعدة المتعلم قدر الامكان على استيعاب اجزاء الاداء الفني لأي مهارة.

(¹) لؤي غانم الصميدعي، بسام محمود الإمام وآخرون: الفيزياء في الرياضة، جامعة اربيل، مطبعة جامعة صلاح الدين، ٢٠١١م، ص ١٣.

(²) عادل عبد البصير التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق طاء القاهرة مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٩م، ص ٢٤٥.

2-1-5 جهاز بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني:

إن الحركات الأرضية قديماً كانت تزاوّل على مساحة من الأرض المعطاة بالرمال وتزاوّل أيضاً على رمال السواحل وثيل الحدائق، ثم استخدمت الأبسط المصنوعة من ألياف الأشجار أو مادة القطن، وباكتشاف الإسفنج الصناعي صنعت الأبسط مما ساعد في تطور المهارات الحركية أما في الوقت الحاضر صمّم البساط الأرضي ليعطي دفعاً قوياً باستعمال النوابض تحت الألواح الخشبية المغطاة بالإسفنج والكاربت مصنوع من النايلون غير قابل للانزلاق ويكون السطح مستوياً ولا يزيد ارتفاعه عن (١٢) سم عن سطح الأرض مساحته (١٢×١٢) متر مربع الشكل أي المساحة (١٤٤) متر (١).

وتعد الحركات الأرضية الأساس في الجمناستك الفني لأننا عندما تبدأ بتعلم مهارات الجمناستك تبدأ بالبساط الأرضي ولأن مهاراته تتميز بالتدرج بالصعوبة وبالتنوع ثم الانتقال إلى أجهزة الجمناستك الأخرى، حيث أنها تكسب الطالب أو اللاعب الرشاقة والمرونة والتوازن والتوافق والقوة وغيرها والحركات الأرضية من الأجهزة المفضلة لدى الكثير من المتعلمين واللاعبين السهولة تعلم معظم الحركات واتقانها التي تؤدي في زمن معين ويمكن أيضاً أن تؤدي على شكل سلاسل، حيث أنها تتطلب مهارات حركية عالية، إذ تشمل حركات بسيطة ومركبة وصعبة. فهي أساس الألعاب الأخرى عامة وأجهزة الجمناستك خاصة، ويطلق على البساط الأرضي في بعض المصادر التمرينات المترابطة التي من خلالها يبين قابلية الطالب على أداء مجموعة كبيرة من الحركات (2).

2-1-6 مهارات بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني:

تعد الحركات الأرضية في الجمناستك الفني هي الأساس لممارسة فعالية جمناستك الأجهزة وأيضاً القاعدة العريضة في مراحل التعلم، إذ إن المهارات الأساس للحركات الأرضية تعد العمود الفقري الذي تستند عليه بقية المهارات في الأجهزة الأخرى، حيث تعد حلقة الوصل بين مختلف الحركات وهي تنمي الشجاعة، والقوة والجرأة والثقة بالنفس والصبر، وتقلل من عوامل التردد والخوف في أثناء أداء الحركات الصعبة الحركات الأرضية تحتاج إلى قدرة كبيرة وعالية من التوافق الحركي والتحكم في أعضاء الجسم والإحساس بالتوقيت (3).

(1) عائدة على حسين وآخرون: الأسس العلمية والميكانيكية للجمناستك الفني للسيدات ط1، (عمان، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، 2013)، ص25.

(2) عبد الستار جاسم النعيمي، وعائدة على حسين، مصدر سبق ذكره، ١٩٩١، ص١٤٦.

(3) سالم أحمد بني حمدان، الجمناز الفني من الألف إلى الياء، ط1، (عمان، مكتبة المجتمع العربي، ٢٠١١)، ص50.

إن تعلم المهارات الحركية في الجمناستك يتم بطرائق ووسائل مختلفة، منها أسلوب التدرج في التعلم حيث أنها تعتمد على مستوى عمر المتعلمة وقابليتها التوافقية، وخبرة المدرس في استعمال الخطوات التعليمية كلها أو قسم منها بشرط أن تكون المهارات المستعملة في أسلوب التدرج متماشية ومتساوية مع الحركة الرئيسة المراد تعلمها وبالأخص الجزء الرئيس من الحركة وهذا يعني أن رياضة لعبة الجمناستك تحتوي على العديد من المهارات التي من الممكن اتباع أسلوب معين في تعلم بعض مهاراتها والهدف منه تحقيق أكبر عدد من الحركات بأقل وقت وأفضل أسلوب (1).

2- الدراسات السابقة:

2-2- دراسة (زهراء محمد سلطان):

(تأثير استراتيجية تعديل المفاهيم في التفكير التأملي وتعلم مهارة العجلة البشرية على جهاز بساط الحركات الأرضية)) (2).

هدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام استراتيجية تعديل المفاهيم في التفكير التأملي وتعلم مهارة العجلة البشرية.

وافترضت الباحثة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في أداء مهارة العجلة البشرية. وتكونت عينة البحث من بطالبات الصف الثالث في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد للعام الدراسي (2018-2019) والبالغ عددهم الكلي (١٤٧) طالبة. استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة ذات الاختبار القبلي والبعدي وذلك لملاءمته طبيعة البحث وأهدافه.

وتم التحقق من تكافؤ المجاميع في متغيرات العمر والوزن والطول) وفي عدد من عناصر اللياقة البدنية والحركية لبعض المهارات الأساسية بالجمناستك الفني واستخدمت الباحثة تصميم المجموعات المتكافئة ذات الملاحظة البعدية وتم السيطرة على السلامة الداخلية والسلامة الخارجية للتصميم التجريبي لعددا من الاجراءات. وتم تنفيذ البرنامج التعليمي المعد من قبل مدرس المادة على ضوء البرنامج العام المعد من قبل الهيئة القطاعية لكليات واقسام التربية الرياضية في تدريس استراتيجية تعديل المفاهيم بعد صياغته على وفقهما كما قام الباحث بأعداد وتصميم واخراج وتنفيذ واستخدام الحقيبة التعليمية وعلى وفق الاستراتيجية.

(1) مريم سالم نجف: تأثير منهج العكسي لنوي نمطي التفكير الليبرالي والمحافظ في تعلم بعض المهارات الأساسية بالجمناستك الفني للنساء، (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، ٢٠١٥)، ص ٤٤.

(2) زهراء محمد سلطان، تأثير استراتيجية تعديل المفاهيم في التفكير التأملي وتعلم مهارة العجلة البشرية على جهاز بساط الحركات الأرضية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٢٠.

واوصت الباحثة بما يأتي:

- تطبيق هذه الاستراتيجية في تعليم مهارات أخرى برياضة الجمناستيك الفني للاستفادة منها.
- يمكن أن تطبق هذه الاستراتيجية لتعليم مهارات الألعاب أخرى.

2-1-2-2 مناقشة الدراسات السابقة:

من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة يتضح قلة وجود دراسات سابقة للدراسة الحالية التي تناولت عملية استخدام رزمة تعليمية في تعلم المهارات على حد علم الباحثة الا ان هناك دراسات سابقة تناولت جزءا واحد من هذه الدراسة نلخصها في الآتي:

- اقتصرت الدراسات السابقة على متغير واحد العجلة البشرية في حين تميزت دراسة الحالية على ان يكون تأثير استخدام الرزمة التعليمية في تعلم مهارتين.

- اتفقت دراسة الحالية مع دراسة زهراء محمد " بأن مستوى العينة هو طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

- اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة جميعها بان اختبار العينة تم بطريقة عمدية عشوائية ولكن الاختلاف كان في عدد افراد العينة اذ تباينت في العدد وهي (زهراء محمد سلطان) (٣٨) طالباً، في حين الدراسة الحالية شملت طلاب السنة الدراسية (٢٠٢٤-٢٠٢٥) البالغ عددهم (٢٠) طالباً بعد استبعاد شعبه الطالبات.

- وبناء على ما تقدم استفادت الباحثة من الجوانب النظرية التي تضمنتها هذه الرسالة ومن الوسائل التعليمية المستخدمة فضلا عن النتائج التي تمخضت عنها. ومن الاختلاف في هذه النتائج تبعا لخصوصية الدراسة وهذا الأمر يجعل الحاجة الى اجزاء دراسات وبحوث أكثر تفصيلا وخصوصية في استخدام الرزمة التعليمية في تعلم المهارات.

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.

- منهج البحث:

ان طبيعة المشكلة هي التي تحدد المنهج المستخدم لذا استعملت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم (المجموعتين المتكافئتين) ذات الاختبارات القبلية والبعدية والذي يعد الاقرب والأكثر صدقا لحل العديد من المشكلات العلمية عمليا ونظريا.

- مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية بطلاب المرحلة الثالثة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل للعام الدراسي 2025/2024 والبالغ عددهم (132) طالب يمثلون شعبة (ب. ج) بعد استبعاد شعبة الطالبات وتم اختيار (٢٠) طالباً منهم بالطريقة العشوائية البسيطة وتم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية بالطريقة العشوائية بواقع (١٠) طالب لكل مجموعة والجدول (١) يبين مواصفات عينة البحث.

جدول (١): مواصفات عينة البحث

مجتمع البحث	العينة الاستطلاعية	العينة الأساسية	العينة المستبعدة
52	5	20	27

3-2 تجانس العينة:

من اجل الضبط التجريبي لإجراءات البحث وتجنب المؤثرات التي قد تؤثر في نتائج البحث لدى الطلاب، تم تحديد بعض المتغيرات التي تعد مؤثرة في نتائج التجربة والتي لا بد ان يتم ضبطها قبل الشروع بالبحث وبالاعتماد على الدالة الاحصائية المتمثلة بقيمة معامل الالتواء كأحد مؤشرات التوزيع الطبيعي لتلك المتغيرات والتي يجب أن تنحصر بين (١٠) وعلية سوف تكون العينة موزعة توزيعاً طبيعياً ومتجانسة، والجدول (٢) يبين ذلك.

جدول (٢): تجانس عينة البحث وقيمة معامل الالتواء في متغيرات (الطول - الوزن العمر)

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
الطول	سم	171.32	4.48	171	0.22
الكتلة	كغم	70.33	7.22	70	0.14
العمر	سنة	20.50	0.83	20	0.47-

- الوسائل والاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

3-3 الوسائل المستعملة في البحث

- الاختبارات والقياس

- الاستثمارات

- الملاحظة

- المصادر والمراجع العربية

2-3 الاجهزة والادوات المستعملة في البحث

- صافرة عدد (1)

- ادوات مكتبية (أوراق واقلام)

- شريط لاصق ملون عدد (٥)

- القاعة الداخلية المغلقة قاعة الجمناستك كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل

- جهاز لقياس الوزن والطول

- بساط حركات ارضية

3-3-3 المجال الزمني: 2024/10/1 - 2024/12/5

3-3-4 المجال المكاني: لقاعة الخلفية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل.

- اجراءات البحث الميدانية:

3-4-1 تصميم الرزمة التعليمية

تعد عملية تصميم الرزمة التعليمية عملية معقدة وتستغرق الكثير من الوقت والجهد وهي بحاجة الى جهد فريق عمل متكامل⁽¹⁾.

تصمم على وفق منهج معين للمزيد من التعلم الفعال، ولتسهيل عملية التعلم من تصميم البيئة التعليمية والنشاطات في تلك البيئة، ومن تلك البرامج التي انتشرت في هذا المجال هي الرزم التعليمية أن نجاح الرزمة التعليمية يعتمد اساسا على التصميم التعليمي الدقيق لها⁽²⁾. فقد قامت الباحثة بتصميم رزمة تعليمية واعدادها واخراجها لبعض المهارات الاساسية بالجمناستك للطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل للمرحلة الدراسية الثالثة، وقد جرى التصميم على وفق الخطوات الاتية

(1) محمد عواد جاسم، الحقائب التعليمية كيفية تقديمها وانتاجها واستعمالها وتوظيفها، ب.م، ١٩٩٢م، ص ٦٦.

(2) بشير عبد الرحيم، التكنولوجيا في عملية التعليم والتعلم، ب.م، ١٩٨٨م، ص ٢٤.

3-4-1-1 اعداد المادة العلمية وتحليل محتواها:

قامت الباحثة بتحليل محتوى الكتب والمصادر العربية التي تناولت مهارات الجمناستك الفني. اذ اعدت محتوى المادة العلمية للمهارتين التي تناولتها الرزمة التعليمية والتي اشتملت على الاقسام الآتية:

- المرحلة التحضيرية.
- المرحلة الرئيسية.
- المرحلة الختامية.

اذ تعد عملية التحليل المحتوى التعليمي بانها جميع الاجراءات التي يقوم بها واضع المادة التعليمية لتجزئة المهمات التعليمية الى العناصر التي تتكون منها واستعملت الباحثة التحليل الاجرائي للتصميم التعليمي في اعداد محتوى المادة المتعلمة (للمهارات) وهو الاسلوب الذي يتعلق بمحتوى الإجراءات اللازمة لتعلم المهارة الحركية وتجزئتها الى خطواتها الرئيسية والفرعية التي تتكون منها وبعد ذلك ترتيبها بتسلسل معين يوضح كيفية اجرائها منذ بداية عملية التعلم وحتى نهايتها فضلا عن مراعاته للخطوات العامة التي يتكون منها التحليل الاجرائي.

3-4-1-2 اعداد الرزمة التعليمية وبناءها:

تختلف الرزم التعليمية في طريقة تقديمها للمعلومات تبعا لاختلاف الموقف التعليمي ووجهة نظر المصمم والغرض منها وتعد الرزمة التعليمية عامة منظومة تعليمية تربوية متكاملة تحتوي على منظومات فرعية.

3-4-1-3 تقويم الرزمة التعليمية:

التقويم خطوة اساسية من خطوات تصميم الرزمة التعليمية، اذ يتم من خلاله التعرف الى مدى تحقق الاهداف كما انها تزود المدرس والمتعلم بتغذية راجعة عن اخطاء المتعلم ومستوى ادائه ومدى تقدمه⁽¹⁾.

وهو بذلك يهدف الى معرفة مدى ما حققته الرزمة من اهداف بعد اجراء التعديلات المناسبة من اجل استعمالها في التعليم⁽²⁾.

(1) رياض الجبان، الرزم التعليمية تطويرها خصائصها مكوناتها تصميمها وشروط استعمالها، مجلة تكنولوجيا التعليم، العدد ٢١، ١٩٨٩م، ص ١٣.

(2) سعد محمد البهادر، تطور صناديق الاكتشاف الى حقائب تعليمية متعددة الاهداف والاستعمال، مجلة تكنولوجيا التعليم، العدد 5، ١٩٨٠م، ص ٣.

بعد اطلاع الباحثة على عدد من الدراسات المتعلقة بهذا الموضوع تم تقويم الرزمة من خلال مرحلتين:

المرحلة الأولى: تقويم الرزمة من خلال المحكمين:

قامت الباحثة بعرض نموذج من الرزمة التعليمية على مجموعة من الخبراء في مجالات التعلم الحركي وطرائق التدريس والجمناستك وبحضور السيد المشرف لغرض تشخيص نقاط القوة والضعف فضلا عن التأكد من صلاحيتها وبذلك اصبحت الرزمة التعليمية في صورتها النهائية صالحة للتطبيق على العينة الاساسية.

المرحلة الثانية: تقويم الرزمة من خلال استعمالها الفعلي:

مهما تعددت مصادر الحصول على المعلومات لتقويم الرزمة يبقى اداء المتعلم المعيار الحقيقي للتعرف على فاعليتها في التعليم، وعليه قامت الباحثة باختبار الرزمة من خلال تجربتها على مجموعة من الطلاب عندهم (٥) طلاب من مجتمع البحث العينة الاستطلاعية ممن لم يسبق لهم دراسة المهارات المتعلمة.

3-4-1 اعداد التمرينات النوعية:

اذ تم اعداد تمرينات نوعية مصممة على وفق طرق علمية دقيقة تتناسب مع العينة والتي على اساسها سيتم تعلم مهارتي الدرجة الخلفية المكورة والوقوف على اليدين بالجمناستك الفني للطلاب اذ تم اختيارها من قبل الباحثة والمشرف بما يناسب العينة والمهارات الدفاعية المختارة.

وان الهدف من التمرينات النوعية هو تحقيق ما يأتي:

- التأكيد على زوايا العمل المناسبة والتي تتناسب مع قابليات المتعلمين ونوع المهارة.
 - التأكيد على شروط الاتزان والاستقرار قبل وبعد اداء المهارات.
 - بذل القوة المناسبة في عملية الدرجة والوقوف على اليدين هذا يؤدي الى:
1. تحقيق اعلى درجات الدقة.
 2. الانسيابية وعدم تقطع الاداء.
 3. انخفاض الجهد المبذول في الاداء نتيجة انخفاض درجات التوتر العضلي.
 4. اداء ثابت المستوى نسبيا وغير متذبذب في محاولات الاداء.

5. الوصول الى درجة الية الاداء من خلال مواصفات الأهداف السابقة متجمعة.

3-4-2 الاختبارات المستعملة في البحث

أولاً: اختبار تقييم اداء مهارة الوقوف على اليدين: (1)

الهدف: تقييم الاداء الفني المهارة الوقوف على اليدين.

اداء الاختبار: الوقوف على البساط عند سماع كلمة مستعد يأخذ المختبر وضع الاستعداد، وعند سماع كلمة ابدأ يقوم المختبر بأداء المهارة.

ثانياً: اختبار الاداء الفني التكتيكي المهارة الدرجة الخلفية والوقوف على الرأس

الغرض من الاختبار: قياس القدرة على اداء مهارة الدرجة الخلفية والوقوف على الرأس.

الادوات: بساط

اجراء الاختبار: يقوم التلميذ بأداء مهارة الدرجة الخلفية ثم مهارة الوقوف على الرأس على بساط الحركات الأرضية.

التسجيل: يتم تقويم الاختبار من (١٠) درجات من قبل محكمين للجناساتك.

عدد المحاولات: يعطى محاولتين لكل مهارة ولكل تلميذ.

3-4-3 التجربة الاستطلاعية:

وتعني " دراسة تجريبية اولية تقوم بها الباحثة على عينة صغيرة قبل قيامها ببحثها بهدف اختيار اساليب البحث وأدواته (2).

لغرض الكشف عن المعوقات التي قد تواجه الباحثة في اثناء القيام بالتجربة الرئيسية وكذلك للتعرف على مدى صلاحية الاجهزة المستعملة واختبارها ومعرفة الجوانب السلبية التي ستواجه العمل اجرت الباحثة تجربة استطلاعية يوم الخميس الموافق 2024/10/10 الساعة الثانية عشر ظهرا في لقاعة الجناساتك في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل على عينة عدد (٥) طلاب من خارج العينة الرئيسية.

وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية ما يأتي:

(1) حمدان سالم احمد بني، الجميز الفني من الألف إلى الياء، ط1، الأردن، مكتبة المجتمع العربي، ٢٠١٢.

(2) محمد شحاته ربيع، قياس الشخصية، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، ٢٠٠٨، ص ١١٣.

- مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث.
- الحصول على الأسس العلمية للاختبارات.
- معرفة الوقت المستغرق للأجراء الاختبارات وتنفيذها.
- التأكد من كفاية فريق العمل المساعد

3-4-3 الاختبار القبلي:

قامت الباحثة بأجراء الاختبار القبلي المهارتي الدرجة الخلفية المكورة والوقوف على اليدين بالجمناستك الفني للطلاب في يوم الأحد المصادف 2022/10/13 في تمام الساعة التاسعة صباحاً في قاعة الجمناستك لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل وقد تم تصوير جميع الاختبارات المهارية وتحليل المهارات المعرفة مدى تأثير الرزمة التعليمية في التعلم.

3-4-4 منهج الرزمة التعليمية:

تهدف الرزمة التعليمية في التعلم الى تحقيق ما يأتي:

1. من خلال الرزمة التعليمية المستعملة تروم الباحثة استعمال وحدات تعليمية مشابهة لقيم المتغيرات للأداء المثالي لمهارتي الدرجة الخلفية المكورة والوقوف على اليدين بالجمناستك الفني للطلاب بمراحلها الثلاث (المرحلة التحضيرية المرحلة الرئيسية المرحلة الختامية).
2. تصوير المهارة قبلها للمجموعتين الضابطة والتجريبية قبل البدء بالمنهج وبعد (8) وحدة تعليمية ثم تصوير المهارة بعدياً.
3. يستغرق القسم الرئيس (٦٥) دقيقة وينقسم على قسمين الأول يتضمن نشاط التعلم (١٥) دقيقة ثم يتبعه القسم التطبيقي لمدة (٥٠) دقيقة كما في الملحق رقم (٥) الذي يبين الوحدات التعليمية.
4. يتضمن القسم الختامي تمارين تهدئه وتمارين تمطيه للعضلات لمدة (٥) دقائق.

3-4-5 الاختبار البعدي:

قامت الباحثة بأجراء الاختبار البعدي المهارتي الدرجة الخلفية المكورة والوقوف على اليدين بالجمناستك الفني للطلاب في يوم الأحد المصادف 2024/12/1 في الساعة التاسعة صباحاً في قاعة الجمناستك لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل وتم تحليل المهارات واستخراج قيم المتغيرات المعرفة مدى تأثير الرزمة التعليمية في التعلم

3-5 الوسائل الاحصائية:

استعملت الباحثة الحقيبة الاحصائية (spss) في معالجة وتحليل بيانات البحث.

- الوسط الحسابي.
 - الوسيط.
 - الانحراف المعياري.
 - معامل الالتواء.
 - اختبار (t) للعينات المترابطة.
 - اختبار (t) للعينات المستقلة.
- 4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

4-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث:

جدول (٣) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للعينات المترابطة ومستوى دلالة الاختبار ومعنوية الفرق للاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة للمتغيرات المبحوثة

نوع الدلالة	مستوى دلالة الاختبار Sig	قيمة (ت) المحسوبة	البعدي		القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية
			±ع	س	±ع	س		المتغيرات المبحوثة
معنوي	0.004	3.124	0.971	5.33	1.981	3.18	درجة	الدرجة الخلفية المكورة
معنوي	0.002	5.223	0.787	5.51	0.687	3.43	درجة	الوقوف على اليدين

4-1-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث:

جدول (٤) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للعينات المترابطة ومستوى دلالة الاختبار ومعنوية الفرق للاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية للمتغيرات المبحوثة

نوع الدلالة	مستوى دلالة الاختبار Sig	قيمة (ت) المحسوبة	البعدي		القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية
			±ع	س	±ع	س		المتغيرات المبحوثة
معنوي	0.000	8.029	0.878	7.73	0.884	3.11	درجة	الدرجة الخلفية المكورة
معنوي	0.001	4.223	0.902	6.82	0.961	3.28	درجة	الوقوف على اليدين

٤-١-٢ عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث:
جدول (٥) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للعينات المترابطة ومستوى دلالة الاختبار ومعنوية الفرق للاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية للمتغيرات المبحوثة

نوع الدلالة	مستوى دلالة الاختبار Sig	قيمة (ت) المحسوبة	البعدي		القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية
			ع±	س	ع±	س		المتغيرات المبحوثة
معنوي	0.001	3.223	0.878	7.73	0.971	5.33	درجة	الدرجة الخلفية المكورة
معنوي	0.002	4.008	0.902	6.82	0.787	5.51	درجة	الوقوف على اليدين

4-1-3 مناقشة النتائج:

اظهرت النتائج التي عرضت في الجدولين (٣) و (٤) لاختبارات المهارات الاساسية بالكرة الطائرة على وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية، وترى الباحثة سبب وجود الفرق المعنوي للأداء المهاري الأفراد المجموعة الضابطة يعود نتيجة لتكرارات التمارين التي اعددها المدرس والتي يؤديها الطلاب في الوحدات التعليمية والانتظام في عملية التعلم، كما ان التكرارات تؤدي الى ترسيخ البرنامج الحركي لدى المتعلم وتوسيع مداركه ومفاهيمه من اجل فهم المهارة ووضوحها، وهذا ما أكدته يعرب خيون) ان " التكرار الزائد لأي عمل سوف يقلل من نسب الخطأ ويزيد نسب التعلم وكذلك يؤدي الى سرعة سحب المعلومات من الذاكرة لذلك يعطى المتعلم محاولات كثيرة أثناء الشروع بالتعلم^(١).

كما واطهرت النتائج التي عرضت في الجدول (٤) لاختبارات مهارتي الدرجة الخلفية المكورة والوقوف على اليدين بالجمناستك الفني للطلاب على وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية، وترجح الباحثة ذلك التقدم إلى التأثير الإيجابي للوحدة التعليمية المقترحة والمتضمنة تقديم مهارات الجمناستك باستخدام نموذج الرزمة التعليمية، حيث تؤدي الرزم التعليمية دوراً مهماً في التعلم مع التطور العلمي والتكنولوجي الذي يتطلب اعداداً علمياً دقيقاً للتفاعل المستحدثات التربوية والتقنية السمعية البصرية التي انعكست على عملية التعلم وأساليبه^(٢).

كما تعزو الباحثة سبب هذا التطور الى الرزمة التعليمية المستخدمة أيضاً باعتبار انه من خلال ممارسة هذه المهارات سوف يعرف الطالب ما هو الشيء المراد أدائه في أثناء الدرس معتمداً على

(١) يعرب خيون، التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، بغداد، مكتب الصخرة للطباعة، ٢٠٠٢، ص ٥٦.

(٢) العمادي، عبد القادر عبد الله، اساليب التعليم الحديثة، عمان، مجلة بحوث ومقالات تعليمية تربوية، ٢٠٠٤، ص ٥٦.

الواجبات والمهام الموجودة في متن الرزمة، كما وان الطالب أثناء تعلمه لهذه المهارات باستخدام الرزمة فانه يعمل بجد طيلة الدرس وتحت إشراف المدرس دون الحاجة الى التوقف وسماع توجيهات المدرس الخاصة بأخطاء الزملاء والتي قد يكون في بعض الأحيان هو في غنى عنها، ويرى (مطر، ١٩٩٣) ان المتعلم طرف إيجابي في العملية التعليمية يشارك بفاعلية وحيوية الى جانب المعلم فهو قادر على التعلم الذاتي وتوظيف خبراته التي يكتسبها، اذا أحسن المعلم إتاحة الفرص التعليمية المناسبة واتبع اسلوباً يسمح للمتعلم فهم المعلومات والخبرات ودمجها في بنائه المعرفي وتنظيمها واستيعابها واستخدامها في كل المواقف الحياتية^(١)، وهذا يتفق أيضاً مع ذكر (عبد العظيم، ١٩٩٤) بأن الرزمة التعليمية تتميز بأنها تهيئ للمتعلم مجالات متنوعة من الخبرة الرئيسية عن طريق الأفلام والصور أو الرسومات أو التسجيلات الصوتية مما يجعل المتعلم متفاعلاً لتنفيذ تلك المهارة وبالتالي تحقيق أفضل تعلم^(٢).

ان اهمية الرزم التعليمية تأتي من كونها تهيئ للمتعلمين مجالات مختلفة من الخبرة المرئية والمسموعة والحسية، اذ يقوم المتعلم باكتساب خبراته التعليمية المتنوعة عن طريق التفاعل والمشاركة والممارسة والاتصال بمعطيات البيئة من خلال تنوع مصادر المعرفة التي تتلاءم مع احتياجاتها وميولها وقدراتها، اذ ان لكل فرد منظومة من العمليات العقلية ولكل عملية عقلية اسلوباً معرفياً خاصاً بها يمثل اسلوباً للاستجابة يتصف به سلوك ذلك الطالب وامكانية ان يكون هناك افضلية لاحد هذه الاساليب على غيرها.

لذا فإن استخدام اسلوب تعليمي واحد في التعلم يمكن أن يكون له تأثيراً ايجابياً على قسم من الطلبة وتأثير سلبي على القسم الآخر لذا لا بد من استخدام اساليب تعليمية تراعي الأساليب المعرفية التي يمتلكها الطلبة ليتمكن كل طالب من استيعاب متطلبات العملية التعليمية.

كما وأظهرت النتائج التي عرض في الجدول (٥) الاختبارات مهارتي الدرجة الخلفية المكورة والوقوف على اليدين بالجمناستك الفني للطلاب عن وجود فروق معنوية في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية وترجح الباحثة سبب تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في نتائج الاختبارات إلى فاعلية الوحدات التعليمية باستخدام الرزمة التعليمية، حيث ساعدت طبيعة الرزمة التعليمية المتعلم على أن يكون دائماً نشطاً عقلياً وحركياً، كما ساعد عرض المادة العلمية بطريقة مشوقة ومنظمة وواضحة، إلى سرعة استيعاب الطلاب وفهم المعلومات المتصلة بالمهارات المقدمة لهم.

الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

1. إن استخدام الرزمة التعليمية قد اظهر تأثيراً ايجابياً في تعلم مهارتي الدرجة الخلفية المكورة والوقوف على اليدين بالجمناستك الفني للطلاب.

(١) مطر، حامد، فاعلية البرنامج التدريسي وخبرة المعلمين والمؤهل على الممارسات الصفية المعلمي اللغة العربية للصف العاشر في مدينة عمان، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الجامعة الأردنية، ١٩٩٣.

(٢) عبد العظيم عبد الله، الرزمة التعليمية اتجاه المعاصر في التعليم الفردي، القاهرة، العدد الثاني، مجلة التربية المعاصرة، ١٩٩٤.

2. اظهرت النتائج أن استخدام الرزمة التعليمية كأحد اساليب التدريس يؤثر تأثيراً ايجابياً في تعلم المهارات الاساسية بالجمناستك الفني للطلاب.
3. أن استخدام الرزم التعليمية له أثر في حث المتعلم وزيادة دافعيته نحو التعلم وهذا ما لمس من خلال تجاوب المجموعة التجريبية وتفاعلها في استخدام الرزم التعليمية التي وزعت على افرادها بغية التعلم من خلالها

5-2 التوصيات

- في ضوء ما اسفرت عنه نتائج هذا البحث توصي الباحثة بما يأتي:
1. التأكيد على أهمية استخدام الرزمة التعليمية في تعلم و تطوير المهارات الاساسية بالجمناستك الفني للطلاب.
 2. حث العاملين في مجال التعليم في كليات التربية الرياضية على اعداد وتصميم الرزم التعليمية لمختلف المواد الدراسية والمهارات التعليمية، وذلك لاثرها الكبير في زيادة التعليم فضلاً عن كونها توفر الجهد والوقت للمتعلم وتنبيه على فهم المادة التعليمية بصورة أسرع وأسهل
 3. مراعاة الاهتمام بمبدأ زيادة عدد المحاولات التكرارية لزيادة سرعة اتقان المهارات بالجمناستك الفني للطلاب.

المصادر

- بشير عبد الرحيم التكنولوجيا في عملية التعليم والتعلم، ب. م، ١٩٨٨م.
- حسن حسين جامع، التعلم الذاتي وتطبيقاته التربوية، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي، ط1، الكويت ١٩٨٦م.
- خالد محمد داود، تأثير انتقال أثر التعلم العمودي والعمودي المعكوس المصحوب بالحقيبة التعليمية وبدونها على التحصيل المهاري لبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة"، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل، ٢٠٠٣
- رجحي مصطفى عليان ومحمد عبد الدبس: وسائل الاتصالات وتكنولوجيا التعليم ط1، عمان، دار الصفاء للنشر والتوزيع، ١٩٩٩.
- رياض الجبان الرزم التعليمية تطويرها خصائصها مكوناتها تصميمها وشروط استعمالها، مجلة تكنولوجيا التعليم، العدد ٢١، ١٩٨٩م.
- زكي محمد حسن: الكرة الطائرة بناء المهارات التقنية والخطية، الاسكندرية منشأة المعارف، ١٩٩٧م.
- سعد محمد البهادر، تطور صناديق الاكتشاف الى حقائب تعليمية متعددة الاهداف والاستعمال، مجلة تكنولوجيا التعليم، العدد5، ١٩٨٠م.
- عادل عبد البصير التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق، ط1، القاهرة مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٩م.
- عبد العظيم عبد الله، الرزمة التعليمية اتجاه المعاصر في التعليم الفردي، القاهرة العدد الثاني مجلة التربية المعاصرة، ١٩٩٤
- عصام الوشاحي، المبادئ التعليمية بالكرة الطائرة، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩م
- عقيل عبد الله الكاتب التكنيك والتكتيك في الكرة الطائرة، بغداد، مطبعة جامعة بغداد، ١٩٧٩م.

تحت شعار: (من الفكرة الى الانجاز: علوم الرياضة ودورها في صناعة الابطال)

العمادي، عبد القادر عبد الله، اساليب التعليم الحديثة: عمان، مجلة بحوث ومقالات تعليمية تربوية ٢٠٠٤. لؤي غانم الصميدعي بسام محمود الإمام وآخرون، الفيزياء في الرياضة، جامعة اربيل، مطبعة جامعة صلاح الدين، ٢٠١١م.

محمد شحاته ربيع، قياس الشخصية، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، ٢٠٠٨. محمد عواد جاسم، الحقائق التعليمية كيفية تقييمها وانتاجها واستعمالها وتوظيفها، ب م، ١٩٩٢م. محمود داود سليمان الربيعي، طرائق واساليب التدريس والتدريس المعاصر، جامعة عمان، مطبعة جدار للكتاب العالمي، ط ١، ٢٠٠٦ م.

مطر، حامد، فاعلية البرنامج التدريسي وخبرة المعلمين والمؤهل على الممارسات الصفية لمعلمي اللغة العربية للصف العاشر في مدينة عمان: رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الجامعة الأردنية، ١٩٩٣. يعرب خيون، التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، بغداد، مكتب الصخرة للطباعة، 2020.