**3- منهج البحث واجراءاته الميدانية**

**3-1 منهج البحث**

 ان الطريق المناسب لحل أي مشكلة في البحوث العلمية تلزم الباحثة باختيار المنهج الملائم لطبيعة المشكلة المراد بحثها والذي يعد خطوة مهمة وأساسية لنجاح ذلك البحث ، لذلك استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بأسلوب (تصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبارين القبلي والبعدي) لملائمته طبيعة المشكلة .

فالمنهج التجريبي ″هو أسلوب بحثي علمي حاسم يبدأ بحدس قوي يعطي مؤشرات عن طبيعة المشكلة او الظاهرة او الموضوع المطلوب دراسته, يصبح هذا الحدس القوي عين الباحث المجرب خلال تعامله وتفاعله معها من خلال التجربة والاختبار, ومن ثم المعالجة ، وهو اقرب مناهج البحث لحل المشاكل بالطريقة العلمية″[[1]](#footnote-1)(1) .

**جدول (1)**

**يبين التصميم التجريبي للبحث**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **المجموعة** | **اختبار قبلي** | **المعالجة التجريبية** | **اختبار بعدي** |
| **تجريبية** | **-الاداء الفني****-انجاز** | **البرنامج التعليمي المعد باستعمال تمرينات خاصة وفق بعض الوسائل**  | **-الاداء الفني****-انجاز** |
|  **ضابطه** | **-اداء****-انجاز** | **الطريقة المتبعة من قبل المدرس** | **-الاداء الفني** **-انجاز** |

**3 -2 مجتمع البحث وعينته :**

 حددت الباحثة مجتمع البحث بالطريقة العمدية ، من مجتمع البحث الاصلي المتمثل بطالبات المرحلة الثانية من جامعة ميسان كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي (2017-2018) ، والبالغ عددهن (47) طالبة .

اما عينة البحث فقد بلغ عدد الطالبات المعنيات بالبحث (28 ) طالبة يمثلن نسبه مقدارها (59.57%) ، من اجمالي مجتمع البحث وقد تم توزيع عينة البحث بشكل عشوائي على ثلاث مجاميع ، المجموعة الاولى (الاستطلاعية ) ، والمجموعة الثانية (تجريبية ) ، المجموعة الثالثة (ضابطة) .

1. المجموعة الاستطلاعية (8) طالبات :- تم تطبيق الاختبار عليهن قبل الشروع في اجراء الاختبار القبلي .
2. المجموعة التجريبية (10) طالبات :- وتدرس هذه المجموعة باستخدام التمرينات الخاصة وفق الاقراص المساعدة.
3. المجموعة الضابطة (10) طالبات :- تدرس هذه المجموعة على وفق ما تعطيه لهم مدرسة المادة وهي الطريقة المتبعة .
4. **-3 التجانس والتكافؤ بين مجموعتي البحث : -**

لكي تستطيع الباحثة ان تعزو الفرق بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) الى العامل التجريبي ، فأنه يجب ان تكون المجموعات التجريبية قيد الدراسة متكافئة تماما في جميع الاحوال ما عدا المتغير الذي يؤثر في المجموعة التجريبية , لذلك اجرت الباحثة التجانس والتكافؤ على عينتي البحث وكما يأتي :

**3-4 تجانس العينة :-**

 قامت الباحثة بإيجاد التجانس بين مجموعتي البحث في متغيرات ( الأداء ،الإنجاز) باستخدام قيمة ( Levene ) حيث بلغت نسبته في اختبار الاداء (0,4 ) في حين بلغت في الانجاز (0,11 ) ، عند درجتي حرية (1) بين المجموعات ودرجة حرية (18) داخل المجموعات, ومستوى دلالة اختبار الاداء بلغ (0,535) , اما مستوى دلالة اختبار الانجاز فقد بلغ ( 0,98 ) اي ان الاختبار غير دال معنوي ولكلا المجموعتين مما يدل على تجانس أفراد العينتين وكما مبين في جدول ( 2 )

**الجدول ( 2 )**

يبين تجانس أفراد عينة البحث في متغيرات (الأداء والانجاز )

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| المعالم الاحصائية **الاختبارات** | قيمة Levene | درجة الحرية بين المجموعات | درجة الحرية داخل المجموعات | مستوى الادلة  | نوع الدلالة |
| الإداء  | 0,4 | 1 | 18 | 0,535 | غير معنوي |
| الانجاز | 0,11 | 1 | 18 | 0,98 | غير معنوي |
|  |

**3 –5 تكافؤ عينتي البحث:-**

وقامت الباحثة بإجراء التكافؤ على عينتي البحث في متغيرات (الأداء ، الإنجاز) وكما مبين في الجدول (3) :

**الجدول (3)**

**يبين تكافؤ أفراد عينة البحث في متغيرات (الأداء ، الانجاز)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| المعالم الاحصائية **الاختبارات** | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية  | متوسط المربعات | قيمة **F المحسوبة** | مستوى الدلالة | نوع الدلالة |
| الإداء  | بين | 25,99 | 1 | **25,99** | **0,14** | **0,88** | **عشوائي** |
| داخل | 37,71 | 18 | 2,09 |
| الانجاز | بين | 30,79 | 1 | 0,75 | **0,66** | **0,65** | عشوائي |
| داخل | **45,42** | 18 | 1,14 |

**3-6 الوسائل والأدوات والاجهزة المستخدمة في البحث**

**3-6-1 الوسائل البحثية :**

* المصادر العربية والاجنبية
* الاختبار والقياس
* استمارة استبانة (ملحق 1)
* استمارة تقييم اداء (ملحق **2)**
* المقابلة الشخصية (ملحق 7)
* الملاحظة
* شبكة المعلومات ( الانترنيت )
* فريق العمل المساعد (ملحق 8)

**3-6 -2 الأدوات والاجهزة المستخدمة**

**-** اله تصوير فديو سرعة 25 صورة / ثا نوع Sony عدد (2)

**-** ساعة توقيت الكترونية عدد (2)

**-** حاسوب لابتوب عدد (1) نوع (hp)

- اقراص ليزر( CD)

**-** صافرة عدد (1)

- شريط قياس معدني عدد (1)

**-** ثقل بوزن (3كغم)

**-** كره طبية وزن (1كغم)

**-** مرمى كره يد

- شريط لاصق عدد (3)

- كرات طائرة عدد (2)

- قرص قانوني وزن (1كغم )

- الاقراص المصنعة المستخدمة في البحث (ملحق 5)

- ساحة الرمي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

### - حبال

**-**علامات دالة (شواخص )

**3-7 إجراءات البحث الميدانية :-**

اشتملت الإجراءات على ما يلي :-

**3-7-1-الوحدات التعريفية :-**

في يوم الاحد الموافق ( 25-2-2018) تم اجراء الوحدة التعريفية الاولى وهي وحدة تعريفية عن فعالية رمي القرص ومراحلها وقانونها ، وفي يوم الاربعاء الموافق (28-2-2018) الموافق تم اجراء الوحدة التعريفية الثانية لعينة البحث .

 **3-7 -2 تقييم الأداء الفني لفعالية رمي القرص :-**

 لغرض تقييم الاداء الفني لكل طالبة قامت الباحثة بإعداد استمارة لتقييم الاداء الفني للفعالية ملحق **(1)** بالاعتماد على المراجع والمصادر الخاصة برمي القرص ، وعرضها على عدد من الخبراء والمختصين ملحق (**3)** حيث قام الخبراء بإعطاء درجة لكل مرحلة من مراحل الاداء الفنية للفعالية وحسب الاهمية لكل مرحلة وكما يأتي :

(مرحلة الاستعداد (1) درجة ، مرحلة المرجحة (2) درجة ، مرحلة الدوران(3) درجة ، مرحلة الرمي (3) درجة ، مرحلة التوازن (1) درجة. وكانت الدرجة النهائية لتقييم الاداء هي (10 ) درجة .

وبعدها تم تصوير الاداء فديويا وطبعة على قرص ليزر (CD) ، للاختبار القبلي والبعدي وعرضة على مجموعة من الخبراء ملحق **(4)**  وإرفاقه مع استمارة التقييم .

**3-7-3 تقييم الإنجاز (مسافة الرمي) بالمتر:**

تم تسجيله ميدانيا بواسطة اجراء الاختبار الخاص[[2]](#footnote-2)(1) وكما يلي :

- اسم الاختبار : رمي القرص .

- هدف الاختبار : التعرف على الانجاز في رمي القرص

- ادوات الاختبار : اقراص عدد (6) وزن القرص (1كغم )

- عدد المحاولات : (3 ) محاولات لكل طالبة .

- وصف الاختبار : تبدأ الطالبة ماسكة القرص في دائرة الرمي وعند سماع أشاره البدء تبدأ بمرجحة القرص ثم الدوران والرمي والمحافظة على اتزان الجسم وعدم تخطي دائرة الرمي . وتقاس الرمية عن طريق شريط قياس متري من الحافة الداخلية لنهاية دائرة الرمي الى الاثر الذي تركة القرص ولا تعد الرمية صحيحة الا اذا خرجت الطالبة من المكان المخصص للخروج وبعد تنفيذ الرمية .

علما ان الباحثة اعتمدت على انجح واعلى محاولة من المحاولات ل (3) لكل طالبة .

**3-8 التجربة الاستطلاعية :-**

 التجربة الاستطلاعية دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل ان يدخل الى اجراءات التجربة الرئيسة , ولغرض الوقوف على دقة العمل الخاص بالبحث وصلاحيته ولتلافي

المعوقات التي قد تظهر خلال اجراءات التجربة الرئيسة , وكذلك لأجل التدريب على اجراءات التجربة بشكل اكبر للحصول على نتائج اكثر دقة[[3]](#footnote-3)(1) .

اجرت الباحثة تجربتها الاستطلاعية بتاريخ 1/3/2018 بتصوير الاداء الفني والانجاز لمهارة رمي القرص فديويا على عينة تكونت من (8) طالباتً من مجتمع البحث ومن خارج العينة المبحوثة في ساحة الرمي للساحة وميدان في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة ميسان . وكان الهدف الرئيس من التجربة الاستطلاعية ما يأتي :-

1. التعرف على المشاكل والصعوبات التي قد تواجه الباحث في التطبيق الرئيسي .
2. التعرف على الزمن اللازم لأجراء الاختبار .
3. التعرف على صلاحية الاجهزة والادوات المستخدمة .
4. التعرف على العدد الكافي لفريق العمل اللازم لأجراء الاختبار.
5. التأكد من تثبيت الأبعاد المناسبة لنصب الكاميرا ومدى الرؤيا ووضوح الصورة وإمكانية التصوير.

# 3-9 الاختبار القبلي:-

إن الاختبار ( هو وسيلة التقويم والقياس والتشخيص والتوجيه في المناهج والبرامج والخطط المختلفة لجميع المستويات والمراحل العمرية فهو يشير بوضوح إلى مدى التقدم والنجاح في تحقيق الأهداف الموضوعية ) ([[4]](#footnote-4)1 ) .

بعد تنفيذ وحدتان تعريفيتان اجرت الباحثة الاختبار القبلي على عينة البحث (المجموعة التجريبية والضابطة) في يوم الاحد المصادف ( 4-3-2018) في ساحة الرمي لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة ميسان .

وعند الانتهاء من الاحماء وبعد توضيح الاختبار لعينة البحث اعطت الباحثة (3) محاولات لكل طالبة من اجل الحصول على متغيرات الانجاز لتلك المحاولات تم استخراج افضل انجاز عن طريق شريط القياس واعتمدت افضل محاولة من المحاولات ل (3 ) للطالبة .

اما فيما يخص متغير الاداء فقد تم الحصول على درجة التقييم الخاصة به عن طريق تسجيل الاداء فديويا وطبعة على قرص ليزر( CD) وارفاقه باستمارة التقييم التي تم التطرق لها سابقا في ملحق (2) وعرضة على الخبراء ملحق ( 4 ) لغرض الحصول على درجة تقييم اداء كل طالبة .

###  3-10التجربة الرئيسية :

بعد الانتهاء من الاختبارات القبلية , بدأت تجربة الباحثة من خلال تطبيق تمرينات بدنية وفق استخدام اقراص مصنعة و متنوعة اختيرت من خلال الاستعانة بالمصادر الحديثة كذلك خبرة المشرف في هذا المجال . حيث طبقت التمرينات في الجزء الرئيسي من الوحدة التعليمية اذ اشتمل المنهج التعليمي على ثمان وحدات تعليمية فضلاً عن وحدتين تعريفيتين وبواقع وحدتين تعليميتين في الاسبوع خلال يومي (الاحد و الاربعاء)، وتم تطبيق التمرينات البدنية (المنهج التعليمي) يوم الاربعاء الموافق

(7- 3-2018 ولغاية 8-4-2018) يوم الاحد.

بدأ العمل بتقسيم العينة إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية , وكل مجموعة تتلقى دروساً تتعلم فيها اداء الفعالية , بلغ زمن الوحدة ( 90 ) دقيقة مقسمة الى ثلاثة أقسام ( القسم التحضيري وكان زمن تنفيذه 25 دقيقة من زمن الوحدة الكلي , والقسم الرئيس وكان زمن تنفيذه 60 دقيقة من زمن الوحدة الكلي , والقسم الختامي الذي كان زمن تنفيذه 5 دقائق من زمن الوحدة الكلي ) مع ملاحظة تشابه عيني البحث (التجريبية والضابطة) في القسم التحضيري والختامي فقط , اي ان القسم الرئيسي الذي يشمل (القسم التعليمي والتطبيقي ) للوحدات يختلف في تطبيقه في المجموعة التجريبية عنه في الضابطة .

 وهناك نماذج للوحدات التعليمية. في ملحق (9)

**3-10-1 الادوات المساعدة المستخدمة في التجربة ( الاقراص التعليمية المصنعة )**

 قامت الباحثة بتصنيع اقراص تعليميه متنوعة في مسكات واوزان مختلفة , حيث كانت المادة الاساس المستخدمة في صناعة هذه الاقراص هي الخشب , مع اضافة حشو في قسم من هذه الاقراص من مادة الحديد لأجل الحصول على زيادة في وزن القرص والوصول فيه الى وزن مقارب الى وزن القرص القانوني , وقد راعت الباحثة في هذه الاقراص التدرج في مستوى الصعوبة , وكان الهدف من تصنيع هذه الاقراص هو ضمان السيطرة على القرص (المسكة الجيدة) للسيطرة على المراحل الفنية المتبقية والحصول على اداء وانجاز مطلوب في فالية رمي القرص .وكما هو موجود في ملحق (5).

**3-10- 2 التمارين الخاصة المستخدمة في البحث :**

قامت الباحثة بعد الاطلاع على الكتب العلمية في الساحة وميدان والبحوث والدراسات السابقة اعداد مجموعة من التمارين علما ان بعض التمارين قد تم تغير محتواها وذلك بإدخال الاقراص المتنوعة عليها اثناء تنفيذها على عينة البحث (المجموعة التجريبية ) , كما راعت الباحثة في ذلك التدرج في تنفيذ التمارين من السهل الى الصعب وذلك لكي تناسب عينة البحث, وكما موضح في الملحق ( 6 ) لمجموعة التمارين المختارة وتنفيذها على عينة البحث في القسم الرئيسي من الوحدة اي في جزئية (التعليمي والتطبيقي) الذي كان زمن وقت تنفيذه (60) دقيقة من زمن الوحدة الكلي والبالغ (90 ) دقيقة .

**3-11 الاختبارات البعدية :-**

بعد الانتهاء من ثمان وحدات تعليمية تم اجراء الاختبار البعدي على عينة البحث يوم الاثنين الموافق 16/4/2018 الساعة الثامنة والنصف صباحاً على ساحة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية – جامعة ميسان ، اذ حرصت الباحثة على تهيئة الظروف نفسها للاختبار من ناحية الزمان والمكان وفريق العمل المساعد نفسه في الاختبارين القبلي والبعدي والادوات والاجهزة اذ اعطيت ثلاث محاولات قانونية لكل فرد من افراد العينة **.**

* **3-12- الوسائل الاحصائية المستخدمة :**

استخدمت الباحثة من اجل جمع البيانات ومن ثم تحليل نتائج الدراسة الوسائل الاحصائية التالية من خلال الحقيبة الاحصائية ال( SPSS).

- النسبة المئوية

- الوسط الحسابي

-T للعينات المترابطة

 T -للعينات المستقلة

- الانحراف المعياري

1. (1) مروان عبد المجيد: **طرق ومناهج البحث العلمي في التربية البدنية والرياضة** ، عمان ، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر والتوزيع ,2002 ، ص137. [↑](#footnote-ref-1)
2. (1) قانون الاتحاد الدولي للساحة وال ميدان [↑](#footnote-ref-2)
3. (1) نوري ابراهيم الشوك ورافع صالح فتحي : **دليل الباحث لكتابة الابحاث في ا لتربية الرياضية**, بغداد , 2004, ص 89. [↑](#footnote-ref-3)
4. )1) كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين :**اللياقة البدنية ومكوناتها الاسس النظرية ، الاداء البدني ، طرق قياس** ، ط1 ، القاهرة : دار الفكر العربي ، 1997 ، ص267 . [↑](#footnote-ref-4)