

## تأثير ترمينات خاصة باستخدام الأدوات في تعليم مهارة العربية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للنساء

م.م رؤى أكرم أكبر  
[Roaa.A@cope.uobaghdad.edu.iq](mailto:Roaa.A@cope.uobaghdad.edu.iq)  
جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

م.م رعدة احمد شهاب  
[Raghda.A@cope.uobaghdad.edu.iq](mailto:Raghda.A@cope.uobaghdad.edu.iq)  
جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ا.م.د جمال سكران حمزة  
[Jomal.Hamza@cope.uobaghdad.edu.iq](mailto:Jomal.Hamza@cope.uobaghdad.edu.iq)  
جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

م.م علي سعدي محسن  
[Ali.S@cope.uobaghdad.edu.iq](mailto:Ali.S@cope.uobaghdad.edu.iq)  
جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تأريخ قبول النشر : ٢٠٢٥/٥/١٨

تأريخ الاستلام : ٢٠٢٥/٣/٢٧

### ملخص

تتميز لعبة الجمناستك الفني بقسميها نساء ورجال بانها من الألعاب التي تحتاج في أداء مهاراتها الحركية الى انسيابية ودقة كبيرة وهدف البحث معرفة تأثير الترمينات الخاصة باستخدام الأدوات في تعليم مهارة العربية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للنساء. **إما فرض البحث.** وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى أداء مهارة العربية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية ولصالح البعدي استعمل **الباحثون المنهج التجريبي** (بتصميم المجموعة الواحدة ذي الاختبار القبلي والبعدي) لملائمته طبيعة المشكلة المراد حلها. تحدد مجتمع البحث بـ (5) لاعبات لنادي العمال في بغداد وتتراوح اعمارهن بين (6-8) سنة وهي فئة البراعم، ممن يتدربن في قاعة كلية النور في بغداد الكرخ واستخدم الباحثون لاعبتين من نادي الامانة الرياضي للتجربة الاستطلاعية واستقرت العينة على 5 لاعبات للتجربة الرئيسية وشكلت عينة البحث نسبة (75%). لاعبتين للتجربة الاستطلاعية وبلغت نسبتها (25%). **استنتج الباحثون:** ان لاستخدام الترمينات الخاصة بالأدوات ساهمت بتطور مهارة العربية على جهاز الأرضية 2- وفرت الأدوات المستخدمة مجموعة متنوعة من الترمينات التي ساهمت بنسبة لتعلم المهارة وصى **الباحثون** 1- بضرورة تنوع استخدام الأدوات لكل مهارة وبما يناسبها من التمرين المصممة لها. 2- استخدام الأدوات والتمرينات مع إضافة ترمينات أخرى على منصة القفز لتعلم نفس المهارة **الكلمات المفتاحية:** - جمناستك. العربية. ترمينات خاصة.

### التعريف بالبحث

#### 1-1 المقدمة

تتميز لعبة الجمناستك الفني بقسميها نساء ورجال بانها من الألعاب التي تحتاج في أداء مهاراتها الحركية الى انسيابية ودقة كبيرة، وتعتبر الأدوات والأجهزة المستخدمة فيها جزءا مهما لعملية تعلم المهارات الأساسية فبعض منها تنمي القدرات البدنية والحركية وذلك من خلال بعض ترمينات القوة وتمرينات الحركة والجزء الاخر يحسن ويعلم المهارات الأساسية وذلك من خلال الاستخدام الأداة او الجهاز المساعد في أحد أجزاء المهارة. "وتختلف طرق وتقنيات التدريب للمهارات في كل رياضة من مدرب الى آخر، اعتماداً على الأدوات والمعدات المتوفرة في صالة التدريب وثقافة المدرب الرياضية وإبداعه في الابتكار (Nada Ibrahim, 2024)."

ولعبة الجمناستك الفني للنساء واحدة من الألعاب الرياضية التي يتنوع فيها الأداء على أجهزة مختلفة ومهارات كثيرة، مثل بساط الحركات الأرضية، وعارضة التوازن، والمتوازي مختلف الارتفاع، ومنصة القفز، والتي تتطلب قوة ومرونة وتوازناً عالياً ومهارة العربية هي حركة أساسية في الجمناستك الفني والتي تتطلب تناسقاً وقوة ومرونة، وتعتبر من المهارات التي يصعب

تعلمها في المراحل الأولى من التدريب. "اذ تعتبر المهارات الأساسية لجميع الألعاب الرياضية هي اللبنة الأولى والاساس في تعلم باقي المهارات المركبة التي تدخل في أكثر من مهارة أساسية والخصوصية كل لعبة من الألعاب الرياضية سواء كانت فردية ام جماعية فان لها أسلوب تدريبي وطريقة خاصة تناسب كل الأعمار والخصوصية لعبة الجمناستك الفني للرجال كان ام للنساء فأنها تحتاج الى كم هائل من الأجهزة والأدوات المساعدة لتحول دون وقوع اللاعب وتعرضه للإصابة كونها متعددة الأجهزة وذات متطلبات مهارية كثيرة وعلى جميع اجهزته (Akbar, R. A., & Ali Yassin, S. H. (2024) P22).

وتناولت العديد من البحوث وأكدت على أهمية استخدام الأدوات والأجهزة في تعلم مهارات الجمناستك الفني لكونها توفر المساعدة والتوجيه اللازمين للمتعلمين. وتطور القوة والمرونة والتوازن. وتحسن التناسق الحركي. وتقلل خطر الإصابات. وكما أكدت على قدرتها في تحسين الأداء من خلال المسارات الحركية الصحيحة وتقليل الأخطاء. كما تناولت الكثير من هذه الدراسات تأثير التمرينات الخاصة باستخدام الأدوات على تعلم جزئية بعض المهارات، مثل مهارة العربية ويشير (عدي، 2016، 121) إذا اردنا الوصول الى مستوى عال من الأعداد المهاري وجب ادخال تمارين خاصة باستخدام اجهزة وادوات مساعدة ضمن البرنامج التعليمي والتدريبي للاعب ويسن مبكرة وذلك من اجل التعلم بإتقان. وتكمن أهمية هذه الدراسة في تسليط الضوء على تأثير استخدام التمرينات الخاصة بالأدوات في تعليم مهارة العربية، وتقديم توصيات عملية لتحسين عملية التعلم والتدريب.

### 2-1 مشكلة البحث

تمثل مشكلة الدراسة في عدم وجود دراسات كافية تتناول تأثير التمرينات الخاصة باستخدام الأدوات على تعلم مهارة العربية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للنساء، مما يستدعي إجراء هذه الدراسة للتحقق من هذا التأثير. ولكون مهارة العربية من المهارات الأساسية والتي اذا بنيت على خطأ في التعلم فان الحركات التي تأتي بعدها كونها مهارة ربط أساسية للمهارات المركبة لذا سواجه اللاعب صعوبة في الربط لأداء مهارة اصعب لذا استخدمت الباحثون تمرينات خاصة باستخدام الأدوات ليوصل اللاعب الى مرحلة صحيحة وجيدة وقابلة لربطها بمهارة اصعب

### 3-1 هدف الباحث

معرفة تأثير التمرينات الخاصة باستخدام الأدوات في تعليم مهارة العربية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للنساء.

### 4-1 فرض البحث

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى أداء مهارة العربية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية ولصالح البعدي

### 5-1 مجالات البحث

1- المجال البشري: لاعبات الجمناستك لفئة البرعم في نادي العمال الرياضي في بغداد الكرخ

2- المجال الزمني: للفترة 2025/1/5 ولغاية 2025/2/20.

3-المجال المكاني: قاعة كلية النسور.

### 2-1 منهج البحث:

استعمل الباحثون المنهج التجريبي (بتصميم المجموعة الواحدة ذي الاختبار القبلي والبعدي) لملائمته طبيعة المشكلة المراد حلها.

### 2-2-1 مجتمع البحث وعينته: -

### 2-2-1 مجتمع البحث

تحدد مجتمع البحث بـ (5) لاعبات لنادي العمال في بغداد وتتراوح اعمارهن بين (6-8) سنة وهي فئة البراعم، ممن يتدربن في قاعة كلية النسور في بغداد الكرخ واستخدمت الباحثون لاعبتين من نادي الامانة الرياضي للتجربة الاستطلاعية واستقرت العينة على 5 لاعبات للتجربة الرئيسية وشكلت عينة البحث نسبة (75%) . لاعبتين للتجربة الاستطلاعية وبلغت نسبتها (25%).

### 2-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستعملة: -

2-3-1 الوسائل البحثية: -استعان الباحثون بالوسائل البحثية الآتية: -

- 1- المصادر والمراجع العربية والاجنبية.
- 2- الملاحظة والتحليل.
- 3- المقابلات الشخصية.
- 4- الاختبارات والقياس.
- 5- التجريب.
- 6- شبكة الانترنت

2-3-2 الأدوات والأجهزة المستعملة: - استعانت الباحثون بالأدوات والأجهزة الآتية: -

1. ساعة توقيت الكترونية.
2. كاميرا تصوير.
3. جهاز لاب توب.
4. جهاز ارضية.
5. ابسطة اسفنجية 1م×1م عدد 4
6. رولة اسفنجية
7. بساط اسفنجي ارتفاع 1م
8. قفاز
9. حبال مطاطية

2-4 اجراءات البحث الميدانية:

2-4-1: - التمرينات

استخدم الباحثون التمرينات الخاصة بالأدوات المختارة بوقت المخصص من الوحدة التعليمية وكما وضح بالشكل التالي

الملاحظات	التمرين
التأكيد على مد الرجلين	1 باستخدام الحبال المطاطية من خلال تثبيت الطرفين أسفل الرجلين بالكعبين من وضع الوقوف والذراعين الى الأعلى مرجحة الرجل الحرة بقوة الى الامام الأعلى
التأكيد على ضم الصدر الى الداخل	2 نفس التمرين الأول بعد الانتهاء من مرجحة الرجل الحرة الرجوع بها الى الأسفل والاستناد على الرجل الأخرى مع الحفاظ على وضع الجسم ممدود بوضع افقي مع الأرض بحركة تشبه الميزان مع ثني القدم الارتكاز والثبات
الحفاظ على وضع الراس	3 نفس التمرين الأول + التمرين الثاني وباستخدام القالب الاسفنجي بارتفاع 1متر تقوم اللاعبة بالاستناد على البساط بذراع واحدة مع قتل الجذع قليلا
التأكيد على الزاوية الصحيحة	4 باستخدام بساط بارتفاع 20سم ومن وضع الوقوف والذراعين للأعلى القفز للأعلى بكاتا الرجلين وعند الارتفاع تسحب اللاعبة الرجل الحرة بزاوية 90 درجة وتهبط على البساط برجل واحدة مع الحفاظ بهذا الوضع
التأكيد على وضع الكفين الصحيح	5 نفس التمرين السابق يتم وضع بساط ثاني بارتفاع 40 سم امام البساط الأول وبعد القفز والثبات على رجل واحدة تقوم اللاعبة بالنزول على الرجل الحرة والاستناد بالذراعين على البساط بارتفاع 40سم
التأكيد على المسافة وضع الكفين من الرجلين	6 نفس التمرين السابق تقوم اللاعبة بالنزول على الرجل الحرة والاستناد بالذراعين على البساط بارتفاع 20سم
التأكيد على سرعة الدوران	7 نفس التمرين السابق تقوم اللاعبة بالنزول على الرجل الحرة والاستناد بالذراعين على البساط بدون أي ارتفاع أي على الارض

8	باستخدام البساط الاسفنجي 1 متر والرولة الاسفنجية الاستناد على البساط والخطف مع عول نص دورة والنزول على البطن على الرولة الاسفنجية	الخطف الصحيح
9	بعمل ثلاث خطوات القفز وأداء مهارة العربية كاملة بدون ادوات	

الشكل (1)

يوضح التمرينات المستخدمة ووصفها لتعلم مهارة العربية

#### 2-4-2 توصيف اختبارات: -

#### 1-2-4-2 الاختبار المهاري

#### الاختبار المهاري

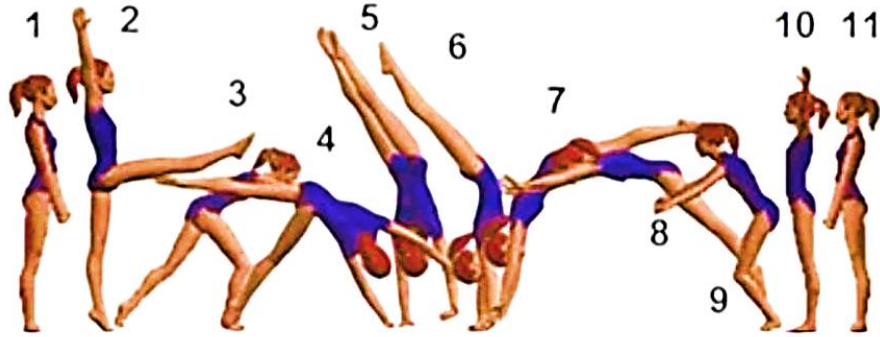
1-الهدف من الاختبار: قياس قابلية الأداء ومعرفة درجة النهائية التي تحصل عليها اللاعبة لأداء مهارة العربية على جهاز بساط الارضية

أدوات الاختبار: جهاز بساط الحركات الرضية.

تقييم الاختبار: يتم تقييم الاختبار حسب الأداء الفني بحسب ما اتفق عليه المحكمين بحساب الاخطاء للاعبة إذ إن أعلى درجة تحصل عليها اللاعبة على الجهاز هي (10) درجات.

إجراءات الاختبار: من وضع الوقوف والذراعين الى الأعلى تقوم اللاعبة بالخطف بالذراعين والقفز الى الامام والنزول بالتتابع بالقدمين وأداء مهارة العربية بخط مستقيم والثبات الى الوضع الاول

لتسجيل: يتم التقييم من اربعة حكام اختصاص جمناسك وحسب تقييم داخلي لهم ويؤخذ متوسط الدرجتين ويقسم على (2) لغرض استخراج درجة اللاعبة النهائية ويكون تقييم الأداء من (10) درجات وحسب الاتفاق وكما موضح بالشكل التالي.



شكل (2)

يبين أداء مهارة العربية على بساط الحركات الارضية

#### التجربة الاستطلاعية

#### 5-2 التجربة الاستطلاعية

قام الباحثون بأجراء تجربة استطلاعية بمساعدة فريق العمل المساعد لمعرفة فاعلية عمل جهاز المساعد ، إذ تمت التجربة الاستطلاعية في قاعة النسور في نادي العمال الرياضي على عينة مكونة من (2) لاعبة ، وكان هدفها هو تجربة عمل الأدوات المستخدمة التمرينات بشكل اولي على اللاعبات المشاركات في التجربة فضلا عن معرفة فيما اذا كانت توافق أداء تعلم مهارة

البءء وبعء اءء ارءء المرءبين الءابعين للاءءاء للءناسءك اءءء من بعء أن الأءواء والءهاز المساعء يوافق ءءوير أءاء المسارء المهارية المطلوبة.

## 2-6 الاءءبار القبلى: -

بعء إن انءهى الباءءون من ءءربة الاسءلاعية أءربء الاءءبار القبلى لمءموع عينة البءء بعء يومين من ءءربة الاسءلاعية وءلك فى 2024 / 12 / 1 ءم مرءاءء الظروف الاءءبار وءهية الأمر الإءارية لفريق العمل المساعء للاءءبارء البءنية والءكام بأءراج الءرءاءء بسبء ءسلسل الضابءة وءءرببية

## 2-7 ءءربة الرئسية: -

واعءمءء الباءءون على المفراءء المقررة والموضوعة من الاءءاء المرءزى للءناسءك الفنى لهءه الاءمار ، واسءءءم الأءواء والءهاز المساعء فى المنهاء الموضوع للءينة ، واسءمءء ءءربة لءءة ( 8 ) اساببع واشءمءء على ( 16 ) وءة ءعلبية بواقع ( 2 ) وءاءء فى الاسبوع وكما مقرر ، وبلع زمن الوءة الكلية (120) ءقيقة مقسمة على ءهازين للوءة ءءرببية وطبق المنهاء ءعلبى بفضرة زمنية مقدارها ( 45 ) ءقيقة بالنسبة لءهاز الارضية ، كما اعءمء الباءءون على مباء ( الءكرار) ، وءرصوا على أن يكون المنهاء ءعلبى الذى قاموا بءصميمه وضع من قبلهما وفق الأسس والمباءء العلمبة.

## 2-8 الاءءبار البعبى: -

بعء إن انءهى الباءءون من ءءربة الرئسية لمءموع عينة البءء وءلك فى 2025 / 2 / 2 م ومن ءم قاموا بأءراء اءءبار البعبى لمءموعة البءء 2025/2/3 مرءاعين فى ءلك ان بءم الاءءبار بنفس الظروف الءى اءربى فىها الاءءبار القبلى. ءم ءءببم مباءرة من الءكام واءراج الءرءاءء بسبء ءسلسل العينة

## 2-9 الوسائل الإءصائبة: -

اسءءءم الباءءون الءقببة الإءصائبة (spss) لاسءءراج القبم الإءصائبة لءءاءء البءء.

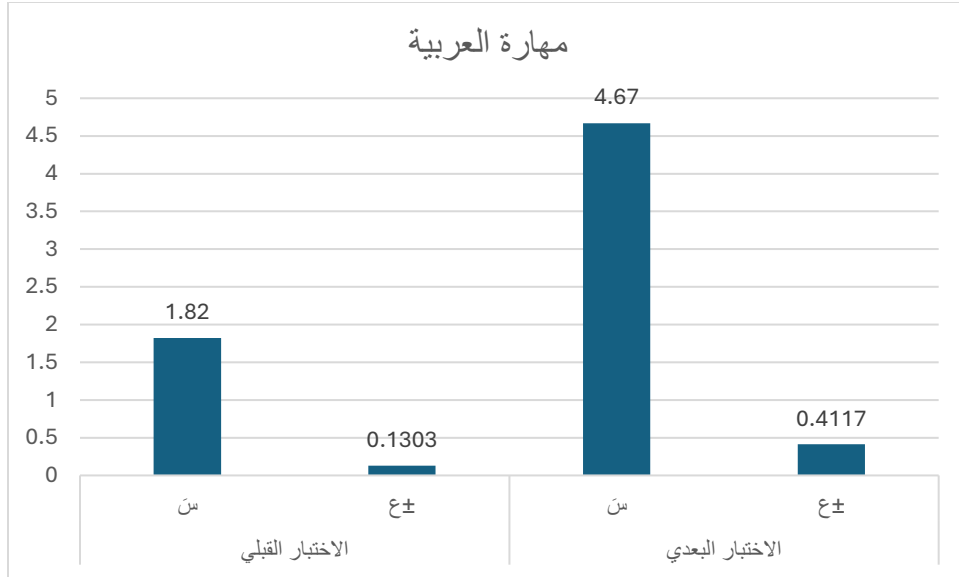
1. الوسط الءسابى
  2. الانءراف المعيارى
  3. النسبة المئوية
  4. قيمة T للعيناءء المرءابطة
- 3- عرض وءءلب الءءاءء ومناقشءها.

## 3-1 عرض نءاءء الاءءبارء القبلبة والبعببة لمءموعة البءء

### الءءول (2)

بببب المعالم الإءصائبة الءاصة بالاءءبارء القبلبة والبعببة للمءعبراء للمءموعة البءء

الاءءبار	ن	وءة القببب	الاءءبار القبلى		الاءءبار البعبى	
			س	ع	س	ع
مهارة العرببة	5	ء	1.82	.1303	4.670	.4117



الشكل (3)

يبين المدرج البياني للأوساط والانحرافات المعيارية للاختبار القبلي والبعدي لمجموعة البحث لمهارة العربية

### 2-3 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة لمجموعة البحث

الجدول (3)

يبين الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي وقيمة اختبار (T) والمعنوية للمجموعة في مهارة العربية

الاختبار	ن	القياس	ف	ع ف	قيمة (T) المحسوبة	المعنوية الحقيقية	نوع الدلالة
مهارة العربية	5	د	2.8500	.3708	17.186	.000	معنوي

### 2-3 مناقشة النتائج:

من الجدول (2) والشكل (3) الذين يشيران الى الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار المهاري لمجموعة البحث يلاحظ ان لنسبة تطور مهارة العربية فرق بين الاختبارين قليل والسبب يعود الى ان العينة هم براعم وليس لديهم خبرة كبيرة في أداء المهارات وكيفه تعلمها أي ان حصيلة الفهم والقدرات البدنية والحركية قليلة وبالتالي فان النسبة لديهم مقبولة جدا وهو ما قدمته التمرينات الخاصة المستخدمة من قبل الباحثون ولو التغير بين الاختبارين قليل لكنه كبير جدا مع العينة وهم براعم ويحتاجون الى تنوع كبير بعملية التعلم المهاري

وتشير (عبد الرضا وآخرون ، 2022 ، 68) الى ان التمرينات الخاصة لتعلم أي مهارة من المهارات هو بمثابة اعطاء اللاعب وسيلة مساعدة مهمة، وذلك لان اللاعبة تحتاج الى توجيه كبير في هذه المرحلة التدريبية والعمرية من التعلم، وكلما تنوعت التمرينات والأدوات المساعدة المستخدمة زادت من الخبرة التعليمية ، وهذا ما ذكره (عبدالله ، وغادة، 2023، 414) بانه لعبة الجمناستك الفني واحدة من الألعاب الفردية المهمة والتي يجب على المدرب توفير أجهزة مساعدة كثيرة في قاعة التدريب فضلا عن وجوب ابتكار الأدوات المساعدة لأجهزة الجمناستك كافة مما يسهل عملية التعلم .

وتؤكد (وجدان وآخرون. 2022. 69) الى ان كل مهاره في شكلها تحتاج الى جهاز او اداه خاصه في تعليمها اذ ان شكل الاداء ضروري جدا عند استخدام اي شكل من اشكال الادوات المساعدة فضلا عن مساعده المدرب للاعب ، وتتفق الباحثون مع دراسة

(Al-Saedeey, N. I., & Salman, A. S. (2024).)

والتي تشير الى ان المدرب الناجح هو الذي يستخدم كافة الإمكانيات المتاحة في عملية التعلم ويوصل طريقة الأداء بسهولة وبكل متطلباتها الفنية. وكذلك دراسة (Muhsen, T. A. (2024).) التي أشاروا بها الى ان الأساليب المتقدمة في التدريب والرياضة اليوم تعتبر من أهم وسائل النجاح والوصول الى مستويات عالية من الأداء في المهارات الرياضية، وتعتبر الأجهزة والأدوات المساعدة من أهم وسائل التدريب، بل وضرورية في صالات التدريب والقاعات، اما بالنسبة للتمرينات الخاصة فهي الأخرى بصمة خاصة لكل مدرب ذي خبرة كبيرة فتصميم التمرينات الخاصة ليس من الامر الهين في توصيل الأداء الصحيح للاعب او اللاعب وإعطاء التغذية الراجعة الصحيحة لهما وتتفق هذه الدراسة مع دراسة (Jehad, W. S., Lafta, A. A., & Hamza, J. S. (2023).) بان التمرينات الخاصة هي بمثابة فتح الطريق للمعرفة المهارية من حيث الأداء والمسارات الصحيحة والتي تكون مؤثرة على العضلات العاملة لكل مرحلة من مراحل الأداء وكذلك تتفق مع دراسة (Nasser, K. H., & Hamza, J. S. (2024).) والتي تشير بان التمرينات الخاصة واحدة من الأساليب الخاصة بالمدرّب لتعلم أي مهارة بمساراتها المطلوبة واحتياجاتها البدنية والحركية والتوافقية لتعلمها فضلاً عن الأداء المشابه لمراحلها الثلاثة (الجزء الابتدائي والرئيسي والنهائي). وتعتبر مهارة العربية من المهارات الأساسية المهمة لذي يجب التعامل معها بشكل كبير لان باقي المهارات ستبنى على الأداء الصحيح اذا بنيت مهارة العربية بناء وأداء جيد وهذا ما يوكده (زينه خالد, واخرون. (2024) الى ان المهارات الأساسية في كل الألعاب الرياضية هي تعتبر قاعدة مهمة لبناء الأداء المهاري المركب والذي يحتاج الى وقت وجهد عالي في الوصول الى شكل الأداء العام لها.

وبالنظر الى الجدول (3) الخاص بفرق الأوساط الحسابية والانحرافات وقيمة (T) والمعنوية الحقيقية يلاحظ ان الفرق معنوي اذ ان درجة المعنوية أصغر من 0.05 % والتي تشير الى وجود تأثير ملحوظ للاختبار البعدي وهو ما يحقق الأهداف والفروض للدراسة

#### 4-الاستنتاجات

#### 1-4 استنتج الباحثون: وفق ما جاء في النتائج ما يلي

- 1- ان لاستخدام التمرينات الخاصة بالأدوات ساهمت بتطور مهارة العربية على جهاز الأرضية
- 2- وفرت الأدوات المستخدمة مجموعة متنوعة من التمرينات التي ساهمت بنسبة لتعلم المهارة

#### التوصيات

#### 4-2 اوصى الباحثون:

- 1- بضرورة تنوع استخدام الأدوات لكل مهارة وبما يناسبها من التمرين المصممة لها
- 2- استخدام الأدوات والتمرينات مع إضافة تمرينات أخرى على منصة القفز لتعلم نفس المهارة

#### المصادر

1. م. د. ندى إبراهيم عبد الرضا، أ. م. د. علي عبد الواحد & م. د. جمال سكران حمزة (2022) تأثير تمرينات خاصة في تعلم مهارة الكب الانزلاقي للاستناد على جهاز المتوازي في الجمناستك الفني للرجال *Journal of College of Physical Education and Sport Science* . of
2. عبدالله جمال سكران، غادة مؤيد شهاب تأثير استخدام جهاز مساعد في تعليم مهارة السبندل على جهاز حصان الحلق في الجمناستك الفني للناشئين مجلة التربية الرياضية، 2023، المجلد 35، العدد 2، الصفحات 413-421
3. وجدان سعيد، احمد عبد الله، & جمال سكران. (2022). استخدام اجهزة وأدوات خاصة وأثرها في تطوير بعض مهارات الثبات على جهاز الحلق للجمناستك الفني للرجال. مجلة واسط للعلوم الرياضية، 11(4)، 67-85.

4. أ. م. د زینة خالد جاسم, م. م. زینب یاسل جواد, م. م. علی سعدي محسن & ا. م. د جمال سكران حمزة. (2024). الصلابة النفسية وعلاقتها بأداء بعض مهارات المجمع الحركية الاكروبايكية على بساط الحركات الارضية في الجمناستك الفني للرجال. *الثقافة الرياضية 15*, (خاص), 52-63.

5. عدي جميل شهاب. (2016). تأثير تمرينات خاصة في بعض القدرات البدنية والحركية ودقة الضربات الامامية والخلفية في السكواش.

6. Al-Saedeey, N. I., & Salman, A. S. (2024). The effect of using a feedback device in teaching a skill such as standing on the hands and switching a half turn outward on the parallel bar. *Journal of Physical Education (20736452)*, 36(2).

7. Muhsen, T. A. (2024). The effect of using a two-way assistive balance device on some motor abilities and improving the performance of the handstand skill in artistic gymnastics for men. *Journal of Physical Education (20736452)*, 36(2).

8. Jehad, W. S., Lafta, A. A., & Hamza, J. S. (2023). The Effect of Skill Performance–Like Exercises on the Improvement of Horizontal bar Shtalder and Endo Skill in Artistic Gymnastics for Men. *Journal of Physical Education*, 35(2).

9. Nasser, K. H., Manna, T. T., & Hamza, J. S. (2024). The effect of special exercises using training tools in learning the skill Healy to upper arm hang on the parallel apparatus for men. *journal mustansiriyah of sports science*, (5).

10. SPECIAL EXERCISES USING THE ASSISTIVE RINGS APPARATUS AND THEIR IMPACT ON TEACHING THE FRONT AND BACK LEVER SKILLS ON THE RINGS APPARATUS. (2024). *Proximus Journal of Sports Science and Physical Education*, 1(12), 90-97.

<https://proximusjournal.com/index.php/PJSSPE/article/view/179>

11. Akbar, R. A., & Ali Yassin, S. H. (2024). Special exercises using tools and their effect on learning the skill of landing with Salto backward tucked to stand on the horizontal bar. *Journal of Physical Education (20736452)*, 36(3).

## The effect of special exercises using tools in teaching the round-off skill on the floor exercises in artistic gymnastics for women

### Abstract

Artistic gymnastics, both for men and women, is one of the games that require fluidity and great accuracy in performing its motor skills. The aim of the research is to know the effect of special exercises using tools in teaching the teaching round-off skill on the floor exercises in artistic gymnastics for women. The research hypothesis is that there are statistically significant differences between the level of performance of the round-off skill between the pre-test and the post-test for the experimental group, in favor of the post-test. The researchers used the experimental method (with a single-group design with a pre-test and post-test) to suit the nature of the problem to be solved. The research community was determined by (5) female players from the Workers Club in Baghdad, whose ages ranged between (6-8) years, and they are the buds category, who train in the hall of the Eagles College in Baghdad, Karkh. The researchers used two female players from the Amanat Sports Club for the exploratory experiment, and the sample settled on 5 female players for the main experiment, and the research sample constituted (75%). Two female players for the exploratory experiment, and their percentage was (25%). The researchers concluded: - The use of exercises for tools contributed to the development the round-off skill on the floor apparatus. 2- The tools used provided a variety of exercises that contributed to learning the skill. The researchers recommended: 1- The necessity of diversifying the use of tools for each skill and according to the appropriate exercise designed for it. 2- Using tools and exercises with the addition of other exercises on the vaulting platform to learn the same skill.

**Keywords:** - Gymnastics. round-off. Special exercises.