

تأثير برنامج تعليمي باستخدام استراتيجية التعلم النشط (فكر- زوج- شارك) على مستوى بعض مهارات الجمباز الإيقاعي لطالبات كلية التربية الرياضية ببورسعيد

*د/إسراء رأفت محمد حمود

المستخلص:

يهدف البحث الى التعرف على تأثير برنامج تعليمي باستخدام استراتيجية التعلم النشط (فكر- زوج- شارك) على مستوى بعض مهارات الجمباز الإيقاعي لطالبات كلية التربية الرياضية ببورسعيد، تم استخدام المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية، تمثل مجتمع البحث من طالبات كلية التربية الرياضية جامعة بورسعيد للعام الدراسي (٢٠٢٠-٢٠٢١م)، وكان قوام العينة الأساسية (٢٠) طالبة تم تقسيمهم إلي مجموعتين متساويتين قوام كل مجموعة (١٠) طالبات، وكان من أهم النتائج أن البرنامج التعليمي باستخدام استراتيجية (فكر- زوج- شارك) له تأثير فعال على مستوى الأداء المهاري في رياضة الجمباز الإيقاعي، وأوصت الباحثة بضرورة الاهتمام باستراتيجيات التعلم النشط بصفة عامة في تنمية الأداء المهاري في باقي الرياضات، وخصوصا في المدارس.

Abstract

The research aims to identify the effect of an educational program using the active learning strategy (Think - Pair - Share) on the level of some rhythmic gymnastics skills for female students of the College of Physical Education in Port Said. The experimental approach was used with an experimental design for two groups, one control and the other experimental, representing the research population of female students from the College of Education. Sports College at Port Said University for the academic year (2020-2021 AD), and the core sample was (20) female students who were divided into two equal groups, each group consisting of (10) female students. One of the most important results was that the educational program using the strategy (Think - Pair - Share) has an effective impact on the level of skill performance in rhythmic gymnastics. The researcher recommended the need to pay attention to active learning strategies in general in developing skill performance in other sports, especially in schools.

*مدرس بقسم نظريات وتطبيقات التمرينات والجمباز والعروض الرياضية كلية التربية الرياضية (بنين- بنات)

بورسعيد . Anaesoo.1981@gmail.com

مقدمة ومشكلة البحث:

قد تصاعدت وتعالقت صيحات الإصلاح التربوي والتي تنادي بوجود حاجة ضرورية للتجديد والتحديث في الواقع التدريسي، وتعددت اتجاهات علماء التربية والباحثين التربويين نحو الاهتمام بالاستراتيجيات المتنوعة الهادفة التي تحقق ايجابيه المتعلم ونشاط عقليته، والعامل الجاد على تنميه قدراته ومهاراته في اكتساب المعرفة والمهارات واستخدامها، وعليه ظهر الاهتمام واضحا بالتوجه نحو تدريب المتعلم على الكيفية التي يمكن من خلالها اكتساب المعرفة بل وتداولها مع الاخرين سواء كانوا طلابا أو معلمين وتنميه مهارات المتعلمين ومساعدتهم على اكتساب مهارات المختلفة.

وبذلك يجب استخدام الأساليب الحديثه للتعلم والتي تزودنا بأفاق جديدة واسعة تساعد على إثراء وتنميه المهارات العقلية والمعلومات المختلفه لدى المتعلمين وكذلك تدريبهم على أن يكونوا مبدعين قادرين على التعامل مع أفاق الحداثه دون خوف أو تردد وذلك من خلال توفير مجال ايجابي يمكن من خلاله تفاعل المتعلم مع المعلم للحصول على كل ما هو جديد ومبتكر. (١٦: ٧)

وتؤكد "جوده سعاده" (٢٠٠٦م) أن الاتجاه إلى التعلم النشط كأحد الأساليب والاليات المهمه في التدريس سعيا نحو تحقيق عملية التعليم والتعلم وتحقيق الجودة الشاملة في التعليم ونقل التعلم من الطرق التقليدية المعتمده على الاستظهار والحفظ والتطبيق إلى طرق وإستراتيجيات أكثر إيجابية تعتمد على فعاليه المتعلم واشتراكه في عمليه التعليم لتنميه جوانب شخصيته وقدراته وذكائه. (٣: ٢٢٥)

ويشير "حسن شحاته" (٢٠٠٨م) إلى أنه يجب البدء والتركيز على الدور النشط للمتعلم في الموقف التعليمي بحيث يتم التعلم من خلال العمل والبحث والتجريب وكذلك اعتماد المتعلم على ذاته في الحصول على المعلومات واكتساب المهارات وتنميه القدره على حل المشكلات والعامل الجماعي والتعلم التعاوني. (٤: ٢٠٣)

وتعتبر إستراتيجية (فكر - زواج - شارك) إحدى طرق التعلم التعاوني والتي تتضمن خطوه التفكير التي يطلب فيها المعلم من المتعلمين أن يفكر كل منهم بمفرده لمدته دقيقه وأن التجول والكلام غير مسموح مع بعضهما وبعد قيام المعلم بطرح سؤال يرتبط بالدرس، وفي خطوه المزواجه يطلب المعلم من المتعلمين أن يناقشوا ويفكروا فيه في شكل أزواج وفي خطوه المشاركة يطلب المعلم من كل زوج أن يشارك مع زوج آخر بالتحدث فيما طرحه المعلم. (١٠: ١٩٤)

تشير "سلوى بصل" (٢٠٠٨م) إلى أن التعلم النشط هو تعلم يركز على الطالب حيث يقوم بحل المشكلات والمناقشة والجدال في اطار من الاعتمادية المتبادلة الايجابية والمسؤولية الفردية ويساعد ذلك على اكتساب مهارات التفكير الناقد والحل الإبداعي للمشكلات وتكوين اتجاهات موجبة نحو المادة وزيادة مستوى ثقة الطالب في مهاراته ومعارفه. (٨: ١٣)

وتتسم استراتيجيه (فكر- زوج- شارك) بأنها إستراتيجية لا تحتاج إلى وقت طويل في تنفيذها، وخطواتها محدده وبسيطه، يمكن تطبيقها بسهولة كما تجعل الطالب له دور نشط وفعال يشارك وينافس ويتفاعل مع زملائه ويصبح محور العمليه التعليميه. (١٥: ١٠)

ويشير هاني Hany (٢٠) إلى ضرورة توفر بيئة تعليمية نشطة يقوم فيها المتعلم بدور ايجابي أثناء التعلم من خلال أنشطة التعلم المختلفة بحيث توفر للطالب فرص الاندماج في مهام التعلم الفردية والجماعية. (٢٢: ٣٦٧)

ويضيف كاجان (٢٠١٢م) أن إستراتيجية "فكر- زوج- شارك" تعد من أسهل إستراتيجيات التعلم التعاوني من حيث إجراءات تنفيذها، وأكثرها مرونة لأنه يمكن استخدامها في كافة مستويات التفكير والمراجعة والنقد، كذلك تتميز هذه الإستراتيجية ببساطة خطواتها في ضوء الإرشادات التي يقدمها المعلم. (٢٤: ١٩٥).

ويعرف "عايش زيتون" (٢٠٠٧) إستراتيجية "فكر- زوج- شارك" بأنها "إحدى طرائق التعلم التعاوني التي تتضمن خطوة التفكير التي يطلب فيها المعلم من المتعلمين أن يفكر كل منهم بمفرده (لمدة دقيقة) وأن التجول والكلام غير مسموح بهما بعد طرح المعلم سؤالاً يرتبط بالدرس، وفي خطوة المزاوجة يطلب المعلم من المتعلمين أن يناقشوا ما فكروا فيه في شكل أزواج، وفي خطوة المشاركة يطلب المعلم من كل زوج أن يشارك مع الصف كله فيما تم التحدث فيه. (١٠: ١٩٤)

وتشير ساميه هجرسي (٢٠٠١م) إلى أن التمرينات الفنية الايقاعية هي حركات بدنية توحد بين العقل والروح والجسد وتؤدي بغرض تربوي تبعا لأسس وقواعد علميه بهدف تنميه عناصر اللياقة البدنية سواء لتحقيق هدف تعليمي أو تربوي أو إبداعي تنافسي أو ترويحي أو وقائي. (٧: ٦)

وتشير عنايات فرج وفاتن البطل (٢٠٠٤م) إلى أن رياضة الجمباز الإيقاعي تجمع بين الفن والرياضة في كيفية استخدام أدواتها المختلفة تتميز بالرشاقة والإبداع وترتبط ما بين الحركة والرقص والهارموني والجمال مع استخدام الموسيقى والتي تلعب دورا هاما في فاعلية الأداء الحركي كما أنها تفجر القدرات الكامنة والانفعالات داخل جسم الانسان. (١٣: ٦)

ويتفق كلا من "عنايات فرج، فاتن البطل (٢٠٠٤م)، ياسمين البحار، سوزان صلاح" (٢٠٠٤م) إلى أن التمرينات الفنية الإيقاعية من المقررات الإجبارية التي تنمي الطالبة من جميع النواحي وتكسبها القوام الجيد مع الإحساس بالحركة وديناميكيته والشعور بالعلاقة بين الزمن والمكان، وتتميز بالشمول والتنوع والانسيابية، وتكسب ممارسيها الثقة بالنفس والانفعال السار المحبب إلى النفس. (١٣: ٧) (٢١: ١٠)

ويضيف Jasterjembskala & Titov (٢٠١٣م) أنها من الرياضات التي تتميز بتعدد وتنوع المهارات الحركية الأساسية للجسم وهي الوثبات والقفزات Jump leap التوازنات Balances الدوران بالارتكاز Pivot المرونات التموجات (waves & flexibility التي تعد القاعدة البنائية العريضة الأساسية لتكوين الجمل. (٢٣: ٢)

ووجدت الباحثة أن مقرر الجماز الإيقاعي للفرقة الثانية يشمل على عدة موضوعات منها الجمل الحركية باستخدام الأدوات مثل الطوق والشريط والكرة ويتم تعليم مهارات كل جملة بشكل منفرد ثم يتم الربط بين المهارات بعضها البعض في شكل سلاسل حركية لتكوين الجمل الحركية باعتبارها العائد النهائي لعملية التعليم، فلاحظت الباحثة من خلال تدريسها لمقرر الجماز الإيقاعي للطالبات بالكلية والمشاركة في الإختبارات العملية بالقسم أن الطالبات تجدن صعوبة في أداء بعض المهارات الخاصة بالجماز الإيقاعي مثل (الدرجات- الوثبات- التوازنات- الدورانات) مع مسك الأداة في أن واحد، وليس هناك توافق بين حركة الجسم ومسك الأداة المختارة، وافتقار الجمل الحركية للإنسيابية والسلاسة في الأداء كما أن مستوى الأداء لتلك المهارات لدى الطالبات يفتقر إلى بعض الفنيات الصحيحة، وايضا بذل مجهود من قبل القائم بالتدريس لتعلم الطالبات المهارات المقررة وأيضاً زيادة عدد الطالبات شكلاً عيباً كبيراً يقع على عاتق القائم بالتدريس.

كما أن أسلوب التدريس المتبع (التعلم بالأمر) لا يراعى الفروق الفردية بين الطالبات نتيجة لضيق الوقت بسبب نظام الفصل الدراسي، وزيادة أعداد الطالبات داخل المحاضرة مما يؤدي إلى إنخفاض الأداء الخاص بهن ويتسرب الملل لديهن، كما أن الجملة الحركية تؤدي في مجموعات صغيرة ولاحظت الباحثة التفاوت الكبير بين الأداء المهاري بين كل طالبة وأخرى في نفس المجموعة، وهذا الأمر الذي دعى الباحثة إلى البحث عن إستراتيجية تدريسية يكون دور الطالبة فيها إيجابى وتستخدم فيها العمل في مجموعات.

ونظراً لأهمية إستراتيجية (فكر- زوج- شارك) في إكتساب العديد من المهارات الحركية المختلفة فقد أجريت بعض الدراسات العلمية منها دراسة كل من "شيماء عبد

الرازق (٢٠٠٧م)، عبدالله مناع (٢٠١٥م)، هشام عبد الراضي (٢٠١٨م)، وسام أمين (٢٠١٨م)، رضا شلبي، سلوى عبدالله (٢٠١٩م)، خالد ثابت، محمد دعرور (٢٠٢١م)(٥)، وتبين للباحثة أنه لا توجد دراسة علمية واحدة - في حدود علم الباحثة - تناولت التعرف على تأثير إستراتيجية (فكر- زواج- شارك) على تعلم وإتقان بعض مهارات الجمباز الإيقاعي لطالبات كليات التربية الرياضية.

أهمية البحث والحاجة إليه :

- المساهمة في نشر ثقافة استخدام استراتيجية (فكر- زواج- شارك) ، والتوصل الي نتائج عملية مبنية على التجريب.
- قد يفيد الطالبات ببيان كيف يمكن تهيئة بيئة تعلم نشطة تساعدهم على تحقيق اهداف التدريس وتخفف العبء عنهم اثناء المحاضرات.
- يمكن أن يساعد الطالبات على الاندماج في المجتمع واحترام قيم الجماعة والتفاعل مع الاخرين، وغرس قيم احترام العمل وروح التعاون بينهم عن طريق الأنشطة الجماعية.
- يمكن أن تساعد الطالبات على إتقان المهارات الاساسية الخاصة بالجمباز الإيقاعي.
- هذا البحث قد يساعد على التغلب على بعض جوانب القصور في اختيار وتنفيذ طرق ونماذج واساليب في تدريس درس التربية الرياضية لمقرر الجمباز الإيقاعي.

هدف البحث:

يهدف هذا البحث الى التعرف على تأثير برنامج تعليمي بأستخدام استراتيجية التعلم النشط (فكر- زواج- شارك) على مستوى بعض مهارات الجمباز الايقاعي لطالبات كلية التربية الرياضية ببورسعيد

فروض البحث:

- ١- توجد فروق داله إحصائياً بين القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة (الضابطة) في مستوى بعض مهارات الجمباز الايقاعي لصالح القياس البعدي.
- ٢- توجد فروق داله إحصائياً بين القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة (التجريبية) في مستوى بعض مهارات الجمباز الايقاعي لصالح القياس البعدي.
- ٣- توجد فروق داله إحصائياً بين القياسيين البعديين لكل من المجموعتين (الضابطة والتجريبية) في مستوى بعض مهارات الجمباز الايقاعي لصالح المجموعة التجريبية.

المصطلحات المستخدمة في البحث:

- إستراتيجية (فكر - زواج - شارك):

هي إستراتيجية نمت في ظل التعلم التعاوني ووقت الانتظار تقوم على فكرة منح الطالب وقتاً للتفكير بمفرده بعد أن يطرح المعلم السؤال، ثم يفكر في السؤال نفسه مع احد زملائه قبل أن يطلب التفكير من جميع أفراد المجموعة المكونة من أربعة طلاب، وهي بذلك تتضمن مشاركة أكبر عدد من الطلاب في الفصل. (١٤)

إجراءات البحث:**منهج البحث:**

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم التجريبي لمجموعتين مجموعة ضابطة والآخرى تجريبية ذو القياس القبلي - البعدي.

مجتمع البحث:

يتمثل مجتمع البحث من طالبات كلية التربية الرياضية- جامعة بورسعيد للعام الدراسي (٢٠٢٠-٢٠٢١م)، ويبلغ العدد الكلي للطالبات (٥٣) طالبة. وقد تم اختيار طالبات (الفرقة الثانية) بالطريقة العمدية.

عينة البحث:

تم إختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من طالبات كلية التربية الرياضية ببورسعيد - محافظة بورسعيد للعام الدراسي (٢٠٢٠-٢٠٢١م)، (الفصل الدراسي الأول) وعن طريق القرعة (تم كتابة ارقام الشعب في ورق) لاختيار الشعبة التي سيتم عليه تطبيق البرنامج، وبلغ عددهن (٣٠) طالبة تم توزيعهم كالتالي:

العينة الأساسية:

قوامها (٢٠) طالبة تم تقسيمهن إلي مجموعتين متساويتين إحداها ضابطة والآخرى تجريبية، قوام كل مجموعة (١٠) طالبات، وذلك بعد أن حصلت على موافقة الطالبات على الاشتراك في البحث وإجراء القياسات عليهن.

العينة الاستطلاعية :

قوامها (١٠) طالبات ومن خارج العينة الأساسية، كما ايضا استعانت الباحثة ب(١٠) طالبات من الفرقة الثالثة وسبق التدريس مادة الجمناز الإيقاعي لهن لحساب صدق التمايز. وتم اختيار عينة البحث للأسباب الآتية:
أ- مقرر الجمناز الإيقاعي ضمن المواد المقررة على الفرقة الثانية في الفصل الدراسي الأول.

ب- جميع طالبات المجتمع يخضعن لخطة دراسية واحدة وبنفس عدد الساعات للمواد العلمية بالكلية.

ج- طالبات المجتمع من المبتدئات في الدراسة الجامعية بالفرقة الثانية الذي يتضمن خطته مقرر الجمباز الإيقاعي، ولم يسبق لهن دراسته.

تجانس العينة الأساسية:

تم إجراء التجانس علي عينة البحث الأساسية للمجموعتين الطابطة والتجريبية في المتغيرات التالية:

أ- معدلات النمو: عن طريق حساب متغيرات (السن - الطول - الوزن).

ب- مستوى الذكاء: عن طريق اختبار الذكاء العالي مرفق (١)

ج- الاختبارات البدنية: استخدمت الباحثة اختبارات القدرات البدنية، وذلك عن طريق المسح المرجعي، واستطلاع آراء الخبراء مرفق (٤).

د- اختبار الأداء المهاري: عن طريق استمارة تقييم الأداء. مرفق (٧)

تقييم مستوى أداء مهارات الجمباز الإيقاعي:

تم تقييم مستوى الأداء المهاري عن طريق لجنة مكونة من عدد (٣) أعضاء هيئة التدريس (جمباز بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركي بالكلية- واعضاء هيئة تدريس (محكمات جمباز)) مرفق (٢) على أن تحسب الدرجة من (٣٠) درجة مثل (درجة امتحان اخر العام) على جملة الأداء المهاري الاجبارية، وتم ذلك من خلال إستمارة التقييم المعدة من قبل الباحثة لذلك، والتي تم عرضها على مجموعة من خبراء في الجمباز والتمرينات وقد أشاروا إلى صلاحية إستمارة التقييم، للمهارات الخاصة بالجمباز الإيقاعي قيد البحث، وتحتوي على خصومات النقاط الفنية للمهارات (الدحرجات- الوثبات- التوازنات- الدورانات- المرجحات). مرفق (٧)

تجانس العينة:

قامت الباحثة بإيجاد المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الوسيط، معامل الالتواء وذلك للتأكد من تجانس العينة الاساسية في معدلات النمو (طول، سن، الوزن، والذكاء) ومستوى اللياقة البدنية والأداء المهاري في المهارات الخاصة بالجمباز الإيقاعي قيد البحث وقبل إجراء التجربة الأساسية وكما موضح بالجداول (١،٢،٣).

جدول (١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط والإلتواء لدرجات المجموعتين التجريبيية والضابطة في متغيرات (العمر الزمني- الطول- الوزن- درجة الذكاء) ن=١ ن=٢=١٠

المجموعة التجريبية				المجموعة الضابطة					
المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط	الإلتواء	المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط	الإلتواء		
٢٠,٤٠	٠,٥٢	٢٠,٠٠	٠,٤٨	٢٠,٥٠	٠,٥٣	٢٠,٥٠	٠,٠٠	شهر	العمر الزمني
١٦٣,٣٠	٧,٤٨	١٦٠,٠٠	٠,٧١	١٦١,٦٠	٣,٨١	١٦١,٥٠	٠,١٩-	سم	الطول
٦١,٤٠	٨,٥٠	٦٠,٠٠	٠,٥٧	٦٠,٨٠	٦,١١	٦٠,٥٠	٠,٣٨-	كجم	الوزن
٩٨,٧٠	٢,٩٨	٩٨,٥٠	٠,٢٤	٩٩,٥٠	٣,٨٤	٩٩,٠٠	٠,٤١	درجة	الذكاء

يتضح من الجدول السابق أن الإلتواء لدرجات المجموعة الضابطة في متغيرات العمر الزمني والطول والوزن ودرجة الذكاء قد تراوحت ما بين (٠,٢٤, ٠,٧١) بينما للمجموعة التجريبية قد تراوحت ما بين (٠,٤١, ٠,٣٨) وجميعها تقع بين ± 3 وهذا يدل على تجانس المجموعتين الضابطة والتجريبية في العمر الزمني - الطول - الوزن - درجة الذكاء.

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط والإلتواء لدرجات المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية قيد البحث ن=١ ن=٢=١٠

المجموعة التجريبية				المجموعة الضابطة					
المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط	الإلتواء	المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط	الإلتواء		
٦,٢٠	٣,٧٩	٦,٥٠	٠,١٩	٦,٥٠	٣,٧٥	٦,٥٠	٠,٥٤-	سم	المرونة
١٤٣,٢٠	٢٠,١٠	١٤٣,٠٠	٠,١٥-	١٧٠,٩٠	٣٧,٨٤	١٦٦,٠٠	٠,١٥	سم	الوثب
٤,٠٠	٠,٨٢	٤,٠٠	٠,٠٠	٣,٨٠	٠,٧٩	٤,٠٠	٠,٤١	درجة	يمين
٣,٥٠	٠,٧١	٣,٠٠	١,١٨	٣,١٠	٠,٥٧	٣,٠٠	٠,٠٩	درجة	شمال
٣,٥٠	٠,٥٣	٣,٥٠	٠,٠٠	٣,٢٠	٠,٦٣	٣,٠٠	٠,١٣-	درجة	الذراعين
٢,٨٤	٠,٤٩	٢,٨١	٠,٤٠-	٣,١٨	٠,٧٨	٣,٣٥	٠,١٩-	ثانية	توازن
٥٢,٤٠	٦,٣٨	٥٠,٠٠	٠,٦٢	٥٢,٨٠	٦,٤٨	٥٢,٠٠	٠,٣٨	درجة	التحمل العضلي
١٠,٠٩	١,٢٤	٩,٤٦	١,٣٠	١٠,٤٧	٠,٨٢	١٠,٢٣	١,٤٢	ث	الجرى المكوكي
٣,٢٠	٠,٧٩	٣,٠٠	٠,٤١-	٣,٠٠	٠,٨٢	٣,٠٠	٠,٠٠	درجة	الدوران

يتضح من الجدول السابق ان الإلتواء لدرجات المجموعة الضابطة في المتغيرات البدنية قيد البحث قد تراوحت ما بين (٠,٤١, ١,١٨) بينما للمجموعة التجريبية قد تراوحت ما بين (٠,٥٤, ١,٤٢) وجميعها تقع بين ± 3 وهذا يدل على تجانس المجموعتين الضابطة والتجريبية في الأختبارات البدنية.

جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط والإلتواء لدرجات المجموعتين التجريبيية والضابطة في المتغيرات المهارية قيد البحث ن=١ ن=٢=١٠

المجموعة الضابطة				المجموعة التجريبية			
المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط	الإلتواء	المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط	الإلتواء
٨,٦٠	٠,٩٧	٨,٥٠	٠,١١	٨,٤٠	١,٠٧	٨,٠٠	٠,٣٢

يتضح من الجدول السابق أن الإلتواء لدرجات المجموعة الضابطة في متغيرات المهارية (٠,١١) بينما للمجموعة التجريبية (٠,٣٢) وجميعها تقع بين ± 3 وهذا يدل على تجانس المجموعتين الضابطة والتجريبية في أداء الجملة الأجرائية.

أدوات جمع البيانات:

أ-المسح المرجعي:

قامت الباحثة بإجراء مسح مرجعي في حدود ما تم التوصل إليه من الدراسات والمراجع والبحوث العلمية والشبكة الدولية للمعلومات (الإنترنت) وذلك بهدف:

- تحديد الشكل العام لهذا النوع من البحوث وكيفية تطبيقه.
- تحديد التصميم التجريبي المناسب الذي يحقق أهداف البحث.
- الوقوف على القدرات البدنية الخاصة والاختبارات البدنية التي سيتم استخدامها.
- تحديد مكونات وأجزاء البرنامج التعليمي المقترح.

ب- استمارات استطلاع رأي الخبراء:

قامت الباحثة بإعداد استمارات استطلاع آراء الخبراء لتحديد:

- تحديد مكونات اللياقة البدنية الخاصة والاختبارات المناسبة لها.
- تحكيم استمارة تقييم المهارات.

ج-الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

أ- الأجهزة والأدوات:

قامت الباحثة أثناء إجراء هذا البحث باستخدام الأجهزة والأدوات الآتية:

- ١- كاميرا محمول.
- ٢- ساعة إيقاف.
- ٣- جهاز الرستاميتير لقياس الطول.
- ٤- الميزان الطبي المعايير لقياس الوزن.

ب- استمارة جمع البيانات:

١- استمارة جمع البيانات قبلية وبعديّة للاختبارات البدنية.

ج- مجموعة من الأدوات اللازمة لتنفيذ الاختبارات البدنية:

- ١- ساعة إيقاف. ٢- صفارة. ٣- متر للقياس.
٤- جير وطباشير. ٥- شريط قياس. ٦- أقماع.

د- الاختبارات المستخدمة قيد البحث:**١- اختبار الذكاء العالي:**

قامت الباحثة بتطبيق اختبار الذكاء العالي إعداد/ السيد خيرى. مرفق (١)

٢- الإختبارات البدنية الخاصة بمهارة الجمباز الإيقاعي:

تم إختيار أنسب الإختبارات التي تقيس كل قدرة من القدرات البدنية الخاصة بالجمباز الإيقاعي عن طريق المسح المرجعي لبعض الكتب والرسائل ثم قامت الباحثة بعمل إستمارة إستطلاع رأى للخبراء مرفق (٣)، وعرضها على عدد من الخبراء (٧) خبراء مرفق (٢)، لتحديد أهم الاختبارات التي تقيس القدرات البدنية ويوضح المرفق (٤) ما تم إختياره من اختبارات البدنية (قيد البحث)، وشروط اختيار الخبراء :

أ- عضو هيئة تدريس في الجمباز أو طرق التدريس.

ب- أن يكون مضى على حصوله على الدكتوراه (١٠) سنوات.

ويتضح من مرفق (٤) أن أهم الاختبارات التي تقيس كل قدرة من القدرات البدنية:

١- اختبار ثنى الجذع من الوقوف- المسطرة (المرونة).

٢- اختبار الوقوف على مشط القدم (التوازن).

٣- اختبار الجرى المكوكي (الرشاقة).

٤- اختبار الوثب العريض من الثبات (القدرة).

٥- اختبار (الانبطاح المائل) ثم الوقوف

٦- اختبار الدوران.

وللوصول إلى الاختبارات السابقة قامت الباحثة بعمل مسح مرجعي للمراجع العربية مثل سامية احمد هجرسي (٢٠٠١م) عنايات فرج، فاتن البطل (٢٠٠٤م) عطيات محمد خطاب واخرون، (٢٠٠٦م) "حتى تتمكن من تحديد أهم عناصر اللياقة البدنية الخاصة بالبحث، ثم قامت بمقابلة عدد من السادة الخبراء، وبعد ذلك قامت الباحثة بحصر عناصر اللياقة البدنية التي تم التوصل إليها وقامت بجمعها في استمارة استطلاع رأى الخبراء مرفق (٣)، وذلك لإبداء الرأي فى تلك المكونات واختيار المناسب منها لطبيعة البحث.

٣- اختبار المهارات الأساسية في الجميز الإيقاعي:

قامت الباحثة بالاطلاع على توصيف المنهج ووجدت أن محتوى الجميز الإيقاعي لطالبات الكلية يضم مهارات مكونة من بعض (الوثبات- التوازنات- الدورانات- المرجحات- الدرجة الأمامية)، كما قامت بعمل مسح مرجعي للمراجع العربية مثل إيمان قطب (٢٠١٧م)، سامية هجرسي (٢٠٠١م) عنايات فرج، فانتن البطل (٢٠٠٤م) عطيات محمد خطاب وآخرون (٢٠٠٦م) وتم تجميع النقاط الفنية لكل مهارة وقد تم تصميم استمارة أداء للمهارات قيد البحث في الجميز الإيقاعي وتوزيعها، وتم التحكيم من قبل ثلاث محكمين لتقييم أداء الطالبات، وتم تقسيم كلا من المجموعة الضابطة والتجريبية إلى مجموعتين متساويتين كل مجموعة تتكون من خمس طالبات كما نص قانون الجميز الإيقاعي.

المعاملات العلمية لاختبارات الصفات البدنية (قيد البحث):

أ- حساب معامل الثبات لاختبارات الصفات البدنية:

الثبات:

لحساب ثبات الاختبارات قامت الباحثة باستخدام طريقة تطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه وذلك عن طريق تطبيق هذه الاختبارات على مجموعة من طالبات الصف الثاني بكلية التربية الرياضية ببورسعيد قوامها (١٠) طالبات من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية، ثم أعيد تطبيق الاختبارات مرة أخرى وذلك بعد مضي أسبوع من التطبيق الأول، والجدول رقم (٤) يوضح النتيجة:

جدول (٤)

يوضح الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق في بعض القدرات البدنية الخاصة قيد البحث

ن=١٠

مستوي الدالة	قيمة (ر) المحسوبة	إعادة التطبيق		التطبيق		م
		ع	س	ع	س	
٠,٠١	٠,٧٦	٠,٩٥	٢,٧٠	١,٥٨	٢,٤٠	١ المرونة
٠,٠٠	٠,٩٦	١٥,٩٥	١٤٤,٠٠	٢٠,١٠	١٤٣,٢٠	٢ الوثب
٠,٠٤	٠,٦٦	٠,٨٢	٤,٣٠	٠,٨٢	٤,٠٠	٣ يمين
٠,٠١	٠,٧٥	٠,٨٤	٣,٦٠	٠,٧١	٣,٥٠	٤ شمال
٠,٠١	٠,٧٨	٠,٦٧	٣,٣٠	٠,٥٣	٣,٥٠	٥ الذراعين
٠,٠٠	٠,٩٩	٠,٤٨	٢,٨٠	٠,٤٩	٢,٨٤	٦ توازن
٠,٠٠	٠,٩٠	٣,٩٨	٥٢,٤٠	٦,٣٨	٥٢,٤٠	٧ التحمل العضلي
٠,٠١	٠,٧٧	١,٢٦	١٠,٣٦	١,٢٤	١٠,٠٩	٨ الجري المكوكي
٠,٠١	٠,٨٠	٠,٤٢	٣,٨٠	٠,٧٩	٣,٢٠	٩ الدوران

يتضح من جدول (٤) ان معامل الارتباط قد تراوح ما بين (٠,٩٩,٠,٦٦) وجميعها دالة عند مستوي دلالة (٠,٠٥) وذلك مما يدل على ثبات الاختبارات البدنية قيد البحث.

صدق التمايز :

لحساب صدق الاختبارات البدنية وذلك عن طريق تطبيق الاختبارات على عينة من طالبات الصف الثاني بكلية التربية الرياضية ببورسعيد قوامها (١٠) طالبات غير ممارسين للرياضة ومن نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية وعينة من الطالبات (١٠) طالبات بالفرقة الثالثة من الذين سبق لهم دراسة المادة جدول (٥) يوضح ذلك:

جدول (٥)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في المتغيرات البدنية قيد البحث

$$n=1 \text{ ن } 2=10$$

مستوي الدلالة الإحصائية	قيمة (ي) المحسوبة	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		الإحصاء المتغيرات
		متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	
٠,٠٠	١,٥٠	١٥٣,٥٠	١٥,٣٥	٥٦,٥٠	٥,٦٥	المرونة
٠,٠٠	٧,٠٠	١٤٨,٠٠	١٤,٨٠	٦٢,٠٠	٦,٢٠	الوثب
٠,٠٢	٢٢,٠٠	١٣٣,٠٠	١٣,٣٠	٧٧,٠٠	٧,٧٠	يمين
٠,٠٠	١٣,٠٠	١٤٢,٠٠	١٤,٢٠	٦٨,٠٠	٦,٨٠	شمال
٠,٠٠	٧,٥٠	١٤٧,٥٠	١٤,٧٥	٦٢,٥٠	٦,٢٥	الذراعين
٠,٠٠	٠,٠٠	١٥٥,٠٠	١٥,٥٠	٥٥,٠٠	٥,٥٠	توازن
٠,٠٠	٩,٥٠	١٤٥,٥٠	١٤,٥٥	٦٤,٥٠	٦,٤٥	التحمل العضلي
٠,٠١	١٤,٠٠	٦٩,٠٠	٦,٩٠	١٤١,٠٠	١٤,١٠	الجرى المكوكي
٠,٠٠	٤,٠٠	١٥١,٠٠	١٥,١٠	٥٩,٠٠	٥,٩٠	الدوران

يتضح من جدول (٥) أن قيمة (ي) المحسوبة بتطبيق إختبار مان ويتي لدلالة الفروق بين المجموعتين غير المميزة والمميزة في المتغيرات البدنية قيد البحث قد تراوح ما بين (٠,٠٠)، (٢٢,٠٠)، وبمستوي دلالة (٠,٠٠) وبذلك فهي دالة إحصائياً عند (٠,٠٥) ويعني ذلك ان الفروق بين المجموعتين غير المميزة والمميزة حقيقية وأن الإختبارات قادرة على التمييز بين المجموعات المختلفة.

تكافؤ عينة البحث في معدلات النمو (السن، الطول، الوزن، الذكاء):

جدول (٦)

قيم (Z، W، U) ودلالاتها للفروق بين متوسطي رتب للمجموعتين التجريبية والضابطة في

متغيرات (السن- الطول- الوزن- الذكاء) ن=١ ن=٢=١٠

مستوي الدلالة	Z	W	U	مجموع الرتب	متوسط الرتب	المجموعة	
٠,٦٦	٠,٤٤-	١٠٠,٠٠	٤٥,٠٠	١٠,٠٠	١٠,٠٠	ضابطة	السن
				١١,٠٠	١٠,٠٠	تجريبية	
٠,٩٧	٠,٠٤-	١٠٤,٥٠	٤٩,٥٠	١٠,٤٥	١٠,٠٠	ضابطة	الطول
				١٠,٥٥	١٠,٠٠	تجريبية	
٠,٩٤	٠,٠٨-	١٠٤,٠٠	٤٩,٠٠	١٠,٦٠	١٠,٠٠	ضابطة	الوزن
				١٠,٤٠	١٠,٠٠	تجريبية	
٠,٧٠	٠,٣٨-	١٠٠,٠٠	٤٥,٠٠	١٠,٠٠	١٠,٠٠	ضابطة	الذكاء
				١١,٠٠	١٠,٠٠	تجريبية	

يتضح من الجدول (٦) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب المجموعتين الضابطة والتجريبية في كل من في متغيرات (السن - الطول - الوزن - الذكاء)، مما يدل على تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

جدول (٧)

قيم (Z، W، U) ودلالاتها للفروق بين متوسطي رتب للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية قيد البحث ن=١ ن=٢=١٠

مستوي الدلالة	Z	W	U	مجموع الرتب	متوسط الرتب	المجموعة	
٠,٧٦	٠,٣١ -	١٠١,٠٠	٤٦,٠٠	١٠,١٠	١٠,٠٠	ضابطة	المرونة سم
				١٠,٩٠	١٠,٠٠	تجريبية	
٠,١٥	١,٤٤ -	٨٦,٠٠	٣١,٠٠	٨,٦٠	١٠,٠٠	ضابطة	الوثب سم
				١٢,٤٠	١٠,٠٠	تجريبية	
٠,٥٧	٠,٥٦ -	٩٨,٠٠	٤٣,٠٠	١١,٢٠	١٠,٠٠	ضابطة	يمين
				٩,٨٠	١٠,٠٠	تجريبية	
٠,٢١	١,٢٥ -	٩١,٠٠	٣٦,٠٠	١١,٩٠	١٠,٠٠	ضابطة	شمال
				٩,١٠	١٠,٠٠	تجريبية	
٠,٢٨	١,٠٨ -	٩٢,٥٠	٣٧,٥٠	١١,٧٥	١٠,٠٠	ضابطة	الذراعين
				٩,٢٥	١٠,٠٠	تجريبية	
٠,٢٧	١,١٠ -	٩٠,٥٠	٣٥,٥٠	٩,٠٥	١٠,٠٠	ضابطة	توازن
				١١,٩٥	١٠,٠٠	تجريبية	
٠,٩١	٠,١٢ -	١٠٣,٥٠	٤٨,٥٠	١٠,٣٥	١٠,٠٠	ضابطة	التحمل العضلي
				١٠,٦٥	١٠,٠٠	تجريبية	
٠,١٦	١,٤٠ -	٨٦,٥٠	٣١,٥٠	٨,٦٥	١٠,٠٠	ضابطة	الجرى المكوكي
				١٢,٣٥	١٠,٠٠	تجريبية	
٠,٥٧	٠,٥٦ -	٩٨,٠٠	٤٣,٠٠	١١,٢٠	١٠,٠٠	ضابطة	الدوران درجة
				٩,٨٠	١٠,٠٠	تجريبية	

يتضح من الجدول (٧) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب للمجموعتين الضابطة والتجريبية في كل من في المتغيرات البدنية قيد البحث مما يدل على تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات

جدول (٨)

قيم (Z، W، U) ودلالاتها للفروق بين متوسطي رتب للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية قيد البحث ن=١ ن=٢=١٠

مستوي الدلالة	Z	W	U	مجموع الرتب	متوسط الرتب	المجموعة	
٠,٦٣	٠,٤٨ -	٩٩,٠٠	٤٤,٠٠	١١,١٠	١٠,٠٠	ضابطة	أداء الجملة الاجبارية
				٩,٩٠	١٠,٠٠	تجريبية	

يتضح من الجدول (٨) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب للمجموعتين الضابطة والتجريبية في كل من في المتغيرات المهارية قيد البحث مما يدل على تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

- البرنامج التعليمي المقترح :

قامت الباحثة باستخدام استراتيجية التعلم النشط (فكر - زوج - شارك) على مستوى بعض مهارات الجمناز الإيقاعي لطالبات كلية التربية الرياضية ببورسعيد وتم تطبيقه على المجموعه التجريبية، كما قامت باستخدام أسلوب الأوامر على المجموعه الضابطة.

- البرنامج التعليمي باستخدام إستراتيجية (فكر - زوج - شارك):

الهدف من البرنامج التعليمي المقترح :

- تعلم وإتقان جملة الأداء المهاري في الجمناز الإيقاعي لطالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية -بورسعيد، وينقسم هذا الهدف إلى أهداف فرعية كما يلي:

أ- أهداف معرفية :

- تزويد الطالبة بالمعارف والمعلومات عن مهارات الجمناز الإيقاعي قيد البحث.
- إكساب الطالبة القدرة على الملاحظة والتفكير في مهارات الجمناز الإيقاعي قيد البحث.
- إكساب الطالبة معرفة المراحل الفئئة للأداء الحركي للمهارات.
- اكتساب الطالبة القدرة على تقويم أقرانها والإرشاد والتصحيح والمساعدة.

ب أهداف مهارية:

- تنمية القدرة على أداء المراحل الفنية الخاصة بمهارات الجمناز الإيقاعي قيد البحث.
- تنمية التوافق الحركي للطالبة عند أداء مهارات الجمناز الإيقاعي قيد البحث.
- تنمية القدرة على وصف الأداء الفني الصحيح للمهارات.

أسس وضع البرنامج التعليمي المقترح:

عند وضع الوحدات التعليمية المقترحة راعت الباحثة ما يلي:

- إعداد دليل للمعلمة وكراسة تعليمات الطالبة.
- أن يكون المحتوي ملائم للوحدات التعليمية المقترحة لمستوي قدرات أفراد عينة البحث.
- أن يتميز محتوى الوحدات التعليمية المقترحة بالتنوع والسهولة والبساطة.
- مراعاة تقديم التعليمات والإرشادات التي توضح النواحي الفنية الصحيحة لأداء المهارة، وذلك تلافي الأخطاء وتصحيحها فور ظهورها.
- عرض نموذج لكل خطوة تعليمية بالوحدات التعليمية المقترحة عن طريق المعلمة.

محتوى البرنامج التعليمي المقترح:

١- إعداد دليل المعلمة:

من خلال اطلاع الباحثة على العديد من المراجع العلمية المتخصصة في التعلم النشط وإستراتيجية (فكر - زوج - شارك) (٥) (٦) (٩) (٢٠)، والجمباز الإيقاعي (٢) (٧) (١٢) (١٣) (٢١) تم إعداد الدليل الخاص بتدريس مهارات الجمباز الإيقاعي قيد البحث ليعطي المعلمة بعض التوجيهات والإرشادات التي تساعد على تدريس المهارات قيد البحث: وقد اشتمل دليل المعلمة على ما يلي:

- محتوى الوحدة الدراسية التي تم تدريسها باستخدام الإستراتيجية والخطة الزمنية اللازمة للدرس.

- إعادة صياغة دروس الوحدة في ضوء إستراتيجية (فكر - زوج - شارك) على النحو التالي:

- تحديد الأهداف التعليمية الخاصة بكل درس بصورة إجرائية يمكن تحقيقها وقياسها.

- تحديد الأدوات اللازمة لكل درس.

- التوزيع الزمني لموضوعات الدرس.

- توضيح إجراءات تنفيذ الدروس حسب الجدول الزمني، وتوضيح دور كل من المعلمة والطالبة

كما يلي :

- تقسيم الطالبات إلى مجموعات غير متجانسة، تضم كل مجموعة خمس طالبات من مستويات مختلفة كما نص قانون الجمباز الإيقاعي في تكوين الفريق، ثم تقسيم أفراد كل مجموعة إلى طالبتين وثلاث طالبات مع مراعاة أن يكون كل زوج من الأزواج متجاورين.

- توزيع أوراق العمل الخاصة بكل درس لكل مجموعة مرفق (٦).

- التمهيد للدرس، وشرحه، وتقديم ما به من نقاط أساسية.

- قيام المعلمة بطرح الأسئلة والأنشطة المرتبطة بموضوع الدرس على الطالبات، ثم تطلب من كل طالبة التفكير أولاً بشكل فردي في إجابة السؤال، ثم مشاركة زميلتها المجاورة لها، ثم الانضمام إلى مجموعتها للتوصل إلى حل مشترك للمشكلة المطروحة.

- التقويم، ويتم من خلال تكليف الطالبات بأداء المهارات قيد البحث، كما تقوم المعلمة بتقديم التغذية الراجعة الفورية في كل خطوة من خطوات الاستراتيجية خطوة (التفكير - المزاوجة - المشاركة). إعلان درجة كل مجموعة، وتحديد المجموعة الفائزة، وتقديم التعزيز المناسب إليها.

ب- إعداد كراسة الطالبية: (أوراق العمل):

قامت الباحثة بإختيار مهارات الجباز الإيقاعي قيد البحث نظراً لأهميتها في الجملة الأجرارية، تم الاطلاع على بعض المراجع العلمية (٤) (٥) (٨) (١٠) في كيفية إعداد كراسة الطالبية، وتم عداد الكراسة على شكل أوراق عمل، موضحا عليها الأهداف المرجو تحقيقها من ورقة العمل، ويتضمن كل درس أوراق عمل خاصة بالدرس تتضمن العديد من الأنشطة والتدريبات والتي يتم تنفيذها أثناء الدرس، وبعد الانتهاء من إعداد وتصميم كراسة الطالبية وفقا لإستراتيجية (فكر - زواج - شارك)، وتم عرضها على مجموعة من أساتذة الجباز وطرق التدريس بكليات التربية الرياضية مرفق (٢)، وذلك لإبداء الرأي حول مدى مناسبة الأهداف السلوكية لكل درس، ومناسبة أسلوب عرض المحتوى في أوراق عمل الطالبية للخطوات الاستراتيجية، ومناسبة أسئلة التقويم للأهداف السلوكية المقترحة، ومدى صلاحية الوحدة للتطبيق، وقامت الباحثة بإجراء التعديلات، والذي أشار إليها الخبراء حتى أصبح البرنامج التعليمي في صورته النهائية. مرفق (٦).

- التوزيع الزمني للبرنامج التعليمي المقترح:

- * الفترة الزمنية لتطبيق تجربة البحث (٤) أسابيع.
- * عدد الدروس التعليمية في الأسبوع درسين.
- * زمن الوحدة التعليمية اليومية المقترحة (٩٠) دقيقة مثل (زمن المحاضرة الأساسية بالكلية) تم تقسيمها كما يلي:
- * الغياب والتهيئة والإعداد البدني (٣٠) دقيقة.
- * الجزء التعليمي والتطبيقي (٦٠) دقيقة.

سير تنفيذ البرنامج :**أ- الدراسة الاستطلاعية:**

قامت الباحثة بأجراء دراسة استطلاعية وذلك في يوم الاثنين إلى الثلاثاء ١٩-٢٠/١٠/٢٠٢٠م ومن الأحد إلى الثلاثاء ٢٥-٢٧/١٠/٢٠٢٠م وذلك بهدف إيجاد المعاملات العلمية لاختبارات الإعداد البدني والمهارات (قيد البحث).

- الصدق:

وقد قامت الباحثة بتطبيق الاختبارات البدنية على عينة بلغ قوامها (٢٠) طالبة من طالبات الكلية مقسمه الى (١٠) طالبات (غير مميزة) و(١٠) طالبات مما سبق لهن دراسة المادة (مميزة) ومطابقة لمواصفات عينة البحث الأساسية.

ب- القياس القبلي:

قامت الباحثة بأجراء القياس القبلي على عينة البحث للمجموعتين (الضابطة والتجريبية) وذلك في يوم الأحد والأثنين ١-٢/١١/٢٠٢٠م، في الاختبارات البدنية، والاختبارات المهارية.

ج- التجربة الأساسية:

تم تطبيق التجربة بأسلوب (استراتيجية فكر - زوج - شارك) للمجموعة التجريبية، واستخدام أسلوب الأوامر على المجموعة الضابطة وتم تطبيق التجربة وذلك في الفترة من يوم الأحد ٨/١١/٢٠٢٠م إلى الأثنين ٣٠/١١/٢٠٢٠م بواقع محاضرتين في الاسبوع (٩٠ق) اسبوعياً لكل مجموعة ولمدة (٤) اسابيع.

د- القياس البعدي:

تم اختبار الطالبات من قبل افراد لجنة التحكيم واعطاء درجة لكل مجموعة علي أداء (الجملة الأجزائية) بمنهج الجمباز الإيقاعي، وتم اجراء القياس البعدي يوم الثلاثاء ١/١٢/٢٠٢٠م.

الأساليب الإحصائية:

قامت الباحثة باستخدام البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS) في إجراء

الأساليب الإحصائية الآتية:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- الوسيط.
- معامل الالتواء.

عرض ومناقشة النتائج

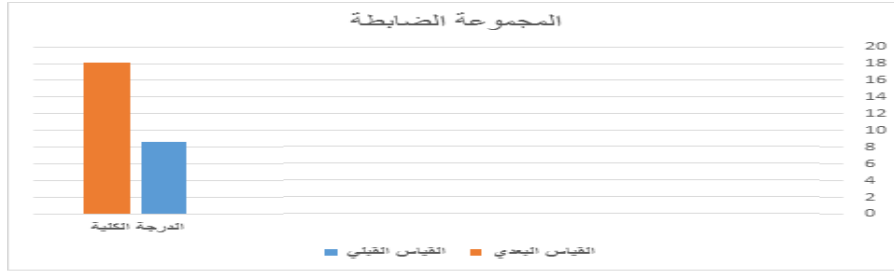
أولاً: عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول:

١- عرض نتائج الفرض الأول:**جدول (٩)**

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والفرق بين المتوسطين ونسبة التحسن للقياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض المتغيرات المهارية قيد البحث ن=١٠

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	نسبة التحسن
	س'	ع±	س'	ع±		
أداء الجملة الاجبارية	٨,٦٠	٠,٩٧	١٨,١٠	١,٦٠	٩,٥٠	١١٠,٤٧

ينتضح من الجدول السابق أن متوسط القياس القبلي في أداء الجملة الاجبارية قد بلغ (٨,٦٠) بينما في القياس البعدي قد بلغ (١٨,١٠) وبنسبة تحسن (١١٠,٤٧%).



شكل (١) يوضح متوسط القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في " بعض القدرات المهارية قيد البحث "

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي "بعض المتغيرات المهارية قيد البحث" ن = ١٠

المتغيرات	نوع الترتيب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الترتيب	Z	مستوي الدلالة
أداء الجملة الاجبارية	سالب	٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٢,٨٣-	٠,٠٠
	موجب	١٠,٠٠	٥,٥٠	٥٥,٠٠		
	متعادل	٠,٠٠				

يتضح من الجدول (١٠) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي دلالة (٠,٠٥) بين متوسط رتب درجات المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج وبعده في في اختبار قياس "بعض القدرات المهارية قيد البحث" لصالح التطبيق البعدي.

وترجع الباحثه هذه الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لطالبات المجموعة الضابطة قيد البحث في مستوى الأداء لمهارات الجباز الإيقاعي إلى إستخدام أسلوب الأوامر أثناء التعليم والتي تعتمد على قيام المحاضرة بالشرح من خلال إعطاء فكرة واضحة عن كيفية القيام بالأداء الصحيح، مما يساهم في تكوين قدر من المعرفة العلمية للمهارات، ثم أداء النموذج للشكل الصحيح أثناء التطبيق العملي لكل مرحلة فنية للمهارات مع مراعاة تقديم التغذية الراجعة للطالبات لمساعدتهن على تكوين تصور واضح لفهم كيفية الأداء الصحيح، هذا بالإضافة إلى تنفيذ مجموعة من التدريبات الخاصة بكل مرحلة والتي تكون متدرجة من السهل إلى الصعب وكذلك من البسيط إلى المركب ثم تأتي مرحلة التطبيق والتكرار من جهة الطالبات للوصول لأفضل أداء للمهارة، مما ساهم ذلك في إحداث فروقا في مستوى الأداء للمهارات قيد البحث لدى طالبات المجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي.

ويُعتبر المعلم في هذا الأسلوب هو المتحكم الرئيسي في العملية التعليمية وصانع القرار مما يؤكد نجاح المتعلم ويحدد خط سيره خلال العملية التعليمية، كما أن درجة أداء

المتعلم للمهارة يتوقف على قدرة المعلم على الشرح الجيد لكل جزء من أجزاء المهارة المتعلمة من حيث صحة أوضاع أجزاء الجسم أثناء الأداء خلال العملية التعليمية، وهذا ما اتفق معه محمود عبد الكريم (١٧).

أن أساس الطريقة المتبعة (الشرح وأداء النموذج) هو العلاقة المباشرة بين تنبيهات المعلم وإستجابة المتعلم، حيث أن إشارة الأمر من قبل المعلم تسبق كل حركة من قبل المتعلم وتؤدي الحركة أيضاً وفقاً للنموذج الذي يقدمه المعلم وبذلك يتخذ المعلم جميع القرارات عن الأوضاع الحركية والمكان والبدء والتوقيت ووقت إنتهاء الفترة المخصصة للتعلم والراحة، كما تعتمد الطريقة المتبعة في التدريس بشكل أساسي على إعطاء فكرة واضحة عن الأداء المهاري الصحيح وتقديم المعلومات المرتبطة به.

ويتفق ذلك مع نتائج بعض الدراسات مثل "شيماء عبد الرازق (٩)، منى فضالي (١٨)، هشام عبد الراضي (١٩)، رضا شلبي وسلوى عبد الله" (٦) والتي أشارت إلى أن الطريقة المتبعة (الشرح وأداء النموذج) لا يمكن إغفال تأثيرها حيث أن هذه الطريقة تؤدي إلى تعلم جيد كما أنها لها تأثير على تقدم مستوى الأداء المهاري.

وبهذا تحقق الفرض الأول والذي ينص على أنه: "توجد فروق داله إحصائياً بين القياسيين القبلي والبعدى للمجموعة (الضابطة) في مستوى بعض مهارات الجمباز الإيقاعى لصالح القياس البعدى".

ثانياً: عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني:

١ - عرض نتائج الفرض الثاني:

جدول (١١)

المتوسط الحسابي والإحراف المعياري والفرق بين المتوسطين ونسبة التحسن للقياسيين

القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية "بعض المتغيرات مهارية قيد البحث" ن=١٠

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدى		الفرق بين المتوسطين	نسبة التحسن
	س'	ع±	س'	ع±		
أداء الجملة الاجبارية	٨,٤٠	١,٠٧	٢١,٥٠	٢,١٢	١٣,١٠	١٥٥,٩٥

يتضح من الجدول السابقة ان متوسط القياس القبلي أداء الجملة الاجبارية قد بلغ (٨,٤٠) بينما فى القياس البعدى قد بلغ (٢١,٥٠) وبنسبة تحسن (١٥٥,٩٥%).



شكل (٢) يوضح متوسط القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في "بعض القدرات المهنية قيد البحث"

جدول (١١)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التخريبية في القياسين القبلي والبعدي "بعض المتغيرات المهنية قيد البحث" $n = 10$

المتغيرات	نوع الترتيب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الترتيب	Z	مستوى الدلالة
أداء الجملة الاجبارية	سالبة	٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٢,٨١-	٠,٠٠
	موجب	١٠,٠٠	٥,٥٠	٥٥,٠٠		
	متعادل	٠,٠٠				

يتضح من الجدول (١١) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسط رتب درجات المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج وبعده في في اختبار قياس "بعض المتغيرات المهنية قيد البحث" لصالح التطبيق البعدي. وتفسر الباحثة وجود هذه الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لطالبات مجموعة البحث التجريبية في مستوى أداء مهارات الجباز الإيقاعي إلى فاعلية البرنامج التعليمي باستخدام إستراتيجية (فكر - زوج - شارك) ذات التسلسل المتتابع، وهي إحدى استراتيجيات التعلم النشط حيث تعتمد على المتعلمة كمحور العملية التعليمية في التفكير والمشاركة الإيجابية والتعاون بين الزميلتين والزميلات في مرحلة المشاركة، كما أن هذه الإستراتيجية تعتمد على عدة مراحل بحيث لا تبدأ خطوة إلا بعد إنتهاء الخطوة التي تسبقها كما ساعدت الأوراق المعيارية التي توزعها المحاضرة على الطالبات بعد خطوة المشاركة على فهم طالبات المجموعة التجريبية و إستيعابهن للمراحل الفنية الخاصة بالمهارات، ومن ثم الوصول إلى الأداء الصحيح لكل مرحلة فنية خاصة بالمهارة، مما ساهم في تحسين مستوى أداء المهارات وإحداث فروقا فيها لدى طالبات المجموعة التجريبية قيد البحث لصالح القياس البعدي. ويرجع ذلك إلى أن إستراتيجية (فكر - زوج - شارك) تجعل من المتعلم محور العملية التعليمية والتي تقوم على مشاركة كل من المتعلم والمعلم في عملية التعلم وأن يكون تعلم

الموقف التعليمي قائماً بين الطرفين وبشكل مشترك وهذا يقود إلى اكتسابه للمعلومات والمهارات بشكل فعال فضلاً عن بقائها في ذاكرة المتعلم لمدة طويلة حيث يعمل التعلم النشط على تنمية مهارات التفكير لدى المتعلم. (٤: ٢٧٣)

ويتفق ذلك مع نتائج بعض الدراسات والتي أشارت إلى فاعلية استخدام إستراتيجية (فكر زوج، شارك) وتأثيراً إيجابياً في الجانب المهاري ومن ثم أدى إلى تحسين مستوى الأداء المهاري لدى المتعلمين. (٥) (٦) (٩) (١١) (١٤) (١٩) (٢٠).

وبهذا تحقق الفرض الثاني والذي ينص على أنه : توجد فروق داله إحصائياً بين القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة (التجريبية) في مستوى بعض مهارات الجنباز الايقاعى لصالح القياس البعدي.

ثالثاً: عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث:

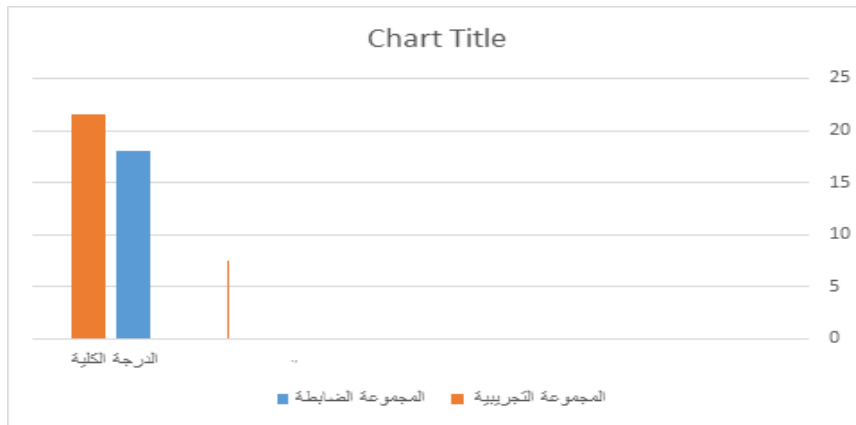
١- عرض نتائج الفرض الثالث:

جدول (١٢)

المتوسطات الحسابية لدرجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي في "إختبارات الاداء المهاري الخاصة قيد البحث" ن=١=٢=١٠

المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المتغيرات
الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
٢,١٢	٢١,٥٠	١,٦٠	١٨,١٠	أداء الجملة الاجبارية

يتضح من الجدول (١٢) أن متوسط أداء الجملة الاجبارية للمجموعة الضابطة قد بلغ (١٨,١٠)، وللمجموعة التجريبية قد بلغه (٢١,٥٠).



شكل (٣) يوضح متوسط القياس البعدي للمجموعتين الضابطة و التجريبية في " إختبارات القدرات البدنية الخاصة قيد البحث "

جدول (١٣)

دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات القياس البعدي للمجموعتين الضابطة و التجريبية في "إختبارات الاداء المهاري الخاصة قيد البحث " $n_1=1$ $n_2=2$ $10=$

المتغيرات	المجموعة	متوسط الرتب	مجموع الترتب	U	W	Z	مستوي الدلالة
أداء الجملة الاجبارية	ضابطة	٦,٥٠	٦٥,٠٠	١٠,٠٠	٦٥,٠٠	٣,٠٦-	٠,٠٠
	تجريبية	١٤,٥٠	١٤٥,٠٠				

يتضح من جدول (١٣) انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوي ٠,٠٥) بين متوسطي رتب درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي في إختبارات القدرات البدنية الخاصة قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية.

وتعزى الباحثه هذه الفروق بين القياسين البعدين لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مستوى أداء المهارات الخاصة بالجمباز الإيقاعي إلى فاعلية استراتيجية (فكر- زواج - شارك) حيث أنها وفرت وسائل لتشجيع الطالبات على التفكير وإثارة دافعيتهن نحو التعلم وذلك في جو من التنافس بعيداً عن الرهبة أو الخوف، حيث أن هذه الاستراتيجية تتضمن العديد من الإجراءات التعليمية ما بين مرحلة التفكير في الموقف التعليمي، وكذلك المزاوجة والتفاعل بين الطالبة وزميلتها للتوصل إلى أحسن أداء للمهارات قيد البحث ثم المشاركة والتعاون بين الطالبات وتفاعلهن ومساعدة الطالبة منخفضة ومتوسطة المستوى كل هذا ساهم بشكل إيجابي في تحسين الأداء للمهارات قيد البحث، وتوفر إستراتيجية " فكر- زواج- شارك" بيئة تعلم حرة خالية من المخاطر، وتزيد من دافعية المتعلمين للتعلم، وتنمي ثقة المتعلمين بأنفسهم، وتعطي الفرصة لمشاركة جميع المتعلمين، وتساعد على الاتصال والتواصل اللفظي، وتتيح فرص التدريب على تكرار المهارات المطلوب أدائها. كما رأته الباحثة ان هذه الطريقة ليست إيجابية فقط للطالبات ولكن ايضا وفرت الوقت والجهد المبذول من قبل المحاضرة في التعليم والشرح بصفة مستمرة ومتكررة وذلك من خلال توزيع أوراق المعيار على الطالبات التي بها كل شئ مخصص للمهارة. كما أن إستراتيجية (فكر- زواج- شارك) تزيد من التحصيل والدافعية للتعلم وتنمية الثقة في نفس الطالبات وتساعد على بناء المسؤولية الشخصية والقدرة على التفسير وإيجاد العلاقات في عمليه التعلم وتدعم بعض قدرات العقل المنتجة والتفكير التعاوني، كما انها تنمي مستويات التفكير العليا كما ايضا اعطت حافز للطالبات المنخفض أدائهن أن تجتهد أكثر حتى تصل الى المستوى المطلوب مثل زميلاتها ذات المستوى العالي. (٢٢: ٨)

بينما استخدمت المجموعة الضابطة أسلوب التعلم بالأوامر، والذي يعتمد على الشرح اللفظي لجوانب المهارات قيد البحث، وتقديم النموذج العملي من قبل المعلمة والذي يجعل دور الطالبة سلبى خلال العملية التعليمية حيث أنها تقوم بأداء المهارة وفقاً لما تشاهده فقط من قبل المعلمة.

ويرجع ذلك إلى أن إستراتيجية (فكر - زوج - شارك) تلائم الظروف والإمكانات المتاحة فهي تتلائم مع أهداف معظم المقررات النظرية والتطبيقية، كما تتيح هذه الإستراتيجية الفرصة للمتعلمين أن يتعلموا من بعضهم البعض، وكذلك قيامهم بإختبار أفكارهم في بيئة تخلو من القلق والرهبة، ومن ثم تزداد ثقة المتعلم بنفسه خلال العملية التعليمية.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج بعض الدراسات والتي أشارت إلى أهمية استخدام إستراتيجية (فكر. زوج. شارك) فى تعلم وإتقان أداء المهارات الحركية مقارنة بأسلوب التعلم بالأمر. (٥) (٦) (٩) (١١) (١٤) (١٩) (٢٠)

وبهذه النتيجة يتحقق ما جاء بالفرض الثالث والذي ينص على أنه "توجد فروق داله إحصائياً بين القياسين البعديين لكل من المجموعتين (الضابطة والتجريبية) فى مستوى بعض مهارات الجمباز الايقاعى لصالح المجموعة التجريبية.

الإستنتاجات:

في ضوء أهداف وفروض البحث وما تم التوصل إليه من نتائج استطاعت الباحثة التوصل إلى الإستنتاجات التالية:

- أثر التعليم بأسلوب الأوامر المتبع تأثيراً إيجابياً لدى طالبات المجموعة الضابطة في مستوى الأداء الجملة الإجبارية للجمباز الأيقاعى، حيث وجدت أنه توجد فروق داله إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة (الضابطة) في مستوى بعض مهارات الجمباز الايقاعى لصالح القياس البعدي.
- أثرت إستراتيجية (فكر - زوج - شارك) تأثيراً إيجابياً لدى طالبات المجموعة التجريبية في مستوى أداء الجملة الإجبارية للجمباز الأيقاعى، حيث وجدت أنه توجد فروق داله إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة (التجريبية) فى مستوى بعض مهارات الجمباز الايقاعى لصالح القياس البعدي.
- استخدام إستراتيجية (فكر - زوج - شارك) كان أكثر تأثيراً وإيجابيه من أسلوب الأوامر المتبع في مستوى أداء الجملة الإجبارية للجمباز الأيقاعى، حيث وجدت الباحثة أنه توجد فروق داله إحصائياً بين القياسين البعديين لكل من المجموعتين (الضابطة والتجريبية) فى مستوى بعض مهارات الجمباز الايقاعى لصالح المجموعة التجريبية.

التوصيات:

- في ضوء ما تم التوصل إليه من إستنتاجات توصي الباحثه بما يلي:
- ١- استخدام إستراتيجية (فكر - زوج - شارك) كأحد الإستراتيجيات التدريسية الحديثة لتعلم وإتقان مهارات الجباز الإيقاعي لدى الطالبات بكليات التربية الرياضية.
 - ٢- إجراء دراسات مماثلة بإستخدام إستراتيجية (فكر - زوج - شارك) تهدف إلى تعليم المسابقات الأخرى المتنوعة في رياضة الجباز.
 - ٣- الإهتمام بتدريب أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بمختلف كليات التربية الرياضية على استخدام إستراتيجية (فكر - زوج - شارك) أثناء تدريس مختلف مواد الكلية.

((المراجعـــــــــــــــــ ع))

- ١- انزهار محمد الشوبكي (٢٠٠٦م): "تأثير تدريب الترامبولين على بعض المتغيرات البدنية الخاصة والمستوى المهاري للوثبات في التمرينات الفنية الايقاعية لدى طالبات كلية التربية البدنية والرياضية بجامعة الأقصى"، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة العدد (١) اكتوبر، جامعة حلوان.
- ٢- إيمان عبدالله قطب: المبادئ الأساسية للتمرينات والجباز الإيقاعي" مؤسسة عالم الرياضة للنشر، الاسكندرية.
- ٣- جوده احمد سعاده (٢٠٠٦م): "التعلم النشط بين النظرية والتطبيق"، دار الشروق للنشر عمان الاردن.
- ٤- حسن سيد شحاته (٢٠٠٨م): "إستراتيجيات التعليم والتعلم الحديثه وصناعة العقل العربي"، الدار المصريه اللبنانيه، القايره.
- ٥- خالد ثابت عوض محمد، محمد عبد الحميد دعدور (٢٠٢١م): "تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام إستراتيجية التعلم النشط" فكر - زوج - شارك "على مستوى بعض المهارات الأساسية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الابتدائية" المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية جامعة بورسعيد، ديسمبر .
- ٦- رضا مصطفى هلال شلبي، سلوى مصطفى السيد عبدالله (٢٠١٩م): "تأثير إستخدام إستراتيجية فكر - زوج - شارك بنظام المجموعات على تعلم مهارتي التمرير والتنطيط لدى تلميذات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي"، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بنها - كلية التربية الرياضية للبنين.

- ٧- سامية احمد هجرسي (٢٠٠١م): مقدمة في التمرينات الإيقاعية والجمباز الإيقاعي، القاهرة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.
- ٨- سلوى حسن محمد بصل (٢٠٠٨م): "إستراتيجية مقترحة لتدريس الأدب قائمه على التدريس التفاعلي والتعليم النشط وأثرها على تنميه مهارات التذوق الأدبي لدى طلاب المرحلة الثانوية"، رسالة دكتوراه كلية التربية، جامعه الزقازيق.
- ٩- شيماء عبدالعليم عبدالرازق محليس: "تأثير استراتيجيه" فكر، زوج، شارك "على مستوى أداء مسابقة قذف القرص والمرونة الذهنية لطالبات المستوى الثاني بكلية التربية الرياضية جامعة المنوفية"، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية جامعة أسيوط، مارس ٢٠٢١م.
- ١٠- عايش محمود زيتون (٢٠٠٧م): "النظريه البنائية واستراتيجيات تدريس العلوم"، دار الشروق للنشر والتوزيع، الاردن.
- ١١- عبد الله محمد مناع (٢٠١٥م): "تأثير استراتيجيه (فكر - زوج - شارك) على المستوى المهاري والحصائل المعرفيه بدرس التربيه الرياضيه"، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعه حلوان.
- ١٢- عطيات محمد خطاب وآخرون (٢٠٠٦م): "أساسيات التمرينات والتمرينات الإيقاعية"، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
- ١٣- عنايات فرج، فانتن البطل (٢٠٠٤م): التمرينات الإيقاعية (الجمباز الإيقاعي) والعروض الرياضية، القاهرة، دار الفكر العربي.
- ١٤- مديحة بنت سالم الكليبية (٢٠١٢م): إستراتيجية فكر، زوج، شارك، مجلة التطور التربوي، وزارة التربية والتعليم.
- ١٥- محمد نبهان يحيى: "العصف الذهني وحل المشكلات"، دار اليازوري العلمي للنشر والتوزيع، عمان ٢٠١٥م.
- ١٦- مكارم حلمي ابو هرجه وآخرون (٢٠٠٧م): "العولمه والإبداع في التربيه الرياضيه المدرسيه"، مركز الكتاب، القاهرة.
- ١٧- محمود عبد الحليم عبد الكريم (٢٠٠٦م): ديناميكية تدريس التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

- ١٨- منى يحيى عبد الحميد محمد الفضالى: اثر تطوير بعض القدرات التوافقية على مستوى الأداء المهاري في رياضة الجمباز، (٢٠٢٠م) المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، جامعة حلوان- كلية التربية الرياضية للبنات.
- ١٩- هشام أسامة عبدالراضي: "تأثير استراتيجيات (فكر زوج شارك) (TPS) على التحصيل المعرفي وتعلم بعض مهارات الكرة الطائرة لطلاب كلية التربية الرياضية بقنا، انتاج علمي، كلية التربية الرياضية بقنا جامعة جنوب الوادي.
- ٢٠- وسام عادل السيد أمين انتاج علمي يوليو (٢٠١٨م): "تأثير استراتيجيات "فكر- زوج شارك" على المرونة الذهنية ومستوى أداء بعض مهارات الباليه لطالبات كلية التربية الرياضية"، مجلة جامعة مدينة السادات للتربية البدنية والرياضة جامعة مدينة السادات- كلية التربية الرياضية.
- ٢١- ياسمين البحار، سوزان صلاح طنطاوي (٢٠٠٤م): "أسس تدريب الجمباز الإيقاعي"، الجزء الأول، جامعة الإسكندرية.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 22- Haney, J., (2003): Constructivist Believes About the science Classroom Learning Environment: Perspective from teacher Administrators, Parents community Members and students [Electronic version]. School Science and Mathematics, 103., 366-378.
- 23- Jastrjemskaia, N., & Titov, Y. (1999). Rhythmic gymnastics Champaign, IL: Human Kinetics.
- 24- Kagan, Spencer (2012): The "E" of PIES. http://www.Cooperativelearning.com/free_articles/dr_spencer_kagan/ASK05.Php.