

Submitted by Author	18/8/2024
Accepted to Online Publish	24/8/2024

Using Mental Stimulant Strategy and its Effect on Learning Some Skills on Parallel Bars in Artistic Gymnastics

Assist. Prof. Dr AlmutasemBellah W Mahdi*

Lecturer Dr. Mohammed W. Mahdi

Assist. Lecturer Talib W. Mahdi

¹Department of Physical Education and Sport Sciences College of Basic Education University of Diyala/ Iraq

²Department of Mathematics College of Basic Education University of Diyala/ Iraq

³Ministry of Education / General Directorate of Education Diyala

*Corresponding Author: basicspor47te@uodiyala.edu.iq

This study was conducted to learn some basic skills in artistic gymnastics on the parallel bar. The experimental approach was used and the sample was students of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Diyala for the third stage in the artistic gymnastics activity for men. The sample number was 36 students and they were divided into two groups, where the control group was 18 students and the experimental group was 18 students. The study aimed to identify the use of the mental stimulant strategy in learning some basic skills on the parallel bar in artistic gymnastics for men. The results obtained through the statistical data showed the presence of significant statistical differences in favor of the experimental group. The researchers recommend using the mental stimulant strategy in learning some skills in other activities.

Keywords: Mental Stimulants, Parallel Bar, Artistic Gymnastics

استخدام استراتيجيات المنشطات العقلية وأثرها في تعلم بعض

المهارات على جهاز المتوازي بالجمناستك الفني

ا.م.د المعتمد بالله وهيب مهدي^{1*}، د محمد وهيب مهدي²، م م طالب وهيب مهدي³
¹ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى،
العراق

² قسم الرياضات- كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى، العراق

³ المديرية العامة لتربية ديالى وزارة التربية، العراق

*Corresponding Author: basicspor47te@uodiyala.edu.iq

المستخلص:

تم اجراء هذه الدراسة من اجل تعلم بعض المهارات الاساسية في الجمناستك الفني على جهاز المتوازي اذ تم استخدام المنهج التجريبي وكانت العينة هم طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ديالى للمرحلة الثالثة في فعالية الجمناستك الفني للبنين اذ بلغ عدد العينة 36 طالب وتم تقسيمهم الى مجموعتين حيث بلغ عدد المجموعة الضابطة 18 طالب والمجموعة التجريبية 18 طالب وهدفت الدراسة الى التعرف على استعمال استراتيجيات المنشطات العقلية في تعلم بعض المهارات الاساسية على جهاز المتوازي في الجمناستك الفني للبنين اذ أظهرت النتائج التي تم الحصول عليها من خلال البيانات الإحصائية وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية ولصالح المجموعة التجريبية ويوصي الباحثون باستعمال استراتيجيات المنشطات العقلية في تعلم بعض المهارات في الفعاليات الاخرى.

الكلمات المفتاحية: المنشطات العقلية، جهاز المتوازي، الجمناستك الفني

استخدام استراتيجيات المنشطات العقلية وأثرها في تعلم بعض المهارات على جهاز المتوازي بالجمناستك الفني

المقدمة:

العالم يعيش ظاهرة من التطور والتقدم الكبير في جميع المجالات سواء كانت ميدانية او معرفية او تقنية لذلك نرى من الضروري الاهتمام بهذه الجوانب من اجل النهوض بأفضل المستويات على جميع الاصعدة بصورة عامة وعلى الجانب الرياضي بصورة خاصة وبدوره الانسان يعمل على تنمية وتطوير المجالات وكلا حسب تخصصه وكون الباحثون مختصون في المجال الرياضي لذلك نوجه الانظار على هذا المجال من اجل ايجاد افضل الاساليب والوسائل والطرق الحديثة التي تعمل على رفع المستوى الرياضي والنهوض بواقع جيد بصورة عامة وفي فعالية الجمناستك وتعلم المهارات بصورة خاصة حيث ان دور التعلم الحركي واساليبه مهم جدا في هذا الجانب لان اغلب عمليات التعلم تتوقف عليه "حيث ان جميع العمليات العقلية مثل (الانتباه، والتركيز، والتفكير) مركزها في الدماغ فعلية تنظيمها وترتيبها تحتاج الى اساسيات وبرمجة" [١] لذا وجب علينا استعمال الاستراتيجيات والطرق والاساليب المناسبة في تعلم المهارات وجعل الوحدة التعليمية بأفضل حالاتها وامكاناتها التعليمية والتوضيحية ليسهل على المتعلم فهم وادراك المعلومة سواء كانت جملة واحدة او منفصلة وهذا بدوره يعتمد على القائمين على الوحدة التعليمية في اعطاء الواجب الحركي والمهاري وكون العينة هم طلاب جامعيين ومختصون في المجال الرياضي ومستوى قدراتهم العقلية جيد يمكنهم على القدرة على استعمال هذه الاستراتيجيات حيث يكون التعامل معهم سلس وسهل وتفهمهم ما مطلوب منهم من خلال عمليات الادراك والقدرة على تفسير الامور والمتطلبات المكلف بها الطالب اثناء الواجب الحركي، "لذا تعد المنشطات العقلية هي احدى الوسائل والاساليب الحديثة وذات قيمة عالية في عملية التعلم وبرمجة المعلومات وايصال الفكرة الصحيحة من اجل اتقان عملية التعلم" [٢] حيث ان فعالية الجمناستك من الفعاليات التي تحتاج الى قدر عالي من الانتباه والتركيز والدقة في اثناء عملية تعلم المهارات كون المتعلم يتعامل مع اجهزة في الاداء فينتطلب منه الحذر في التعامل لان "جهاز المتوازي يكون مرتفع من الارض بقدر (طول العارضة ٣٥٠٠ ملم، المقطع الجانبي - المحور العمودي ٥٠ملم، المقطع الجانبي المحور الافقي ٤٠ ملم، ارتفاع العارضتين ١٧٥٠ملم، المسافة بين نقطة الارتكاز ٢٣٠٠ملم من المسافة بين القبضتين ٤٢٠- ٥٢٠ملم، المسافة بين المساند ٤٨٠ ملم)" حسب القانون الدولي للجمناستك [٣] اذ تكمن اهمية البحث في استعمال استراتيجيات المنشطات العقلية في تعلم بعض المهارات الاساسية على جهاز المتوازي .

اما مشكلة البحث رياضة الجمناستك من الرياضات ذات الأداء الصعب والتي تتطلب تفكير بنسبة عالية جدا وإمكانية في الاداء ومن جملته أيضا الأجهزة يكون فيها الأداء صعب

و ذات تركيب معقد ونسبة التعلم تكون صعبة وتحتاج الى قدر عال من الأداء ومن خلال الملاحظة لأداء الطلاب شهود ان عملية الأداء صعبة وتحتاج الى فهم مراحل تطبيق الأداء قبل التنفيذ الفعلي عن طريق الابعازات المرسله من الدماغ الى الجهاز العضلي فكلما كان الابعاز والتصور بصورة جيدة وفعالة كلما كانت نتيج الأداء جيدة حيث تمت عملية هل في حالة تم تطبيق المنشطات العقلية بشكل منظم ويتم تطبيق خطواتها على أساس عملية التعلم لبعض مهارات الجمناستك الفني على جهاز المتوازي للرجال .

اهداف البحث:

- ١- اعداد الخطوات الخاصة بالمنشطات العقلية وتطبيقها لتعلم بعض المهارات على جهاز المتوازي للرجال.
- ٢- معرفة تأثير المنشطات العقلية على الطلاب ومدى نسبة تعلم بعض المهارات على جهاز المتوازي للرجال

فروض البحث:

١. ان المنشطات العقلية كان لها تأثير إيجابي في تعلم بعض المهارات على جهاز المتوازي للرجال.
٢. كان المنشطات العقلية افضلية في تحفيز الابعازات والواجبات المرسله عن طريق الدماغ لبلى الجهاز العصبي على في تعلم بعض المهارات على جهاز المتوازي للرجال

٢. منهجية البحث واجراءاته الميدانية

٢-١ منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج التجريبي كونه الاكثر ملائمة لطبيعة المشكلة إذ تم اعتماد التصميم ذو المجموعتين المتكافئتين لكلى المجموعتين الضابطة والتجريبية حيث كان المتغير المستقل للمجموعة التجريبية المنشطات العقلية والمتغير المستقل للمجموعة الضابطة الاسلوب المتبع.

٢-٢ مجتمع وعينة البحث: تعتبر العينة الجزء الرئيسي والمهم من متطلبات البحث إذ هو "جميع مفردات الظاهرة التي يقوم الباحث بدراستها وتعني به ايضا جميع الافراد او الاشخاص او الاشياء الذين يكونون موضوع مشكلة البحث" [٤].

اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - لمادة الجمناستك الفني للبنين. ومفصلة على النحو التالي

أ- العدد الكلي (42) طالبا استبعد (٢) طلاب من العينة الرئيسة و (4) منهم اشتركوا في التجربة الاستطلاعية.

ب- بذلك بلغ عدد أفراد عينة التطبيق النهائية (36) طالبا وتم تقسيم عينة البحث إلى مجموعتين متساويتين وبالطريقة العشوائية (القرعة) الأول المجموعة التجريبية والثانية المجموعة الضابطة، المجموعة التجريبية بلغ عدد أفرادها (18) طالبة والضابطة بلغ عدد أفرادها (18) طالب لتمثل نسبة مئوية قدرها (85.71 %) من مجتمع البحث.

٢-٣ منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

المجموعات	الخطوة الأولى	الخطوة الثانية	الخطوة الثالثة	الخطوة الرابعة	الخطوة الخامسة
				الاختبار القبلي	الاختبار البعدي
المجموعة التجريبية	الوقوف على اليدين والدرجة من الوقوف	استراتيجية المنشطات العقلية	الوقوف على اليدين والدرجة من الوقوف	الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة	الفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي
المجموعة الضابطة	الوقوف على اليدين والدرجة من الوقوف	الأسلوب المتبع	الوقوف على اليدين والدرجة من الوقوف	الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة	الفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة

٢-٤ الاختبارات المستخدمة في البحث:

تعتبر عملية الاختبار والقياس من الأمور المهمة بالبحث العلمي " هي عملية اعتماد الطرق والشروط العلمية في تطبيق الأدوات فيما يراد قياسه " [٥] إذ اعتمد الباحثون عملية تقييم الأداء المهاري حيث تم تقييم الأداء من (١٠) درجة من قبل "أربعة حكام على وفق خصومات الأداء الخاص بالعبة ويتم حذف أعلى درجة وأقل درجة وتجمع الدرجتين المتبقيتين وتقسّم على اثنين لاستخراج الدرجة " القانون الدولي للجمناسك [٦].

٢-٥ التجربة الرئيسة:

الاختبارات القبليّة:

من أهم متطلبات البحث هي عملية الاختبارات القبليّة حيث تم إجراء الاختبارات القبليّة على عينة البحث لبعض المهارات على جهاز المتوازي بتاريخ (٢٥ / ٤ / ٢٠٢١) في قاعة الجمناسك الفني.

تطبيق المنشطات العقلية: إذ قام الباحثون بأعداد المتطلبات الخاصة بالمنشطات العقلية للمهارة التي تتناسب مع قدرة وامكانية الطلاب من حيث وقت اعطائها وحسب الأولوية الخاصة بكل منشط ومدى اتفائه مع المهارة.

❖ إذ تم تطبيق التجربة في يوم الاثنين المصادف (٢٧ / ٤ / ٢٠٢١) وانتهائها يوم الاربعاء (١٣ / ٦ / ٢٠٢١) إذ بلغ مدة التجربة (٥ أسابيع) بواقع (١) وحدة تعليمية في الأسبوع حيث بلغ مجموع الوحدات التعليمية لطيلة التجربة (٥) وحدة.

اعتمد الباحثون الخطوات التالية في الوحدة التعليمية.

يتم شرح المهارات الخاصة بالبحث وحسب تقسيمات اجزاء الوحدة التعليمية حسب الاولوية لكل مهارة في مستوى تعلمها.

يتم استخدام المنشط الاول الخاص بالجزء السمعي من خلال طرح الاسئلة والمناقشات وتصحيح والاطفاء والملاحظات.

يتم استخدام المنشط الثاني الخاص بالجزء البصري من العرض الفيديو والصور التوضيحية والملاحظات.

يتم استخدام المنشط الثالث الخاص بالتغذية الراجعة لما تم عرضه وشرحه اثناء الجزء التعليمي وتنفيذه في الجزء التطبيقي

تقوم المجموعة التجريبية باتباع مراحل المنشطات العقلية التي اعدت من قبل الباحثون.

- المجموعة الضابطة تطبق الاسلوب المتبع من قبل التدريسي.

- تم إجراء الاختبارات القبلية قبل يوم واحد من ابتداء التجربة وكذلك الاختبارات البعدية بعد يوم من انتهاء التجربة.

قسمت الوحدة التعليمية على وفق أقسام الوحدة الثلاثة وهي (التحضيرى، الرئيسى، الختامى) وقد طبقت التمرينات في القسم الرئيسى من الوحدة التعليمية.

بلغت مدة الوحدة التعليمية الواحدة (٩٠) دقيقة موزعة على القسم التحضيرى (١٥) دقيقة والقسم الرئيسى (٧٠) دقيقة، إذ كانت حصة التمرينات التوافقية (٣٠) دقيقة والقسم الختامى (٥) دقيقة.

٢-٦ الاختبارات البعدية:

تم إجراء الاختبارات البعدية بتاريخ ١٤ / ٦ / ٢٠٢١ وقد اتبعت الطريقة نفسها التي اتبعتها في الاختبارات القبلية وذلك بعد الانتهاء من المدة المقررة للتجربة والتي استغرقت ٦ أسابيع، وقد حرص الباحثون على إيجاد جميع الظروف للاختبارات القبلية ومتطلباتها عند إجراء الاختبارات البعدية من ناحية الوقت والمكان ووسائل الاختبار واداء الحكام بغية تقييم المهارة.

٢-٧. الوسائل الاحصائية:

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية وفق الحقيبة الإحصائية الجاهزة SPSS [٧].

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٣-١ مناقشة نتائج المجموعة الضابطة في اختبار مهارة الوقوف على اليدين والدرجة من الوقوف بين الاختبار القبلي والبعدى:

الجدول (1) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبار مهارة الوقوف على اليدين والدرجة من الوقوف للمجموعة الضابطة بين الاختبارات القبليّة والبعدية

بُعدي		قبلي		المتغيرات
ع	س	ع	س	
0.800	7	0.670	1.85	الوقوف على اليدين
0.780	6.800	0.700	1.95	الدرجة من الوقوف على الاكتاف

بما أن قيمة (t) المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية يتضح لنا أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبُعدي ولصالح الاختبار البُعدي ولكن ليس بالمستوى المطلوب، يتبين لنا ان التحسن للمجموعة الضابطة دل ذلك على الالتزام بقواعد الحصة التدريسية مع مدرس المادة والأسلوب الامري المتبع [8].

عرض نتائج المجموعة التجريبية في اختبار مهارة الوقوف على اليدين والدرجة من الوقوف بين الاختبارين القبلي والبُعدي وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (2) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبار مهارة الوقوف على اليدين والدرجة من الوقوف للمجموعة التجريبية بين الاختبارات القبليّة والبعدية

بُعدي		قبلي		المتغيرات
ع	س	ع	س	
0.700	8.400	0.600	2.12	الوقوف على اليدين
0.685	8.500	0.740	2.18	الدرجة من الوقوف على الاكتاف

مناقشة نتائج المجموعة التجريبية في اختبار مهارة الوقوف على اليدين والدرجة من الوقوف بين الاختبارات القبليّة والبعدية:

من خلال الجدولين (2) يتبين أن قيمة (t) المحسوبة لاختبار المهارات الأساسية هي أعلى من قيمة (t) الجدولية ومستوى دلالة (0,05)، وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعدية لصالح الاختبارات البعدية.

ويعزو الباحث سبب هذا التعلم الذي حققته المجموعة التجريبية إلى استخدام إستراتيجية المنشطات العقلية في تعلم المهارات

حيث لوحظ ان استراتيجية المنشطات العقلية تعمل على تهيئة الأجواء المناسبة بفاعلية عالية ورغبة شديدة للمتعم في تنفيذ هذه الاستراتيجية و تطبيقها وكونها ذات خاصية

جيدة ومتفاعلة وبدورها تعمل على التحفيز بشكل مباشر قبل البدء بعملية الأداء للمتعلم تعمل خلق جو تعليمي فعال وبما انه اغلب العمليات تؤدي في فعالية الجمناستك الفني تحتاج الى تصور بشكل عالي جدا وتحتاج الى فهم بمخيلة الطالب واجراء اكثر من عملية قبل البدء في الأداء والعقل الباطن هو الذي يقوم بأداء المهارة بتصور كامل قبل تنفيذها على الجهاز او بدون جهاز كون الواجب الذي يؤديه الطالب فيه صعوبة عالية جدا فيتوجب على الطالب اجراء عدة عمليات وبدور المنشطات العقلية في الية تنفيذها تقوم بمساعدة الطالب المؤدي فهم وتبسيط هذا الواجب والتحفيز على الاقدام في تأديته بشكل جيد وعلى الطالب بدوره الاستفادة من هذه المنشطات في عملية الأداء قبل البدء بالتنفيذ للمهارة على ارض الواقع [٩].

عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية لاختبار مهارة الوقوف على اليدين والدرجة من الوقوف بالجمناستك الفني وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (3) الأوساط الحسابية للاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية لاختبارات مهارة الوقوف على اليدين والدرجة من الوقوف بالجمناستك الفني

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		(t) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
		س	ع±	س	ع±			
الوقوف على اليدين	درجة	8.400	0.700	7.000	0.800	5.800	0.0	معنوي
الدرجة من الوقوف على الاكتاف	درجة	8.500	0.685	6.800	0.780	7.900	0.0	معنوي

تضمن هذا الباب عرضاً مفصلاً لجميع نتائج الاختبارات المستعملة في البحث للاختبارين القبلي والبعدى لأفراد عينة البحث، وقد تم تحليل هذه النتائج في ضوء القوانين الإحصائية المستعملة في البحث، والمناسبة لهذه البيانات في ضوء المرجع العلمي المثبت لهذا الاستعمال لكي يتم لنا اختبار فروض البحث وأهدافه في ضوء الإجراءات الميدانية التطبيقية التي قام بها الباحثون بالتوصل إلى هذه النتائج، ومن ثم مناقشتها في ضوء الإطار المرجعي لها. لذلك وجدنا من خلال النتائج التي توصلنا إليها هناك افضلية واضحة في نسبة التعلم للمجموعة التجريبية هذا دليل على التوظيف الصحيح للاستراتيجية المستخدمة قيد البحث واتباع الخطوات الصحيحة. من خلال ما تم عرضه من خطوات واجراءات تبين لنا ان المنشطات العقلية كان لها دورا ايجابيا في نسبة عملية التعلم للمهارات قيد البحث حيث كانت تعمل على اقبال المعلومة لدى

المتعلمين من خلال الطرق الخاصة بها والجوانب المتعلقة لمتغير المنشطات العقلية والتي بدورها تسهل على المعلم في عملية اعطاء وايصال المعلومة للمتعلم في عملية استقبال المعلومة كون الايعازات المبعوثة من الجهاز العصبي الى الجهاز العضلي كون عملية الأداء على الجهاز تتطلب كم عالي من الدقة والتركيز والانتباه منعا لحدوث الإصابة مما يساعد على عملية اكتساب المهارة وهذا ما يؤكد " عملية اندفاع المتعلمين في عملية التعلم هي احد اسباب نجاح العملية التعليمية وهذا يعتمد على نوعية المثير ورغبة المستقبل في اثناء التعلم " [10] . اذ عمل الباحثون على التنسيق بين الجزء الذي يقوم باعطائه للمتعلم ومع الجزء الخاص بالمنشط العقلي وذلك من خلال صعوبة المهارة وامكانية المنشط في الترابط مع هذه المهارة ويتفق هذا مع " ان عملية الشرح والايضاح والقدرة على فهم الحركة والية ربطها مع المتغير المستقل يؤدي الى التقدم في عملية التعلم من خلال الربط الصحيح " [11].

ويقع ايضا على عاتق المتعلم نسبة من عملية التعلم من خلال التركيز والانتباه والفهم الصحيح اثناء اعطاء المعلومة والذي بدوره يعمل على التسهيل الكثير في الوقت والمسافات في سرعة التعلم " ان القابلية الذهنية للناشئ تساعد كثيرا على استغلال الفرص والاستفادة منها في التعلم " [١٢]

ويتبين لنا من النتائج التي اظهرها البحث انسجام العينة مع المتغيرات المستعملة في البحث من جميع الجوانب وكون اعمار العينة ايضا بالمستوى المطلوب للمتغير المستقل وتعلم المهارات التي تم اختيارها في البحث هذا ما يؤكد صالح (٢٠٠٩) " بان النتائج المتقدمة التي نحصل عليها لكل نتائج البحث يرجع سببها الى سلامة المنهج التعليمي والمتغيرات المناسبة واحتوانه على المنهج الصحيح والتكرارات المناسبة والمتناسقة مع مستوى وقابليات افراد العينة " [١٣].

ومن خلال النتائج ايضا يتبين لنا ان طلاب عينة البحث هم مبتدئين ويحتاجون الى التركيز والفهم والانتباه والتوجيه وهذه كلها موجودة في الاستراتيجية بشكل منظم ومنسق ومرتب حسب وقت اعطاء المنشط وذلك ليسهل على المتعلم في عملية التعلم وتجزئة خطوات التعلم من السهل الى الصعب وهذا ما يتفق مع ذكره الفضلي (٢٠١٠) " التوافق الحركي يتطور كلما ازدادت معرفة المتعلم بأجزاء المهارة التفصيلية واستيعابه للمعلومات المتعلقة بها بشكل

جيد ، وهذا يؤدي الى امكانيات الملاحظة الذاتية والتصحيح الذاتي ومقارنتها بشرح المدرس
[١٤].

٤. الخاتمة:

من خلال النتائج التي نوقشت سابقا استنتج الباحث ان طبيعة الاستراتيجية كانت ذات
تأثير إيجابي وفعال في عملية تعلم المهارات ، وان اتباع استخدام المنشطات حسب الأولوية
والانتقال بين منشط واخر ساعد في تعلم المهارات، وان كثرة طرح الأسئلة والاجوبة في كيفية
تطبيق التمرين واستعمال المنشط ساعد على تعلم المهارات ووصى الباحث الى اعتماد
الاستراتيجيات والتمرينات المرتبطة بالمنشطات العقلية وتوظيفها في الجانب الرياضي وكذلك
اعداد تمرينات تتوافق مع المنشطات العقلية في تعلم المهارات ، وان استعمال المنشطات العقلية
في الجزء التعليمي بشكل اساسي لتعلم المهارات وتطبيقها بشكل منظم وكذلك توظيف المنشطات
العقلية في الرياضات التي تحتاج الى قدرات عقلية في الأداء.

المصادر:

- [١] فرات جبار سعد الله؛ مفاهيم عامة في التعلم الحركي. (الطبعة الاولى، جامعة ديالى، ٢٠٠٨).
- [٢] سامي محمد ملحم؛ سيكولوجية التعلم والتعليم الاسس النظرية والتطبيقية. (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع. ٢٠٠٦).
- [٣] محمد ابراهيم شحاتة. تدريب الجميز المعاصر، جامعة الإسكندرية – كلية التربية الرياضية للبنين، دار الكتاب الحديث، الطبعة الاولى، ٢٠٠٣).
- [٤] عامر ابراهيم قندلجي. منهجية البحث العلمي، (عمان دار اليازوي العلمية للنشر. ٢٠١٢).
- [٥] ياسر محمود وهيب. موضوعات في القياس والتقويم التربوي والاختبارات، (جامعة ديالى، المطبعة المركزية، ٢٠١٦).
- [٦] القانون الدولي للجمناستك الفني للرجال. الاتحاد العراقي للجميز (٢٠١٥).
- [٧] الكنانى، عايد عبد الكريم. مقدمة في الإحصاء وتطبيقات SPSS. (عمان: دار اليازوري للنشر والتوزيع، ٢٠٢٠).

Rana Abdalssatar Jassim, AlmutasemBellah W. Mahdi [٨.]

and. Mohammed W. Mahdi (2022) “The Effect of Using the Strategy Mental Stimulants to Learn Some Skills on the Parallel Device in Artistic Gymnastics”, *Journal Healthcare Treatment Development(JHTD)* ISSN, 2(01), pp. 1–6. doi: 10.55529/jhtd21.1.6.:

[٩.] ايمان حمد شهاب؛ علي حسين علي. تأثير برنامج تعليمي باستخدام اشكال من المنشطات العقلية في مهارة الطبطبة العالية بكرة السلة. (مجلة كلية التربية الأساسية – الجامعة المستنصرية. المجلد ٢٤، العدد ١٠٠، ٢٠١٨).

[١٠.] عامر؛ طارق عبد الرؤوف، المصري؛ إيهاب عيسى. التفكير البصري – مفهومه- مهاراته- استراتيجيته، (القاهرة، المجموعة العربية للتدريب والنشر الطبعة الاولى، ٢٠١٦).

[١١.] وجيه محجوب واحمد البدري: اصول التعلم الحركي. (الموصل الدار الجامعية للطباعة والنشر، ٢٠٠٢).

[١٢.] الاجباريات الفنية للجمباز الفني للرجال – الاتحاد المصري للجمباز – ٢٠٠٦ : ٢٠٠٨ م

[١٣.] صالح جويد هليل: تأثير تكرارات مختلفة من التصور العقلي في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم وفقا لمستويات تعلم الاداء. (رسالة ماجستير – كلية التربية الرياضية – جامعة القادسية، ٢٠٠٩).

[١٤.] الفضلي، صريح عبد الكريم. تطبيقات البيوميكانيك في التدريب والأداء الرياضي والأداء الحركي. (عمان: دار دجلة، ٢٠١٠).