# Eximia journal

## Vol. 15/2026

PLUS COMMUNICATION

International Communication & PR

*Eximia Journal*
*Vol. 15, 148-155, January, 2026*
*ISSN: 2784-0735*
*www.eximiajournal.com*

# The effect of using the instructional package on learning the technical performance of the discus throw event and achievement

**Asst. Prof. Dr. Firas Talaat Hussain**

mlafrias@yahoo.com, Iraq.

mlafrias@yahoo.com

**Abstract**. The discus throw is an event that requires continuous training, both physical and technical, focusing on precision in movement and the integration of mechanical and technical elements. This is due to its multiple phases, such as holding the throwing iron, standing, starting forward, rotating around the body's axis, and maintaining balance. These phases must be executed smoothly to achieve a long distance. This has led to many people neglecting to learn the sport, and consequently, the event has begun to decline due to the lack of practitioners and the continued weakness of the regional performance compared to neighboring countries and the rest of the world. This regional reality, reflected in administrative offices, indicates a weakness among middle school students. This research aims to investigate the impact of an educational kit on the technical performance of the discus throw among first-year intermediate students at Jaafar Al-Sadiq Secondary School for Boys. A two-group experimental design was used, with a randomly selected sample of 40 students. The researcher relied on the educational kit as a comprehensive teaching tool, employing it according to its user guide. The kit provides an analytical framework illustrating the correct technical performance of the discus throw, focusing on common errors and their correction. The experiment lasted for eight weeks, with two instructional units per week, based on the curriculum prepared by the Iraqi Ministry of Education. The pre- and post-test results showed statistically significant differences favoring the post-test, indicating the effectiveness of using the training kit in improving students' technical performance. This improvement is attributed to the significant role of the precise use of the training kit, visual, auditory, and sensory perception, the consolidation of motor information, and the provision of immediate feedback, which helped students grasp the finer details of their performance and avoid errors. The researcher recommends the necessity of employing modern training kits in physical education classes due to their positive impact on accelerating the learning process and improving students' motor skills.

**Keywords**. Training kit, Technical performance, Discus throw.

Eximia Journal
Vol. 15, 148-155, January, 2026
ISSN: 2784-0735
www.eximiajournal.com

**المقدمة البحث و اهميته :**

تطورت وسائل التعلم في مختلف الميادين و منها ميدان التعلم الحركي الذي اصبح استخدام الاساليب و الوسائط الحديثة التي تتقدم بسرعة كبيرة لتواكب التغييرات الكبيرة في كيفية اكتساب المعلومات بزمن قصير و تكاليف اقل محققة تطورا في اداء المتعلمين و الذي ظهر جليا عند مقارنتهم بالاجيال السابقة ، حيث ان الاستخدامَ المتزايدَ للعلوم المختلفة و التعليم المبرمج ,التعليم بالحاسوب , التعليم بالموديلات , التعلم بالاكتشاف ,خطة كيلر, التعلم بالحقائب التعليمية ( ابو الهيجا : 2001 . ص215)التي تعمل على تحسن الأداء المهاري الرياضي ، وزيادة اتقان المهارات للمتعلمين بدنيا و فنيا ، ان استخدام التقنيات الحديثة لها تأثير في تعلم المهارات الحركية للمتعلمين. ومن هذه التقنيات تقنية الحقيبة التعليمية التي تستخدم اكثر من اسلوب و وسيلة تعليمية كالعرض الفيديوي و عرض النموذج و الصور المختلفة التي تدعم التعلم الذاتي بما تحتويه من توجيه بما تملكه من وسائل معرفية و اختبارات ذاتية متعددة و التي تتيح الفرصة للمتعلم لاختيار و التطبيق وفق القدرات التي يتمتع بها و هي كأداة تعليمية فاعلة تُسهم في تحسين مستوى الفني للمتعلم وتثبيت المهارات، خاصة في مختلف و هي نوعية تختص بنوع الفعالية التي تحاول ان يتمرن عليها المتعلم و تتطلب دقة في الحركات الفنية والتنسيق الحركي العالي، كرياضات ألعاب القوى. وتتكون هذه الالعاب من سباقات المضار والميدان وسباقات الجري والمشي والسباقات المركبة ويعتمد فيها الفوز على الزمن والمسافة (الجاموس،2012).

تُعد فعالية **رمي القرص** من فعاليات الميان التي وصلت مراحل متقدمة من التطور و تساقطت الارقام القياسية في كل دورة اولمبية و تتطلب اداءا دقيقا في مسابقات ألعاب القوى، والتي تحتاج إلى توافق عضلي عصبي عالٍ، إضافة إلى إدراك حركي سليم، وتدرّب منتظم على النمط الحركي الصحيح لتحقيق أقصى مسافة ممكنة عند الرمي. لذ عند تعليم فعالية رمي القرص تتطلب أدوات توضيحية تساعد الى الوصول الى الالية في مستوى لما لها من مراحل فنية مركبة. الأداء الفني والمعرفي ويواجه المعلمون صعوبات كبيرة في تعليم هذه الفعالية، خصوصًا للمبتدئين، نتيجة للحيز الذي يجب ان يتحرك به الرامي و مراحل الأداء الفني وتسلسلها ما بين المراحل الاولية و الدوران ثم الرمي المحدد باتجاه واحد ، مما يستدعي استخدام وسائل تعليمية فعالةتدفع باتجاه حصول التعلم، وتُسهم في بناء صورة عقلية دقيقة للأداء الحركي الصحيح .

لقد اظهرت الابحاث الحديثة الأهمية لاستخدام وسائل تعلم الحقيبة تساعد اختصار زمن التعلم ، وهو التعلم الذي يوجه إلى الفرد وفقا لميوله وسرعته الذاتية وخصائصه بطريقة مقصودة وهذا النوع من التعلم يتم على وفق استراتيجيات مدروسة ومنظمة ومنهجية ومنظمة (عبد الرحمن :2000م, ص12) من خلال الاختيار على طريف نعلم المهارة بما يناسب قدرات المتعلمين مما يُعزز من فرص تحليل المهارة من وجهة نظر المتعلم عقليا و بصريا ، ويساعد في حصول التسلسل الصحيح للمهارة و تقليل الاخطاء .(Williams & Hodges, 2005) كما أن الحقيبة التعليمية تسمح للمتعلمين بمقارنة أدائهم مع الأداء النموذجي، مما يعزز من تشخيص الاخطاء ذاتيا .(Rizzolatti & Craighero, 2004)

ويتفق هذا الاسلوب مع نظريات التعلم الحركي االذي يبنى على الملاحظة والتجربة و التطبيق (Observational Learning)، والتي تؤكد على أن مشاهدة نماذج الاداء الصحيحة التي تساعد المتعلم على تكوين صور عقلية دقيقة للمهارة ، مما يسرع بعملية التعلم واختصار الزمن ، خاصة عند ربط الحقيبة التعليمية بالتغذية الراجعة .(Magill & Anderson, 2017)وبالإضافة إلى ذلك، فإنها توفّر بيئة تفاعلية يمكن من خلالها اكتساب التعلم باقصر زمن ، و بالتالي تكون العملية التعليمية أكثر فنتاجا بالمقارنة مع الطرق المتبعة.

**مشكلة البحث:**

من خلال ُمتابعة الباحث لفعالية رمي القرص كونه متخصص في مجال الساحة و الميدان لاحظ الصعوبات التي يعاني منها المتعلمين خلال مراحل التعلم لهذه الفعالية حيث تعد فعالية رمي القرص من الفعاليات التي تتطلب تدريبا متواصلا سواء كان بدني او مهاري من الدقة في الأداء الحركي والتكامل في العناصر الميكانيكية والفنية، نظرًا لما تحتويه من مراحل متعددة مثل مسل الاداة و الوقوف، بدء الدوران، الالتفاف حول المحور الطولي للجسم ، والتوازن، وهي مراحل يجب تنفيذها بانسيابية وتناسق لتحقيق أقصى مسافة ممكنة. و الذي ادى الى عزوف الكثيرين عن تعليمها و بالتالي بدات هذه الفعالية بالاضمحلال نتيجة لقلة الممارسين لها و بقاء الارقام القياسية ضعيفة مقارنة بدول الجوار و العالم و هذا هو الواقع الميداني في المدارس العراقية يشير إلى وجود ضعف واضح لدى طلاب المرحلة المتوسطة في إتقان هذه الفعالية، ويُعزي الباحث ذلك في جزء رئيسي منه الى الاساليب التعليمية القديمة ،و التي غالبًا ما تركز على الشرح اللفظي والنموذج الحي غير متقن ، دون تقديم استخدام الوسائل الحديثة التي تساعد الطالب على إدراك الأخطاء وتصحيحها.من هنا، تتحدد **مشكلة البحث** بالسؤال الآتي:

**ما مدى فاعلية استخدام تنقية الحقيبة التعليمية في تعلم الأداء المهاري لفعالية رمي القرص لدى طلاب المرحلة المتوسطة في ثانوية الكندي؟**

**أهداف البحث:**

1. اعداد الحقيبة التعليمية التي تختص بالأداء الفني لفعالية رمي القرص.
2. التعرف على تأثير استخدام الحقيبة التعليمية في تطوير المسافة المقطوعة لفعالية رمي القرص

مجالات البحث

المجال البشري / طلاب المرحلة الاولى للدراسة

المجال الزماني / للفترة من 24/10/2024- 24/12/2024

المجال المكاني / الملعب الخارجية ثانوية جعفر الطيار

2- منهج البحث واجراءاته الميدانية : -

2-1 منهج البحث :

استخدام الباحث المنهج التجريبي باسلوب المجموعتين التجريبية و الضابطة لمدى ملائمتها و طريقة عمل الباحث في الدراسة الحالية .

**2-2 مجتمع البحث :**

قام الباحث بتحديد مجتمع البحث وفقا للمنهج المعد من قبل وزارة التربية العراقية و الذي حدد مجتمع البحث بطريقة عمدية من طلاب الاول المتوسط في ثانوية جعفر الطيار للبنين للعام الدراسي (2024–2025)، والبلغ عددهم (80) طالب موزعين على اربعة شعب والذين يمارسون درس التربية الرياضية ويتضمن منهاجه فعالية رمي القرص ضمن دروس ألعاب القوى.

**2-2-1 عينة البحث :**

عينة البحث تم اختيارها عشـــوائياً من مجتمع البحث ، وتم اختيار شـــعبتين من خلال القرعة ، حيث مثلت شـــعبة (ج) مكونة من (20) طالباً لتمثل المجموعة التجريبية لعينة البحث وشـــعبة (د) مكونة من (20) طالباً لتمثل المجموعة الضـــابطة لعينة البحث ، بعد ان تم اســـتبعاد الطلاب غير المنتظمين في الحضور والمتغيبين ، والذين لا يمارسون الرياضة .

**2-3 التجانس و التكافؤ :**

Eximia Journal
Vol. 15, 148-155, January, 2026
ISSN: 2784-0735
www.eximiajournal.com

لتحقيق التجانس بين افراد العينة العينة قام البـــاحث باستـــخراج الـــوسط الحسابي والوسيط والانحـــراف المعيـــاري ومعـــامل الالتواء للعينـــة البحث لكـــل من العمر والطول والوزن و كما في الجدول (1) و قد ظهر التجانس كبيرا بين افراد المجموعتين.

**جدول (1)**

**يوضح تجانس أفراد عينة البحث**

| ت | المتغيرات | الوسط الحسابي | الوسيط | الانحراف المعياري | قيمة معامل الالتواء |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | العمربالسنة | 13.028 | 13.020 | 0.852 | 0.472 |
| 2 | الطول سم | 147.55 | 147.00 | 0.439 | 0.677 |
| 3 | الوزن كغم | 40.741 | 40.211 | 0.641 | 0.107 |

و قام الباحث باجراء التكافؤ بين افراد العينة في متغيرات البحث و اســتخدم الباحث اختبار (t) للعينات المســتقلة ، وقد اظهرت النتائج ان الفروق ذات دلالة غير معنوية بينهم تحت مستوى الدلالة (0.05) كما في الجدول (2).

**جدول (2)**

**يبين تكافؤ العينة بين المجموعتين لمتغيرات البحث**

| المرحلة درجة | مجموعة التجريبية | | مجموعة الضابطة | | قيمة t المحسوبة | درجة الحرية | دلالة الفروق |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | س | ع | س | ع | | | |
| الوقفة | 0.788 | 0.023 | 0.0.780 | 0.013 | 1.478 | 36 | غير معنوية |
| الدوران | 0.654 | 0.022 | 0.0.689 | 0.033 | 2.455 | | غير معنوية |
| النقل | 0.633 | 0.011 | 0.0.621 | 0.018 | 1.311 | | غير معنوية |
| الرمي | 0.795 | 0.016 | 0.0.775 | 0.012 | 2.011 | | غير معنوية |
| التوازن | 0.717 | 0.024 | 0.0.741 | 0.030 | 1.299 | | غير معنوية |
| المسافة | 4.011 | 0.038 | 4.077 | 0.028 | 1.078 | | غير معنوية |

**3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:**

لتحقيق أهداف البحث وتنفيذ خطواته الميدانية، تم استخدام مجموعة من الأجهزة والأدوات التي ساعدت في تنفيذ الاختبارات وجمع البيانات وتحليل الأداء، وهي كما يأتي:

- المصادر والمراجع الاجنبية .
- المقابلات الشخصية.
- جهاز حاسوب ايسر مزود ببرنامج تحليل الحركي :(Dartfish ) و(Kinovea.
- اله تصوير فديو نوع (Sony HDR-XR520) ذات سرعة تردد 134 صورة /الثانية.
- ملعب كرة طائرة وكرات طائرة نوع (Mikasa) عدد 20.
- حاسبة كومبيوتر(لاب توب).
- أقراص رمي تعليمية باوزان مختلفة عدد (12) ( 0.750 كغم )(1 كغم ) (1.250 كغم)
- كاميرا فيديو رقمية عالية الدقة :عدد (3)
- جهاز عرض (Data Show) وشاشة عرض :
- صافرة توقيت
- شريط قياس
- ميزان.
- علامات دالة فصفورية

يُعتبر استخدام برامجي التحليل الحركي Kinovea و Dartfish هي عملية تعليمية متقدمة في مجال التحليل الحركي سهلت عملية الانتقال من وصزل المعلومات الى التلاميذ ، حيث يصبح الطالب جزءا من العملية التعليمية ومشاركًا في فهم حركته وتصحيحها، مما يؤدي إلى تحسين الأداء الفني بدرجة كبيرة.

**4-2 الاختبارات المستخدمة:**

**1-4-2 الاختبارات المستخدمة في البحث :**

الاختبار الأول: اختبار الأداء الفني (حامد محمود :2000)

اسم الاختبار: اختبار الأداء الفني لفعالية رمي القرص وفق تحليل المراحل الفنية

الهدف: تقييم جودة الأداء الفني من خلال تحليل مراحل رمي القرص الأساسية.

الأدوات: (قرص رمي قانوني , دائرة رمي, كاميرا فيديو, استمارة تقييم الأداء الفني ,شريط قياس )

Eximia Journal
Vol. 15, 148-155, January, 2026
ISSN: 2784-0735
www.eximiajournal.com

وصف الاختبار: يطلب من الطالب تنفيذ ثلاث محاولات لرمي القرص من داخل الدائرة، ويتم تصوير كل محاولة وتحليلها وفق 5 أو 6 مراحل حركية (الوقفة ،الدوران ،النقل ،الدفع (الدوران) ،التوازن ،الخروج).
يتم منح درجة لكل مرحلة كما في استمارة التقييم.
طريقة القياس:
- الدرجة الكلية: 10درجات
- عناصر التقييم وتوزيع الدرجات:

جدول (3)

| م | المرحلة الفنية | الدرجة القصوى |
|---|---|---|
| 1 | الوقفة الابتدائية وضع الجسم والقرص | 2 |
| 2 | حركة الدوران والتوازن أثناء الأداء | 2 |
| 3 | نقل الوزن والتوقيت الحركي | 2 |
| 4 | حركة الذراع والرمي النهائي للقرص | 2 |
| 5 | التوازن والانسيابية بعد الرمي | 2 |
| المجموع | | 10درجات |

يتم منح درجة من 0 إلى 2 لكل عنصر بناءً على جودة التنفيذ.

**الاختبار الثاني: اختبار المسافة المقطوعة (عبد المجيد، أحمد نصر الدين :2006)**
**اسم الاختبار: اختبار المسافة المحققة في رمي القرص.**
**الهدف: تحديد مستوى القوة الفنية المسافة التي يقطعها القرص.**
**الأدوات:** (قرص قانوني ,دائرة رمي , شريط قياس بطول 50 متر, علامات أرضية للتثبيت , , صافرة أو مؤقت)
**وصف الاختبار :** يقف الطالب داخل دائرة الرمي ويؤدي 3 محاولات لرمي القرص بأقصى أداء ممكن مع الالتزام بالنموذج الفني.
**طريقة القياس:**
- **الدرجة الكلية:**

**10درجات**
- **توزيع الدرجات حسب المسافة المحققة:**

**جدول (4)**

| المسافة (بالمتر) | الدرجة |
|---|---|
| **أكثر من 25 م** | **10** |
| **21م – 25** | **8–9** |
| **16م – 20** | **6–7** |
| **11م – 15** | **4–5** |
| **6م – 10** | **2–3** |
| **أقل من 6 م** | **1** |

**2-4-2 استمارة تقييم مستوى الاداء الفني لفعالية رمي القرص :**
اعد الباحث استمارة وضعت بعد استشارة الخبراء و حسب القدرات البدنية و المهارية للمتعلمين من الطلاب ، لتقييم مستوى اداء المتعلمين لفعالية رمي القرص حيث يتم عرض الفيديو على 3 من الخبراء لكل فرد من افراد العينة و يتم تقييمه من قبلهم و قد، وقد شملت التسلسل الحركي الكامل بعد اخذ راي المختصين في العاب القوى كما مبين في الملحق رقم (1).

**2-5 التجربة الاستطلاعية:**
اجرى الباحث التجربة الاستطلاعية يوم الاحد الموافق 19/ 12/ 2024 على عينة مكونة من (8) طلاب من خارج مجموعتي البحث و التي تعد وسيلة مهمة لاجراء الاختبارات و التاكد من مدى ملائمة الاجواء و الظروف لاجرا ء الاختبارات و حساب الزمن و فريق العمل و الواجبات التي تقلل من السلبيات للعمل البحثي خطوة أساسية ومهمة في إعداد البحث العلمي التجربة الرئيسة. **الشناوي، عبد الحميد (2015)**

**2-6 التجربة الرئيسة:**
تم تنفيذ التجربة الرئيسة يوم الثلاثاء (2024/12/24,23) ، اذ قام الباحث بأعداد منهج التعليمي للمجموعة التجريبية لفعالية رمي القرص لمدة 6 أسابيع يتكون من 12 وحدة تعليمية زمن الوحدة التعليمية الواحدة (35) دقيقة استخدموا الحقيبة التعليمية بمختلف اساليبها و كما موضح في الملحق الخاص بالوحدات التعليمية لفعالية رمي القرص، و الأداء الفني للمتعلمين من خلال تسجيل أداء و عرض الاداء وتتبع تطور للأداء الفني لهم في الوحدات التعليمية طول فترة التجربة، اما المجموعة الضابطة استخدمه الأسلوب التقليدية التي يعتمد على المدرس فقط

**2-7 الوسائل الإحصائية:**
اعتمد الباحث في معالجة بيانات البحث على برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية(SPSS) ، حيث تم استخدام الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، بالإضافة إلى اختبار (T) للعينات المترابطة.

Eximia Journal
Vol. 15, 148-155, January, 2026
ISSN: 2784-0735
www.eximiajournal.com

**3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:**

3-1 عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

من خلال نتائج التي تم الحصـــول عليها في المجموعتين التجريبية و الضـــابطة يتبين لنا وانحرافها المعياري ، والفرق بينهما ، وقيمة (t) المحسوبة ، ودلالة الفروق بين الاختبارات في متغيرات البحث :

الجدول (5)

يبين الأوساط الحسابية ، وانحرافه المعياري والفرق بينهما ، وقيمة (t) المحسوبة ، ودلالة الفروق بين الاختبارين : القبلي والبعدي ، للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث :

| المرحلة | قبلي | | بعدي | | قيمة t المحسوبة | دلالة الفروق |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | س | ع | س | ع | | |
| الوقفة | 0.788 | 0.023 | 1.247 | 0.171 | 11.963 | معنوي |
| الدوران | 0.654 | 0.022 | 1.031 | 0.074 | 19.096 | معنوي |
| النقل | 0.633 | 0.011 | 1.014 | 0.058 | 20.908 | معنوي |
| الرمي | 0.795 | 0.016 | 1.126 | 0.114 | 14.928 | معنوي |
| التوازن | 0.717 | 0.024 | 1.206 | 0.116 | 15.445 | معنوي |
| المسافة | 4.011 | 0.038 | 7.457 | 0.033 | 49.556 | معنوي |

يتبين من الجدول (5) ان قيم (t) المحســـوبة عند مســـتوى الخطأ (0.00) ، هي أقل من نســـبة الخطأ (0.05) ، أمام درجة حرية (20) ، وهذا يدل معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي في متغيرات البحث كافة للمجموعة التجريبية .

**الجدول (6)**

**يبين الأوساط الحسابية ، وانحرافها المعياري والفرق بينهما ، وقيمة (t) المحسوبة ، ودلالة الفروق بين الاختبارين : القبلي والبعدي ، للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث**

| المرحلة | قبلي | | بعدي | | قيمة t المحسوبة | دلالة الفروق |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | س | ع | س | ع | | |
| الوقفة | 0.780 | 0.013 | 1.078 | 0.108 | 12.308 | معنوي |
| الدوران | 0.689 | 0.033 | 0.886 | 0.485 | 22.699 | معنوي |
| النقل | 0. 621 | 0.018 | 0.887 | 0.018 | 53.787 | معنوي |
| الرمي | 0. 775 | 0.012 | 0.930 | 0.029 | 28.790 | معنوي |
| التوازن | 0. 741 | 0.030 | 1.054 | 0.118 | 9.308 | معنوي |
| المسافة | 4.077 | 0.028 | 6.026 | 0.424 | 23.896 | معنوي |

يتبين من الجدول (6) ان قيم (t) المحســوبة ، عند مســتوى الخطأ (0.00) ، هي أقل من نســبة الخطأ (0.05) ، أمام درجة حرية (20) ، وهذا يدل معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي في متغيرات البحث كافة للمجموعة الضابطة .

جدول (7)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للمجموعتين (الضابطة والتجريبية) في متغيرات البحث للاختبار البعدي :

| المرحلة | مجموعة التجريبية | | مجموعة الضابطة | | قيمة t المحسوبة | دلالة الفروق |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | س | ع | س | ع | | |
| الوقفة | 1.247 | 0.171 | 1.078 | 0.108 | 3.623 | معنوي |
| الدوران | 1.031 | 0.074 | 0.886 | 0.485 | 7.092 | معنوي |
| النقل | 1.014 | 0.058 | 0.887 | 0.018 | 8.986 | معنوي |

Eximia Journal
Vol. 15, 148-155, January, 2026
ISSN: 2784-0735
www.eximiajournal.com

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| الرمي | 1.126 | 0.114 | 0.930 | 0.029 | 7.226 | معنوي |
| التوازن | 1.206 | 0.116 | 1.054 | 0.118 | 4.008 | معنوي |
| المسافة | 7.457 | 0.338 | 6.026 | 0.424 | 11.496 | معنوي |

يتبين من الجدول (4) انقيم (t) المحسوبة عند مستوى الخطأ (0.000) ، هي أقل من نسبة الخطأ (0.05) ، أمام درجة حرية (40) ، وهذا يدل معنوية الفروق في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية.

**2-3 مناقشة النتائج:**

من خلال النتائج للاختبار القبلي والبعدي للمجموعتين إلى وجود تطور واضح سواء في الأداء الفني ومسافة الرمي (الانجاز ) في فعالية رمي القرص لصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج التعليمي القائم على الحقيبة التعليمية .

يتضح من خلال تحليل النتائج أن استخدام الحقيبة التعليمية كان له أثر واضح وفعّال في تطور الأداء المهاري بالتدرج التعليمي للمهارة و الربط بين الاداء و الملاحظة الدقيقة للتسلسل باستخدام الحقيبة التعليمية والإنجاز لدى أفراد العينة. ويُشير هذا إلى أن البيئة التعليمية الداعمة بالمثيرات البصرية و السمعية و الحسية والتغذية الراجعة بانواعها تُعد بيئة مثالية لتعليم فعاليات الرمي، خاصة مع وجود صعوبات في إدراك الحركات من خلال التوجيه اللفظي فقط.

إن دمج التقنية الحديثة في التعلم والتعليم المدرسي للتربية الرياضة لم يعد خيارًا بل ضرورة، وقد أظهرت هذه الدراسة أن الحقيبة التعليمية تشكل وسيلة مؤثرة في تطوير كل من الجانب المهارى والإنجازي، وهذا يدعم الاتجاهات الحديثة في التعلم الحركي والتربية الرياضية التي تدعو إلى توظيف الوسائل التكنولوجية في المواقف التعليمية المختلفة .

وهذا يعكس أن استخدام الحقيبة التعليمية ادى الى تمكن المتعلم من التفاعل مع المادة او المهارة حسب قدراته الذاتية ساعد الطلاب على تحسين مهاراتهم الفنية عبر إعادة مشاهدة أدائهم وتحليل الأخطاء بشكل بصري، وهو ما يدعمه ما ذكره علي (2012) بأن الوسائط المتعددة تُعد من الوسائل التعليمية المؤثرة في تعلم المهارات الحركية المعقدة.

وتجدر الاشارة الى هذا التحسن يرجع إلى طبيعة مكونات الحقيبة التعليمية كوسيلة سمعية بصرية عقلية تجمع بين المشاهدة المتكررة، والتحليل الحركي البصري، وربط الحركات بالزمن الفعلي، وهو ما يُعزز الإدراك الحركي للمتعلمين، ويُساهم في بناء صورة ذهنية دقيقة للحركة. وفقًا لـ(Magill & Anderson, 2017)، فإن تقديم النموذج الحركي مع المساعدة ادى الى تعلم سريع و باقل اخطاء ممكنة و هو شيء طبيعي اثناء مراحل التعلم ، مما يؤدي إلى تحسين الأداء الفني بشكل تدريجي ومنهج استخدام مفردات التعلم وفقا للدليل الذي يكون موجودا داخل الحقيبة ي من خلال ا.

ويتفق الباحث على ما يوكدها مبارك (2020) ان التكنولوجيا الحديثة لها الأثر الواضح في تنفيذ البرنامج التعليمي بشكل فعال من خلال استخدام برنامج Kinovea بشكل إيجابي في التعلم الحركي. فضلا عن استخدام Dartfish الذي ساهم في تفاعل المتعلمين نحو التعلم ، وهذه الدراسة تتفق من حيث تقييم الأداء واستخدام الفيديو التعليمي مع دراسة Elalem (2016) ان البرنامج التعليمي يعتمد على تقييم الأداء من خلال برنامج Dartfish في تعلم فعالية رمي المطرقة.

كما أشار عطية (2016) إلى أن التغذية الراجعة المصورة تُمكن الطالب من إدراك تفاصيل حركته التي يصعب عليه ملاحظتها في الأداء المباشر، وتساعده على التصحيح الذاتي، مما يعزز الأداء الفني.

وفي السياق ذاته، أوضح Magill (2011) أن التعلم الحركي يتحسن عندما يقترن التمرين بالمراجعة البصرية عبر الفيديو، حيث تساعد المتعلم في بناء تصور ذهني دقيق للحركة، وهو أمر أساسي في المهارات التي تتطلب تتابعًا فنياً دقيقًا مثل فعالية رمي القرص.

ويعود هذا التحسن إلى أن استخدام الدقيق للحقسية التعليمية الذي ساعد الطلاب على تحسين الحركات فنيًا فحسب، بل عزز أيضًا دقة الأداء، ما أدى إلى رميات أطول وأكثر فعالية.

ان التحسن ملحوظ يدل على نقلة نوعية في تطور الأداء الحركي وتحقيق انتقال فعلي من التعلم إلى الأداء. ويُعزى هذا التطور في المسافة إلى تحسن الجوانب الفنية التي تم تعزيزها من خلال التفييم الذاتي و التنظيم في تنفيذ اساليب الحقيبة التعليمية ، من خلال تفاعل المتعلمين مما يجعلهم يندفعون الى الاستمرار والتزام بمفردات الوحدات التعليمية مثل التكرار في الأداء أي تحسن التنسيق الحركي ( العضلي العصبي )، تعزيز الفهم البصري الحركي أي تصحيح الأخطاء من خلال الأداء الصحيح للتمرين ، التوقيت المناسب، وتناسق الحركات الانسيابية اللازمة لتنفيذ الرمية بأعلى كفاءة.

ويدعم هذا الاستنتاج ما ذهب إليه (Schmidt & Wrisberg, 2008) من أن الأداء الفني الدقيق يؤدي بطبيعته إلى نتائج كمية أفضل، خاصة في الفعاليات التي تقاس فيها النتيجة بمسافة أو زمن، كما هو الحال في فعالية رمي القرص.

و من خلال النتائج التي ظهرت إن الفروق الكبيرة بين المتوسطات لصالح المجموعة التجريبية ، حيث اكدت الدراسات ان استخدام الاساليب المتطورة ساعد في تعلم واكتساب المهارات االخاصة بفعالية رمي القرص للطلاب بشكل فعال وكبير وكفاءة ، وهذا يدل **على نجاح الحقيبة في تحقيق الاهداف التي وضعت من اجلها**

4- الاستنتاجات و التوصيات :

**1-4 الاستنتاجات**

بعد النتائج توصل الباحث الى الاستنتاجات الآتية:

1. ظهور **تحسنٌ كبير** في الأداء الفني لفعالية رمي القرص لدى المجموعة التجريبية بعد تطبيق الحقيبة التعليمية ، مقارنة بالأداء للمجموعة الضابطة.
2. ساهمت الحقيبة التعليمية في **زيادة القدرات العقلية للطلاب بالأخطاء الحركية**، مما ساعد على تصحيحها بشكل أكثر فعالية من الاساليب التقليدية.
3. انعكس التحسن في الاداء الفني إيجابيًا على **سهولة الأداء**، إذ تحسنت المسافة التي يحققها الطلاب في رمي القرص بشكل ملحوظ.
4. ان الحقيبة التعليمية من **الأساليب التقنية الحديثة و الفعالة** التي تجمع بين االممارسة و التقييم الذاتي للفرد .

Eximia Journal
Vol. 15, 148-155, January, 2026
ISSN: 2784-0735
www.eximiajournal.com

**2-4 التوصيات**

استنادًا إلى ما تم التوصل إليه من نتائج واستنتاجات، يوصي الباحث بالآتي:

1. **اعتماد اسلوب الحقيبة التعليمية كاسلوب أساسي** في دروس التربية الرياضية، في المراحل الثانوية خصوصًا في المهارات الفنية المعقدة.
2. **تطوير برامج تدريبية تعليمية مصورة** استخدام البرامج الحديثة في الفعاليات الاخرى وخاصة بفعاليات ألعاب القوى.
3. **تدريب معلمي التربية الرياضية** على كيفية استخدام أدوات التقييم االستخدام الحقيبة التعليمية وبرامج تحليل الحركة مثل( Kinovea) و (Dartfish).

**المصادر :**

1. **عبد الرحمن عبد السلام :التعلم الذاتي بالموديلات التعليمية ,ط1,عمان , دار المناهج للنشر , 2000م .**
2. **ابو الهيجا , فؤاد حسين : اساسيات التدريس و مهاراته و الطرق العامة , دار المناهج للنشر .2001 .**
3. **عبد المجيد، أحمد نصر الدين :** *القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة* , القاهرة , مركز الكتاب للنشر , 2006 ص 134.
4. **هشام ,السايح لمبارك:** أثر برنامج تعليمي باستخدام التكنولوجيا الحديثة في تحسين بعض المهارات في كرة الطائرة ,(Doctoral dissertation)جامعة قاصدي مرباح ورقلة, 2020
5. **جلالي رانية ,جودي يمونة :** اثر برنامج تدريبي مقترح بالألعاب الصغيرة في رياضة العاب القوى لتنمية بعض الصفات البدنية السرعة الانتقالية وسرعة رد الفعل و التحمل القاعدي للفئة العمرية من 8 الى9 سنوات , 2022 .
6. **الشناوي، عبد الحميد :** طرق التدريس في التربية البدنية, القاهرة, عالم الكتب , 2015, ص 67.
7. **علي، فؤاد عبد السلام :** فاعلية استخدام الوسائط المتعددة في تعليم المهارات الحركية, مجلة التربية الرياضية، جامعة بغداد , 2012 , ص87 .
8. **عطية، محمد عبد العزيز:** التغذية الراجعة المصورة وأثرها على تحسين الأداء الحركي.مجلة العلوم الرياضية، القاهرة , 2016 , ص98 .
9. **لمرسي، حامد محمود :** الاختبارات والقياس في التربية الرياضية ,القاهرة , دار الفكر العربيص 2012 , ص232.

| | |
|---|---|
| الصف | الأول متوسط |
| عدد الطلاب | 19 طالبًا |
| الموقع | ساحة المدرسة – ثانوية جعفر الصادق للبنين |
| المدة الزمنية | 35 دقيقة |
| أهداف الوحدة | 1.ضبط توقيت الخطوات أثناء حركة الرمي<br>2.تحسين التوازن وتناسق الحركة<br>3.تدريب الأداء الكامل بدون أداة |
| الوسائل التعليمية | شاشة عرض – مقاطع فيديو تعليمية بالحركة البطيئة – صافرة – علامات أرضية |
| التهيئة (5) دقائق | -تنظيم الصف<br>-تمارين إحماء عامة<br>-شرح سريع لمحتوى الدرس السابق |
| العرض 25 دقيقة | -مشاهدة فيديو تعليمي لحركة لاعب ينفذ رمي القرص بدون أداة<br>-شرح مراحل الحركة (الاستعداد – الانتقال – الرمي)<br>-تطبيق تدريبي :أداء الحركة بدون قرص على أجزاء ثم بشكل متكامل مع مراقبة المعلم وتصحيح الأداء |
| التمارين العملية | -تمرين حركة الذراع في مسار الرمي<br>-تمرين التوازن أثناء الدوران<br>-محاكاة الأداء الكامل بدون أداة |
| التحليل الفوري بالفيديو | تسجيل مقاطع سريعة لأداء الطلاب باستخدام الهاتف أو كاميرا بسيطة، ومشاهدتها مباشرة مع تعليقات تصحيحية |
| الختام 5 دقائق | -أداء جماعي نهائي بدون أداة<br>-مناقشة الأخطاء الشائعة<br>-تغذية راجعة فردية + واجب منزلي (مشاهدة فيديو معين لتعلمه لاحقًا) |
| الملاحظات | -مراعاة الفروق الفردية في التوازن<br>-التركيز على الدقة لا على السرعة<br>-تدوين ملاحظات لتقييم الأداء |

**المنهج التعليمي لفعالية رمي القرص 8 - أسابيع**

**الأسبوع الأول: التهيئة والفهم النظري**

**الوحدة 1 – مقدمة وتعريف فعالية رمي القرص**

- أهداف:
  - تعريف الطلاب بفعالية رمي القرص (القواعد، المسافة، الوزن).

Eximia Journal
Vol. 15, 148-155, January, 2026
ISSN: 2784-0735
www.eximiajournal.com

- شرح المراحل الأساسية للأداء الفني.
- تمارين:
  - مشاهدة فيديو تعليمي عام عن رمي القرص.
  - تمرين تحريك الذراع بدون أداة.
  - تمرين التوازن في وضع الاستعداد.

**ملحق رقم (1)**

**يُبيّن أسماء المقيمين للأداء رمي القرص**

| اسم المختص | اللقب العلمي | الاختصاص | مكان العمل |
|---|---|---|---|
| حيدر فائق الشماع | أ. د | العاب قوى | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بغداد |
| احمد محمد إسماعيل | أ. د | العاب قوى | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بغداد |
| حيدر نوار حسين | أ.م. د | العاب قوى | وزارة التربية |