

تأثير استراتيجية " فكر – زاوج – شارك " في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا

أ.م.د/ داليا السيد عنتر

استاذ مساعد بقسم الجمباز والتمرينات والتعبير الحركي
والعروض الرياضية بكلية التربية الرياضية – جامعة طنطا

المقدمة ومشكلة البحث

لقد أصبح عالمنا المعاصر يشهد العديد من التطورات والتغيرات المتلاحقة والسريعة في جميع النواحي خاصة النواحي التعليمية حيث ظهرت العديد من الاتجاهات الحديثة التي تقوم على دراسة نظريات التفاعل أو التأثير والتأثر في المواقف التعليمية وتأكيد إيجابية المتعلم ونشاطه ويعتبر هذا القرن عصر التكنولوجيا والاستفادة مما تقدمه من أجهزة وأدوات تعليمية وبرامج وأساليب وطرق تدريس تهدف لتحسين مستوى التعليم والعملية التعليمية بأكملها.

ونجاح العملية التربوية في مجال التربية الرياضية يتوقف على اختيار المعلمة لطرق وأساليب التدريس المناسبة للتغلب على المعوقات والمشكلات التي تعترض العملية التعليمية والبحث عن حلول منطقية لها. لذا تسعى المؤسسات التعليمية لتحقيق الهدف من العملية التعليمية بدرجة كفاءة واتقان عالية ، والاهتمام بالمتعلم وحاجاته ، والسبيل الى ذلك التطوير لطرق وأساليب التدريس لكي تعمل على اثناء هذه العملية. (٢ : ١٠٠) (٤١ : ١٢)

يعد التدريس الحديث عملية ايجابية هادفة تهتم ببناء المجتمع وتقدمه عن طريق بناء الانسان الصالح والمتكامل فكرياً وجسدياً ووجدانياً ، أما التدريس التقليدي فهو بصفة عامة عملية اجتماعية تهتم بتعليم المتعلمين لماده المنهج أو ما يريده المعلم لنفسه دون التحقق من فاعلية هذا التعلم أو أثره عليهم وعلى المجتمع ، والتدريس الحديث عملية بنائسة تعاونية

نشطه يسهم فيها المعلم والمتعلم كل حسب قدراته ومسئوليته وحاجاته الشخصية. (٢٧ : ١٩)

وتشير جودت أحمد سعادة (٢٠٠٦م) الى أن الاتجاه إلى التعلم النشط كأحد الأساليب والآليات المهمة في التدريس سعياً نحو تحقيق عملية التعليم والتعلم ، وتحقيق الجودة الشاملة في التعليم ، ونقل التعلم من الطرق التقليدية المعتمدة على الاستظهار والحفظ والتطبيق إلى طرق استراتيجيات أكثر إيجابية تعتمد على فاعلية المتعلم واشتراكه في عملية التعليم لتنمية جوانب شخصيته وقدراته ونكائه . (١٠ : ٢٢٥)

وتؤكد هبه عبدالله رمضان (٢٠١٠م) إن التعلم النشط يضم باقة كبيرة من الاستراتيجيات التي تلائم جميع المواقف التعليمية ويمكن استخدامها في مراحل تعليمية متعددة لأنها تتسم بالمرونة والجاذبية والقدرة على تحقيق الأهداف التربوية كما تركز على نشاط المتعلم وإيجابيته ومنها : العصف الذهني "فكر وزوج وشارك" ، الحوار والمناقشة ، الاكتشاف ، حل المشكلات ، التعلم التعاوني ، تعلم الأقران ، لعب الأدوار ، قارن وفرق والألعاب الأكاديمية. (٤٦ : ١٣٨)

تعد استراتيجيات (فكر - زوج - شارك) من الطرق المستحدثة الممتازة التي تتسم بأنها لا تحتاج لوقت طويل في تنفيذها وخطواتها محددة وبسيطة يمكن تطبيقها بسهولة ، كما تجعل المتعلم له دور نشط وفعال ويشترك وينافس ويتفاعل مع زملائه ليصبح محور العملية التعليمية ، حيث تجعل بيئة التعليم مليئة بما يثير ويحفز المتعلمين على التفكير فيما يعرض عليهم من أسئلة ومشكلات تتطلب حلولاً مثالية ، وذلك من خلال خطواتها المتتابعة التي تختلف اجراءات تنفيذ كلاً منها عن الأخرى مما يساعد على زيادة حماس المتعلمين وعدم الشعور بالملل . حيث أنهم يفكرون فردياً في الخطوة الأولى ، ويعملون ثنائياً في الخطوة الثانية حيث يقوم كل زوج من المتعلمين بمناقشة أفكارهم معاً ، ثم في مجموعات في خطوة المشاركة حيث يشاركا زوجاً آخر من المتعلمين في المناقشة والأداء حول نفس المهارة ويقوم

الجميع في النهاية للتوصل إلى الأداء الأمثل وعلى المعلم التوجيه والإرشاد والسيطرة على الموقف التعليمي لتحقيق الأهداف المحددة مسبقاً. (٣٩ : ١٠) (٥٤ : ٥٣) (٢٤ : ٧٤)

كما تشير سماح سليمان (٢٠٠٦ م) أن استراتيجيات (فكر - زوج - شارك) تحتوي على تنوع استراتيجيات في خطواتها — وهذا التنوع يظهر من خلال كل خطوة فهي تمثل استراتيجيات تدريسية مستقلة إذ أنه في خطوة التفكير تتضمن استراتيجيات العصف الذهني ، وفي خطوة المزاجية تمثل أسلوب الأقران ، وفي خطوة المشاركة تمثل تعلماً تعاونياً (٢٢ : ٩٥)

وتعتبر التمرينات من أهم الأنشطة الحركية التي تسعى الدول المتقدمة الى تنشيط ممارستها حيث أنها تنمي الفرد بدنيا ونفسيا واجتماعيا وتعمل على اكتساب القوام الجيد وتنمية الإحساس بالتناسق وقوة الحركات ، وتنمي لدى اللاعب الشعور بالعلاقة بين الزمان والمكان والإحساس بالحركة وديناميكيته . كما تتميز بالتنوع وذلك الشمول يجعل اللاعب متحمكة في سرعة الاستجابة للعمل العضلي والاستمرار في هذا العمل في إطار متوافق. (٢٨ : ٩)

وتعد التمرينات الزوجية إحدى أنواع التمرينات والتي تعرف بأنها مجموعة من التمرينات والحركات والأوضاع التي تؤدي بين زميلين بغرض إظهار قدراتهم المختلفة للوصول لتحقيق هدف معين. والتي تتعدد أنواعها إلى تمرينات باستخدام الزميل كجهاز و كمانع وكثقل وكأداة وكمنافس و تمرينات المقاومة وتمرينات بمساعدة الزميل وتمرينات فعالة أو إيجابية .

ومن خلال قيام الباحثة بتدريس مادة التمرينات لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا والتي تقوم بتدريس ثلاث جمل لطالبات الفرقة الثانية وهم جملة التمرينات الحرة وجملة التمرينات بالادوات وجملة التمرينات الزوجية والتي لاحظت الباحثة ضعف في مستوى أداء الطالبات لجملة التمرينات الزوجية وبعد الرجوع لدرجات الطالبات بالسنوات السابقة لاحظت ضعف في درجاتهن في تلك الجملة مما استدعي الباحثة لضرورة استخدام واحدة من الاستراتيجيات الحديثة في التدريس وتغيير آلية تدريس تلك الجملة حيث أنها تعتمد على

مصدر واحد فقط وهو المعلمة كما لاحظت سلبية الطالبات وعدم تعاونهن في الارتقاء بمستوى أدائهن الفني للجملة وبعد الاطلاع والرجوع لنتائج العديد من الدراسات السابقة كدراسة أسماء ياسين (٢٠١٣م) (٥) ، غادة عبود (٢٠١٦م) (٢٩) ، مينا حلمي (٢٠١٨م) (٤٤) ، بدور عادل (٢٠٢٠م) (٩) ، عبدالله عبداللطيف (٢٠٢١م) (٢٦) لاحظت الباحثة فاعلية استراتيجيات ليمان (فكر - زوج - شارك) في مستوى أداء العديد من الألعاب والرياضات المختلفة والتي لم يتم استخدامها في تدريس التمرينات الزوجية للطالبات لذا فقامت الباحثة باستخدام تلك الاستراتيجيات لما لها من تشويق وإبراز ايجابية المتعلم حتى يشعر بتفاعله أثناء عملية التعليم وهذا يجعل الباحثة تثير المشكلة فى التساؤل التالى : ماهو تأثير استخدام استراتيجيات " فكر - زوج - شارك " في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا.

هدف البحث

- التعرف على تأثير استخدام استراتيجيات " فكر - زوج - شارك " في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا.

فروض البحث

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدى.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدى.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح المجموعة التجريبية.

المصطلحات المستخدمة في البحث

- استيراتيجية (فكر - زواج - شارك) :

تعرف بأنها استيراتيجية تعاونية تتيح للطلاب وقتاً للتفكير الفردي ثم على شكل أزواج ثم يختار الأزواج فكرة رئيسة واحدة ليشاركوا فيها الفصل كلة (٥١ : ١٨)

- التمرينات الزوجية :

هي مجموعة من التمرينات والحركات التي تؤدي بواسطة شخصين (٤٠ : ١٢٨)

خطة وإجراءات البحث

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة مستخدمة القياسات القبليّة والبعديّة لكلا المجموعتين وذلك لمناسبته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث

اشتمل مجتمع البحث على طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا للعام الدراسي (٢٠٢٢/٢٠٢٣م) والبالغ عددهن (٤٧٢) طالبة.

عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية لعدد (٥٦) طالبة من مجتمع البحث بنسبة مئوية (١١.٨٦%) منهم (١٦) طالبة من خارج عينة البحث الأساسية لإجراء الدراسة

الاستطلاعية وحساب المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات المستخدمة في الدراسة، و(٤٠) طالبة كعينة أساسية وتم تقسيمهم إلي مجموعتين إحداهما تجريبية يتم التدريس لها باستخدام استراتيجيات (فكر - زوج - شارك) والأخرى ضابطة يتم التدريس لها باستخدام الأسلوب التقليدي المتبع " أسلوب الأوامر"، قوام كل منها (٢٠) طالبة تم إجراء التجانس بين مجموعتي البحث في متغيرات السن والوزن والطول والمتغيرات البدنية والمتغيرات مهارية لجملة التمرينات الزوجية وجدول (٢) يوضح ذلك، وتم عمل التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) وجدول (٣) يوضح ذلك.

شروط اختيار عينة البحث:

- ١- أن تكون من طالبات الفرقة الثانية المستجدات واللاتي يدرج ضمن مقرهن جملة التمرينات الزوجية.
- ٢- جميع أفراد العينة في مرحلة نمو واحدة فيها النضج العقلي والحركي متقارب .
- ٣- الالتزام في الحضور في المحاضرات، واستبعاد الطالبات المصابة.
- ٤- أن يكون لكل طالبة زميلتها التي تستكمل معها جملة التمرينات الزوجية بداية من تطبيق البرنامج حتى نهايته.

جدول (١)

توصيف مجتمع وعينة البحث

المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		العينة الاستطلاعية		عينة البحث الأساسية		المجتمع الأصلي	
العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%
٤٧٢	١٠٠	٢٠	٤.٢٤	١٦	٣.٣٩	٤٠	٨.٤٧	٢٠	٤.٢٤

التوصيف الإحصائي لعينة البحث:

للتأكد من وقوع أفراد عينة البحث تحت المنحنى الإعتدالي، قامت الباحثة بإجراء اعتدالية التوزيع بين أفراد عينة البحث في بعض المتغيرات المختارة والتي من الممكن أن تؤثر على نتائج الدراسة.:

- معدلات النمو (الطول، الوزن، السن).
- القدرات العقلية (الذكاء).

- القدرات البدنية (القوة العضلية - المرونة - التوازن - التوافق - الرشاقة)
 - مستوى الأداء المهاري لجملة التمرينات الزوجية (قيد البحث) جدول (٢)
- يوضح معامل الالتواء واعتدالية البيانات بين عينة البحث .

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لمعدلات النمو والمتغيرات البدنية ومتغيرات الجملة الحركية لطالبات مجموعة البحث

ن = ٤٠

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
معدلات النمو	الطول	سم	١٦٤.٢٨	٦.٤٠	١٦٢.٥٠	٠.٧٧٨
	الوزن	كجم	٦٤.٠٥	٥.٩٨	٦٣.٢٥	٠.٧٨١
	السن	سنة	١٩.٦٥	٠.٦٢	٢٠.٠٠	٠.٤٠٠
القدرات العقلية	اختبار الذكاء	درجة	٢٢.٦٥	٢٢.٠٠	٢٠.٣	٠.١٣٨
المتغيرات البدنية	القدرة العضلية للرجلين (الوثب العمودي من الثبات)	سم	٦٠.٤٨	٤.٨٣	٦٣.٠٠	٠.٤٥٩-
	المرونة (ثني الجذع من الجلوس طويلاً)	سم	٦.١٥	٢.٥١	٦.٠٠	٠.٠٧٨
	التوازن (الوقوف على مشط القدم)	ث	٥.٧٠	١.٨٢	٥.٥٠	٠.٣٥٧
	الرشاقة (اختبار الجري الزجزاجي)	ث	١٠.٤٤	٠.٧٣	١٠.٦٧	٠.٨٢٠-
	التحمل (الانبطاح المائل من الوقوف)	ث	١٧.٣٣	٦.٠٠	١٧.٠٠	٠.٤٧٣
	التوافق (الدوائر المرقمة)	ث	١٢.١٦	١.٧٩	١٢.١٠	٠.٣٠٩
	الأداء المهاري لجملة التمرينات الزوجية	درجة	٣.٠٠	١.٠٦	٣.٠٠	٠.٨١١-

قيمة (ت) عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٠٩٣

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الالتواء المحسوبة تنحصر ما بين (٣±) وتراوحت قيم معامل الالتواء بين (-٠.٨٢٠ إلى ٠.٧٨١) مما يدل على اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في متغيرات (معدلات النمو- القدرات العقلية - القدرات البدنية- الأداء المهاري لجملة التمرينات الزوجية).

تكافؤ عينة البحث

جدول (٣)

تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في كل من (الطول - الوزن - السن -

المتغيرات البدنية والأداء المهاري لجملة التمرينات الزوجية) قيد البحث

$$n_1 = n_2 = 20$$

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق	قيمة (ت)
		س	ع±	س	ع±		
الطول	سنة	١٦١.٩٠	٤.٢٧	١٦١.٦٥	٥.٨٣	٠.٢٥-	٠.٢١٨
الوزن	كجم	٦٣.٠٨	٧.٠٥	٦٣.٤٥	٢.٥٢	٠.٣٧	٠.٢٢٤
السن	سم	١٩.٦٠	٠.٦٠	١٩.٧٠	٠.٦٦	٠.١٠	٠.٥٠٣
الذكاء	درجة	٢٢.٧٥	٢.٠٤	٢٢.٥٥	٢.٠٦	٠.٢٠-	٠.٣٠٨
القدرة العضلية للرجلين (الوثب العمودي من الثبات)	سم	٦٠.٤١	٤.٧٨	٦٠.٥٦	٥.٠١	٠.١٥	٠.٠٩٧
المرونة (ثني الجذع من الجلوس طولاً)	سم	٦٠.٥	٢.٥٤	٦٠.٢٥	٢.٥٣	٠.٢٠	٠.٢٤٩
التوازن (الوقوف على مشط القدم)	ث	٥.٨١	١.٧٩	٥.٥٩	١.٨٩	٠.٢٢-	٠.٣٧٤
الرشاقة (اختبار الجري الزجراجي)	ث	٧.٥٥	٠.٦٧	٧.٣٢	٠.٧٩	٠.٢٣	٠.٩٩٤
التحمل (الانبطاح المائل من الوقوف)	ث	١٧.٤٥	٥.٨٨	١٧.٢٠	٦.٢٧	٠.٢٥-	٠.١٣٠
التوافق (الدوائر المرقمة)	ث	١٢.١٤	١.٨٠	١٢.١٧	١.٨٣	٠.٠٣	٠.٠٥٦
الأداء المهاري لجملة التمرينات الزوجية	درجة	٢.٩٥	١.١٠	٣.٠٥	١.٠٦	٠.١٠	٠.٢٩٤

قيمة (ت) عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٠٩٣

يتضح من جدول (٣) وجود فروق غير دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبليين

للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات معدلات النمو - القدرات العقلية - القدرات البدنية

– الأداء المهاري لجملة التمرينات الزوجية) للمجموعتين مما يدل على تكافؤ المجموعتين في المتغيرات قيد البحث.

وسائل جمع البيانات :

استندت الباحثة في جمع البيانات الخاصة بالبحث الحالى إلى الأدوات والوسائل التالية:

- معدلات النمو (العمر الزمني، الطول، الوزن).
- اختبار القدرات العقلية لقياس الذكاء – مرفق (٣).
- اختبارات القدرات البدنية لقياس بعض عناصر اللياقة البدنية – مرفق (٥).
- استمارة تقييم الأداء المهاري لجملة التمرينات الزوجية (قيد البحث). – مرفق (٨).
- البرنامج التعليمي باستخدام استراتيجيات (فكر – زوج – شارك)

١ – معدلات النمو (العمر الزمني، الطول، الوزن).

- الطول: استخدام شريط قياس الطول (بالسنتمتر).
- الوزن: استخدام الميزان الطبي لقياس الوزن (بالكيلو جرام).
- العمر الزمني: تم حساب العمر الزمني لأقرب سنة .

٢ – القدرات العقلية (اختبار الذكاء) :

استخدمت الباحثة اختبار " السيد محمد خيرى للذكاء " مرفق (٣) لمدى مناسبة هذا الاختبار لعينة البحث هذا الاختبار يحتوى على عدد من الأسئلة الذهنية تبين قدرة الطالبة على التفكير ويمكن إجراء هذا الاختبار بصورة جماعية أو فردية وتحدد نسبة الذكاء لضبط اعتدالية بيانات عينة الدراسة فى القدرات العقلية ، وقد استخدمته العديد من الدراسات والأبحاث العلمية السابقة .

المعاملات العلمية لاختبار القدرات العقلية: قامت الباحثة بحساب المعاملات العلمية (الصدق والثبات) علي النحو التالي :

(أ) حساب معامل الصدق للاختبار:

لإيجاد صدق الاختبار تم استخدام صدق المقارنة الطرفية (الأرباعي الأعلى والأرباعي الأدنى) علي عينة قوامها ١٦ طالبة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية وذلك في يوم الأحد الموافق ٢٦ / ٢ / ٢٠٢٣، وقد تم استخدامه في العديد من الدراسات والمراجع العلمية والتي اكدت بأن هذا الاختبار على درجة عالية من الصدق والثبات، والجدول (٤) يوضح دلالة الفروق بين متوسطي الارباعى الأعلى والارباعى الأدنى فى متغير القدرات العقلية .

جدول (٤)

دلالة الفروق بين متوسطي الأرباعي الأعلى والأرباعي الأدنى
في متغير نسب القدرات العقلية لدي عينة التقنين

$$n=1 \quad k=2 \quad \epsilon=4$$

قيمة U	الأرباعي الأدنى		الأرباعي الأعلى		وحدة القياس	اختبار القدرات العقلية
	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب		
٠.٠٠٠	١٠.٠٠٠	٢.٥٠	٢٦.٠٠	٦.٥٠	درجة	اختبار الذكاء

قيمة U الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٠٥ = ٣

يتضح من جدول (٤) وجود فروق دالة إحصائية بين قيم متوسط الأرباعي الأعلى والأرباعي الأدنى في إختبار القدرات العقلية لدى عينة التقنيين مما يدل علي أن الإختبار قد ميز بين المستوي المرتفع والمستوي الأقل مما يدل علي صدق الاختبار .

(ب) حساب معامل الثبات للاختبار :

تم حساب معامل ثبات اختبار القدرات العقلية عن طريق طريقة تطبيق الاختبار وإعادة التطبيق Test- Retest بفارق زمني قدرة ١٠ أيام على عينة عددهن (١٦) طالبة ممثلة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية تحت نفس شروط التطبيق الأول فكان التطبيق الأول يوم الأحد الموافق ٢٦ / ٢ / ٢٠٢٣ م ، وكان التطبيق الثاني يوم الخميس الموافق ٩ / ٣ / ٢٠٢٣ م وجدول (٥) يوضح معامل الارتباط .

جدول (٥)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لإختبار القدرات العقلية لدي عينة التقنيين ن=١٦

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		متغير القدرات العقلية
	ع±	س	ع±	س	
٠.٩٠٤	٢.٥٠	٢٤.٣١	٢.٧٧	٢٤.٠٦	اختبار الذكاء

قيمة ر الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ = ٠.٤٩٧ .

يتضح من جدول (٥) وجود إرتباط دال إحصائياً بين التطبيق الأول وإعادة تطبيق الإختبار في إختبار القدرات العقلية لدي عينة التقنيين عند مستوي معنوية ٠.٠٥ مما يشير إلي ثبات الإختبار .

٣- اختبارات القدرات البدنية :

قامت الباحثة بتحديد القدرات البدنية المرتبطة وذلك من خلال المراجع العلمية مثل محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان (٢٠٠١م) (٣٢)، محمد صبحي حسانين (٢٠٠٤م) (٣٦) والدراسات المرجعية وسام عادل السيد (٢٠١٥م) (٤٨)، كمال عبد الحميد اسماعيل (٢٠١٦م) (٣٠)، محمود إسماعيل الهاشمي (٢٠١٨م) (٤٠) مريم محمد عمران

(٢٠١٩) (٤٢) وتم عرض هذه الاختبارات علي عدد (٧) من الخبراء في مجال التمرينات - مرفق (١) - وذلك لاستطلاع آرائهم حول القدرات البدنية والاختبارات التي تقيسها - مرفق (٤)

جدول (٦)

النسبة المئوية لآراء الخبراء لعناصر القدرات البدنية المرتبطة بجملة

التمرينات الزوجية (قيد البحث) وكذلك الاختبارات البدنية لقياسها ن = ٧

م	الصفة البدنية	عدد الخبراء الموافقين	النسبة المئوية	الإختبار	النسبة المئوية
١	القدرة العضلية للرجلين	٥	%٧١.٤	- الوثب العريض من الثبات	١
				- الوثب العمودي من الثبات	٥
				- اختبار الوثبات المتتالية	١
٢	المرونة	٦	%٨٥.٧	- ثني الجذع من الجلوس طويلاً	٦.
				- ثني الجذع للأمام من الوقوف	١
				- دوران الجذع على الجانبين	-
٣	التوازن	٧	%١٠٠	- اختبار المشي على العارضة	-
				- اختبار ائزان الكرة	-
				اختبار الوقوف على مشط القدم	٧
٤	الدقة	١	%١٤.٣	التصويب باليد على المستطيلات المتداخلة	-
				التصويب باليد على الدوائر المتداخلة.	١
٥	التحمل	٦	%٨٥.٧	الانبطاح المائل من الوقوف	٦
				ثني الذراعين من الانبطاح المائل المعدل	-
				رفع الجذع من الانبطاح	١
٦	الرشاقة	٥	%٧١.٤	-جري مكوكي	-
				-الجري الزجزاجي	٥
				- الجري حول دائرة	٢
٧	التوافق	٦	%٨٥.٧	- اختبار الدوائر المرقمة	٦
				- اختبار رمي واستقبال الكرات	-
				- اختبار الجري في شكل (٨)	١
٨	القوة العضلية	١	%١٤.٣	اختبار قياس قوة القبضة	-
				اختبار دفع كره طبيه اكجم	-
				اختبار ثني الذراعين من الانبطاح المائل	١

يتضح من جدول (٦) أن النسبة المئوية لكل من عناصر القدرات البدنية القدرات البدنية لقياس بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بجملة التمرينات الزوجية وكذلك اختبارات قياسها وفقاً لرأى الخبراء وقد اختارت الباحثة عناصر القدرات البدنية الحاصلة على نسبة ٧٠٪ وتمثلت فيما يلي (القدرة العضلية للرجلين، المرونة، التوازن، الرشاقة، التحمل، التوافق)

اختبارات القدرات البدنية:

١. القدرة العضلية للرجلين : الوثب العمودي من الثبات
٢. المرونة : ثني الجذع من الجلوس طويلاً
٣. التوازن: اختبار الوقوف على مشط القدم
٤. الرشاقة: الجري الزجراجي
٥. التحمل : الانبطاح المائل من الوقوف
٦. التوافق: اختبار الدوائر المرقمة.

الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء دراسة استطلاعية في الفترة من ٢٦/٢/٢٠٢٣م إلى ٩/٣/٢٠٢٣م للتعرف على النواحي الإدارية والفنية والتنظيمية الخاصة بالبحث وقد تم تحديدها فيما يلي:

- التأكد من مدى صلاحية المكان المخصص لإجراء التجربة.
- التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في الدراسة.
- تناسب الاختبارات لعينة الدراسة.
- اكتشاف الأخطاء التي تواجه الباحثة أثناء التطبيق.

المعاملات العلمية للاختبارات البدنية:

المعاملات العلمية لإختبارات القدرات البدنية الخاصة بجملة التمرينات الزوجية:

أ- معامل الصدق : تم استخدام اختبار دلالة الفروق بين الأرباعي الأعلى والأرباعي الأدنى لإيجاد صدق الاختبارات وتم تطبيقه علي عينة عددهم (١٦) طالبة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية وذلك في يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٣/٢/٢٧ م ، وجدول (٧) يوضح ذلك

جدول (٧)

دلالة الفروق بين متوسطي الأرباعي الأعلى والأرباعي الأدنى في المتغيرات البدنية لبيان معامل الصدق لدي عينة التقنين

$$n=1 \quad n=2=4$$

قيمة (U)	الأرباع الأدنى		الأرباع الأعلى		درجة القياس	الإختبارات
	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب		
٠.٠٠٠	١٠.٠٠٠	٢.٥٠	٢٦.٠٠	٦.٥٠	سم	اختبار الوثب العمودي من الثبات
٠.٠٠٠	١٠.٠٠٠	٢.٥٠	٢٦.٠٠	٦.٥٠	سم	اختبار ثني الجذع من الجلوس طويلاً
٠.٠٠٠	١٠.٠٠٠	٢.٥٠	٢٦.٠٠	٦.٥٠	ث	اختبار الوقوف علي مشط القدم
٠.٠٠٠٠	٢٦.٠٠٠	٦.٥٠	١٠.٠٠٠	٢.٥٠	ث	اختبار الجري النجزاجي
٠.٠٠٠	١٠.٠٠٠	٢.٥٠	٢٦.٠٠	٦.٥٠	ث	اختبار الإنبطاح المائل من الوقوف
٠.٠٠٠٠	٢٦.٠٠٠	٦.٥٠	١٠.٠٠٠	٢.٥٠	ث	اختبار الدوائر المرقمة

قيمة (U) عند مستوي (٠.٠٠٥) = ٣

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى لإختبار القدرات البدنية قيد البحث مما يدل علي أن إختبارات القدرات البدنية قد ميزت بين المستوي المرتفع والمستوي الأقل مما يدل علي صدق الإختبارات.

ب- ثبات إختبارات القدرات البدنية :

قامت الباحثة بحساب ثبات الإختبار عن طريق تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه
 Test-Retest علي عينة قوامها (١٦) طالبة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية
 بفارق زمني مدته (٧) أيام فكان التطبيق الأول يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٣/٢/٢٧ م
 وكان التطبيق الثاني يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٣/٣/٧ م وتم تحديد معامل الثبات بين
 التطبيق الأول والثاني والجدول (٨) يوضح معامل الارتباط .

جدول (٨)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لبيان معامل الثبات في إختبارات
 القدرات

البدنية قيد البحث لدي عينة التقنين

ن=١٦

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الاختبارات
	ع±	س	ع±	س		
٠.٨٦١	٩.٣١	٥٦.٩٦	٨.٥٣	٥٧.٣٥	سم	اختبار الوثب العمودي من الثبات
٠.٩٢٦	١.٤٤	٦.٩٤	١.٣٩	٦.٧٥	سم	اختبار ثني الجذع من الجلوس طويلاً
٠.٧٧٥	١.٤٦	٦.٠١	١.٧١	٥.٨٩	ث	اختبار الوقوف علي مشط القدم
٠.٧٧٣	٠.٧١	١٠.٥١	٠.٧٥	١٠.٥٦	ث	اختبار الجري الزجراجي
٠.٩٢٨	٤.٣٦	١٢.٩٤	٤.١٨	١٢.٨١	ث	اختبار الإنبطاح المائل من الوقوف
٠.٧٢٤	١.٤٨	١٠.٦٨	١.٣٧	١٠.٧٦	ث	اختبار الدوائر المرقمة

قيمة ر الجدولية عند مستوي معنوية $0.05 = 0.497$

يتضح من جدول (٨) وجود ارتباط دال إحصائياً بين التطبيق وإعادة التطبيق في
 إختبارات القدرات البدنية قيد البحث عند مستوي معنوية 0.05 مما يشير إلى ثبات تلك
 الإختبارات.

٤- استمارة تقييم الأداء المهاري الخاص بالجملة الحركية (قيد البحث):

قامت الباحثة باستطلاع رأي السادة الخبراء حول استمارة تقييم مستوى الأداء لجملة التمرينات الزوجية قيد البحث مرفق (٧) وبعد الاطلاع والبحث قامت الباحثة بالاستعانة باستمارة تقييم الأداء المهاري الخاصة بجملة التمرينات الزوجية الخاصة بدراسة كلاً من خالد نسيم ومدحت أبو سريع (٢٠١٠م)، ايمان جمال حافظ (٨) وقامت بتعديلها بما يتناسب مع جملة التمرينات الزوجية (قيد البحث) وبعد استطلاع رأي السادة الخبراء احتوت الاستمارة على ٦ نقاط تمثل في مجموعها تقيماً كلياً لجملة التمرينات الزوجية (قيد البحث) مرفق (٨)، كما هو موضح بالجدول التالي :

جدول (٩)

استمارة تقييم جملة التمرينات الزوجية

م	عناصر التقييم	الدرجة
١	الوضع الابتدائي للجملة	١
٢	سلاسة الاداء وتواصله دون انقطاع	٢
٣	التحكم والسيطرة على الأداة (الزميل)	٢
٤	اتساق الاداء بين الزميلين	٢
٥	شكل جيد للأداء	٢
٦	الوضع النهائي للجملة	١
	الدرجة الكلية	١٠

المعاملات العلمية لاستمارة تقييم مستوى الأداء المهاري لجملة التمرينات الزوجية قيد البحث:

أ- صدق استمارة تقييم مستوى الأداء المهاري:

قامت الباحثة بإجراء صدق الاستمارة عن طريق صدق المقارنة الطرفية بين الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى علي عينة الدراسة الاستطلاعية والتي بلغ قوامها (١٦) طالبة من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث، وذلك في يوم الاثنين الموافق ٢٧/٢/٢٠٢٣م والجدول (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين متوسطي الأرباعي الأعلى والأرباعي الأدنى في استمارة تقييم مستوى الأداء المهاري لجملة التمرينات الزوجية لبيان معامل صدق المقارنة الطرفية لدي عينة التقنين

$$n=1=2=4$$

قيمة (U)	الأرباع الأدنى		الأرباع الأعلى		درجة القياس	مهارات البحث
	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب		
٠.٠٠٠	٢٦.٠٠	٦.٥٠	١٠.٠٠	٢.٥٠	درجة	جملة التمرينات الزوجية

قيمة (U) عند مستوي (٠.٠٥) = ٣

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط الأرباعي الأعلى والأرباعي الأدنى لاستمارة تقييم مستوى الأداء المهاري لجملة التمرينات الزوجية مما يدل علي أن الاستمارة قد ميزت بين المستوي المرتفع والمستوي الأقل مما يدل علي صدق الاختبارات.

ب- ثبات استمارة تقييم مستوى الأداء المهاري:

تم حساب الثبات لمتغير مستوى الأداء المهاري لجملة التمرينات الزوجية باستخدام تطبيق الاستمارة وإعادة تطبيقها بفارق زمني (٧) أيام علي عينة قوامها (١٦) طالبة من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية وذلك في الفترة من يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٣/٢/٢٧ م إلى يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٣/٣/٧ م ، من خلال لجنة ثلاثية من السادة أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في مجال التمرينات مرفق (٢) وذلك من خلال عرض فيديوهات مصورة للطالبات لقياس شكل الأداء المهاري لكل طالبتين علي حدة وجدول (١١) يوضح قيمة معامل الارتباط.

جدول (١١)
معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لبيان معامل الثبات في استمارة تقييم
مستوى الأداء المهارى لجملة التمرينات الزوجية

ن=١٦

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	مهارات البحث
	ع±	س	ع±	س		
٠.٧١٥	٠.٩٦	٣.١٣	١.١٨	٢.٩٤	درجة	جملة التمرينات الزوجية

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٤٩٧

يوضح جدول (١١) وجود ارتباط دال إحصائياً بين التطبيق الأول والثاني (إعادة تطبيق الاستمارة) في تقييم مستوى الأداء المهارى عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يُشير إلى ثبات تلك الاستمارة وبذلك أصبحت الاستمارة في صورتها النهائية صالحة للتطبيق علي عينة البحث.

٥- البرنامج التعليمي باستخدام استراتيجية (فكر - زوج - شارك)

الهدف العام للبرنامج :

- يهدف البرنامج إلى التعرف على تأثير استخدام استراتيجية " فكر - زوج - شارك "

في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا.

تحديد الإطار العام لاستخدام البرنامج :

قامت الباحثة بوضع (٨) وحدات تعليمية بواقع (١) وحدة تعليمية في الأسبوع وكان زمن الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة حيث كان الزمن الكلي لتطبيق البرنامج (٧٢٠) دقيقة أي (١٢) ساعة.

جدول (١٢)
التوزيع الزمني لوحدات البرنامج التعليمي

م	البيان	التوزيع الزمني
١	عدد الأسابيع	(٨) أسابيع
٢	عدد الوحدات التعليمية	(٨) وحدة تعليمية
٣	عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع	(١) وحدة تعليمية
٤	زمن التطبيق في الوحدة الواحدة	(٩٠) دقيقة
٥	زمن التطبيق في الأسبوع	(٩٠) دقيقة
٦	الزمن الكلي لتطبيق البرنامج	(٧٢٠) دقيقة أي (١٢) ساعة

قامت الباحثة بالتدريس لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية كلن على حدة بمعدل ٩٠ ق في الأسبوع وفقاً لخطة الكلية للجانب التطبيقي وكان ذلك في يوم (الأربعاء) من كل أسبوع

١- المجموعة الضابطة

قامت الباحثة بالتدريس للمجموعة الضابطة باستخدام طريقة (الأوامر) والتي تعتمد على الشرح وتوجيه الطالبات من قبل المعلمة، حيث تتخذ الباحثة جميع القرارات في مراحل العملية التعليمية، وعلى الطالبات تنفيذ التوجيهات والتمارين والواجبات أثناء المحاضرة.

ب المجموعة التجريبية

تم تطبيق الدراسة الأساسية على طالبات المجموعة التجريبية والتي طبق عليها استراتيجية فكر، زوج، شارك حيث تم تعريف وشرح ومناقشة هذه الاستراتيجية وفقاً للمادة العلمية بما يتناسب مع محتوى الوحدة.

كيفية تطبيق استراتيجية (فكر، زوج، شارك).

استراتيجية "فكر - زوج - شارك" هي استراتيجية تعليمية تشاركية تستخدم في التدريب الرياضي والتعليم البدني تهدف لتعزيز التعاون والتفاعل بين الطالبات لتطوير مهاراتهن الأكاديمية والاجتماعية والمهارية، تمكنت الباحثة من تطبيق هذه الاستراتيجية على جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطريقة مبتكرة ومناسبة. وفقاً لخطوات تطبيق هذه الاستراتيجية:

١. فكر:(Think) : حيث تمت من خلال اتباع مايلي :-

- تقديم المفهوم العام للتمرين الزوجي للطالبات. حيث تم شرح الهدف من التمرين والمهارات التي يمكن تطويرها من خلاله.
- تقديم أمثلة مبسطة عن كيفية تنفيذ التمرين والعناصر الفنية المطلوبة.
- المطلوب من كل طالبة في هذا الوقت التركيز والتفكير بهدوء وإطلاق العنان. ثم تسجيل الإجابات والملاحظات في الورقة المحددة لتحديد الأفكار ومحاولة إبتكار تمارين جديدة وتسجيل ذلك حتى لا تتعرض لنسيان أفكارها .

٢. زوج:(Pair) : حيث تمت من خلال اتباع ما يلي :

- تم تقسيم الطالبات إلى أزواج. وكان من المفضل أن يكون الاختيار عشوائياً لتشجيع التعاون بين مختلف الشخصيات.
- تم تقديم توجيهات إضافية حول كيفية عمل الأزواج معاً بشكل فعّال، مثل توزيع المهام والتواصل الفعال وتقبل الرأي والرأي الآخر وأن الاختلاف فالرأي لايفسد للود قضية.
- ومن ثم تتجه كل طالبة إلى زميلتها لتقاسم أفكارهن. في هذا الوقت تأخذ الطالبات أدوارهن في مشاركة الأفكار ومقارنة أفكارهن بحيث تكونان (تمرين واحد)، ويجب أن تكون تلك التمارين هي الأكثر إقناعاً للثنتين ، وفي هذه الأثناء ينتقلوا الى بيئة التعلم التشاركي.

٣. شارك:(Share) حيث تمت من خلال اتباع ما يلي :

- بعد القيام بالتمرين، تم تقديم وقت للطالبات لتبادل التجارب والملاحظات والتمارين المتنوعة، كما يمكنهم مناقشة ماذا استفادوا من التمرين وكيف يمكن تطبيق المهارات المكتسبة في سياقات أخرى.
- تم تم تقديم ملاحظات إيجابية حول أداء الأزواج وتشجيعهن على التعلم من أخطاءهن.

- تطلب المعلمة من الأزواج عرض أفكارهن التي توصلوا إليها مع زميلاتهن حيث تنتقل الممارسات وتجربة التمرينات الزوجية من زوج إلى زوج لاختيار الأفضل بعد التوافق بين الجميع وفي هذه الأثناء تقوم المعلمة بتدوين اختيارات الطالبات المتوافق عليها على أحد أدوات بيئة التعلم التشاركي (تسجيل فيديو - صور - الكتابة على السبورة -) لتكون واضحة لدي الطالبات جميعاً وليسهل الرجوع لها فيما بعد.

٤. تكرار: (Repeat) حيث يتم :

- تم تكرار العملية مع تمرينات جديدة لتعزيز التطبيق العملي وتعزيز التعاون بين الطالبات.
- استخدم تغذية راجعة لتحسين أداء الأزواج في التمرينات المقبلة.

٥. تقييم: (Evaluate)

- في النهاية ، تم تقديم فرصة للطالبات لتقديم تقييم عن الاستراتيجية وتأثيرها على تعلمهم وتجربتهم.
- ملحوظة : يجب أن يتم جعل التقييم جزءاً من عملية التعلم المستمرة، واستخدم ملاحظات الطالبات لتحسين الطريقة في المستقبل.
- وبالنسبة للتقييم تقوم المعلمة بعمل تقييم مرحلي وختامي في كل وحدة تعليمية للتأكد من تحقيق أهداف الوحدة في توجيه الأسئلة ومناقشة الأجوبة وتصحيح أخطاء الطالبات.

باستخدام هذه الاستراتيجية، تمكنت الباحثة من تحفيز التفاعل والتعاون بين طالبات كلية التربية الرياضية وتعزيز تطوير مهاراتهن الفردية والجماعية في التمرينات عامةً والتمرينات الزوجية خاصةً.

كما تم تطبيق أسلوب الأوامر مع طالبات المجموعة الضابطة، حيث تم شرح المحتوى بالطريقة المتبعة (الأوامر) بواسطة الباحثة من خلال الوحدات التعليمية بواقع محاضرة لكل مجموعة في الأسبوع وفقاً لخطة الكلية للفرقة الثانية (بنات) لمقرر التمرينات (٢).

إجراء الدراسة الأساسية :

١ القياسات القبليّة :

بعد التأكد من المعاملات العلمية (الصدق والثبات) للمتغيرات المستخدمة قيد البحث قامت الباحثة بإجراء القياسات القبليّة لمتغيرات الدراسة علي المجموعات (الضابطة والتجريبية) والبالغ عددهن (٤٠) طالبة في أداء الجملة الحركية (قيد البحث) يوم الأحد الموافق ٢٠٢٣/٣/١٢ م قبل تنفيذ البرنامج التعليمي .

٢ تنفيذ الدراسة الأساسية :

قامت الباحثة بتطبيق البرنامج المُعد باستخدام استراتيجية (فكر - زوج - شارك) على المجموعة التجريبية والبرنامج التعليمي المتبع مع المجموعة الضابطة في الفترة من يوم الأربعاء الموافق ٢٠٢٣/ ٣/ ١٥ م حتى يوم الأربعاء الموافق ٢٠٢٣/ ٥ / ٣ م .

٣ القياسات البعدية :

بعد انتهاء الفترة المحددة لتنفيذ البرنامج المقترح قامت الباحثة بإجراء القياسات البعدية لمجموعات البحث التجريبية والضابطة وذلك للتعرف علي مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية (قيد البحث) وذلك من خلال (اللجنة الثلاثية المُقيمة من السادة أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في التمرينات الفنية) تمت القياسات في الفترة من يوم الاربعاء الموافق ٢٠٢٣/٥/١٠ م بنفس ترتيب وشروط القياسات القبليّة.

أساليب المعالجات الإحصائية :

قامت الباحثة بتجميع البيانات بعد الانتهاء من تطبيق التجربة وتنظيم البيانات وجدولتها ومعالجتها إحصائياً من خلال برنامج الحزم الإحصائية SPSS مستخدمة في ذلك التالي:

- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- معامل الارتباط .
- اختبار Man – Whitney
- الوسيط .
- معامل الالتواء .
- حجم الأثر .
- اختبار (ت) T-test .

عرض ومناقشة النتائج

أولاً. عرض النتائج :

١. عرض نتائج الفرض الأول :

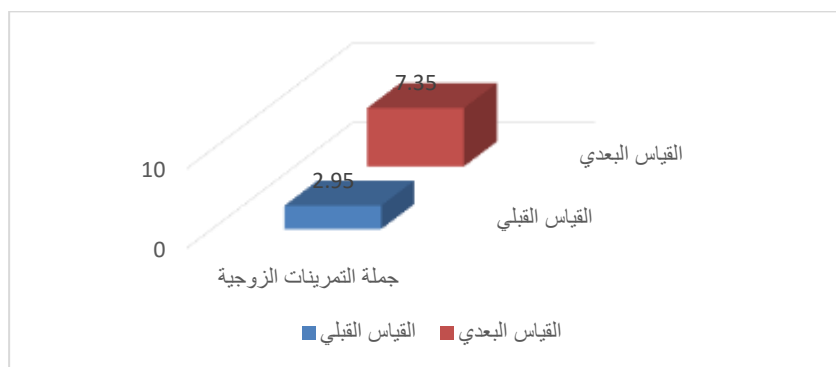
جدول (١٣)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعة الضابطة
في مستوى الأداء المهاري لجملة التمرينات الزوجية

ن=٢٠

حجم الأثر	قيمة ت	الفرق المتوسطات	القياس البعدي		القياس القبلي		مهارات قيد البحث
			ع±	س	ع±	س	
٠.٨٧١	٧.٦٢	٤.٤٠	٢.٣٠	٧.٣٥	١.١٠	٢.٩٥	جملة التمرينات الزوجية

قيمة (ت) عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٠٩٣



شكل (٢)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري لجملة التمرينات الزوجية

يتضح من جدول (١٣) وشكل (٢) أن قيمة اختبار (ت) المحسوبة دالة ، حيث بلغت قيمة ت الجدولية (٧.٦٢) وبلغ حجم الأثر (٠.٨٧١).

٢. عرض نتائج الفرض الثاني :

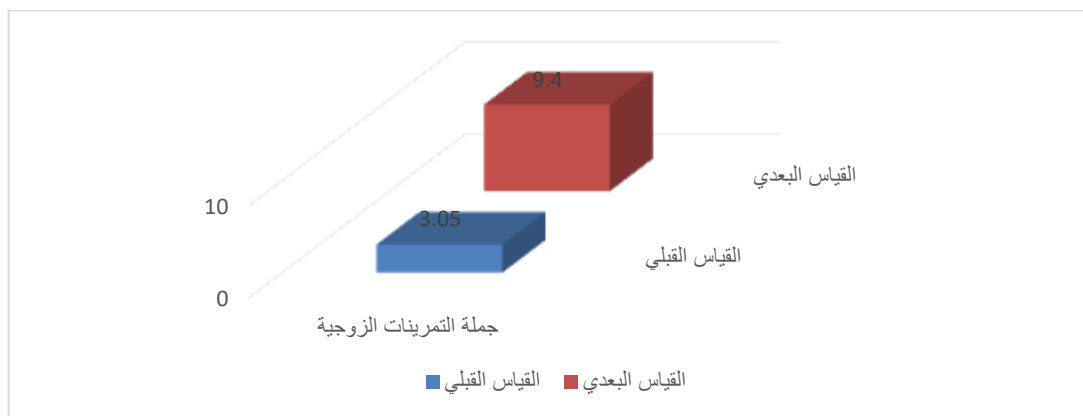
جدول (١٤)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية في شكل الأداء المهاري ومستوى التحصيل المعرفي

ن=٢٠

مهارات قيد البحث	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق المتوسطات	قيمة ت	حجم الأثر
	س	ع±	س	ع±			
جملة التمرينات الزوجية	٣.٠٥	١.٠٦	٩.٤٠	٢.٢٣	٦.٣٥	١٠.٧٥	٠.٧٣٦

قيمة (ت) عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٠٩٣



شكل (٣)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية في شكل الأداء المهاري لجملة التمرينات الزوجية

يتضح من جدول (١٤) وشكل (٣) أن قيمة اختبار (ت) المحسوبة دالة ، حيث بلغت قيمة ت الجدولية (١٠.٧٥) وبلغت قيمة حجم الأثر (٠.٧٤٦)

٣. عرض نتائج الفرض الثاني :

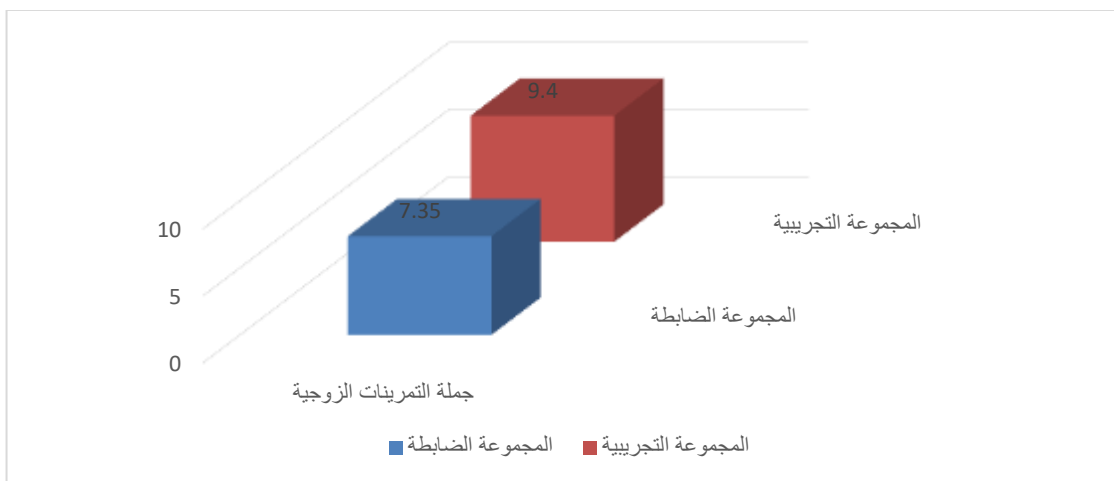
جدول (١٥)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعتين الضابطة والتجريبية في شكل الأداء المهاري لجملة التمرينات الزوجية

$$n_1 = n_2 = 20$$

مهارات قيد البحث	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق المتوسطات	قيمة ت	حجم الأثر
	س	ع±	س	ع±			
جملة التمرينات الزوجية	٧.٣٥	١.٣٥	٩.٤٠	١.١٠	٢.٠٥	٥.٢٨	٠.٥٤٣

قيمة (ت) عند مستوى معنوية ٠.٥ = ٢.٠٩٣



شكل (٤)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين البعديين لدى المجموعتين الضابطة والتجريبية في شكل الأداء المهاري لجملة التمرينات الزوجية

يتضح من جدول (١٥) وشكل (٤) أن قيمة اختبار (ت) المحسوبة دالة ، حيث بلغت قيمة ت المحسوبة (٥.٢٨) وبلغت قيمة حجم الأثر (٠.٥٤٣).

ثانياً. مناقشة النتائج :

في ضوء هدف وفروض البحث من واقع البيانات والنتائج التي تم التوصل إليها ومن خلال معالجتها إحصائياً توصلت الباحثة إلي مناقشة النتائج علي النحو التالي :

مناقشة الفرض الأول :

يتضح من جدول (١٣) وشكل (٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي لدى المجموعة الضابطة في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة اختبار (ت) المحسوبة دالة في متغير البحث ، فقد كانت قيمة (ت) تساوي (٧.٦٢)، ونجد أن هذه القيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) التي تساوي (٢.٠٩٣). وبمقارنة المتوسطات وُجد أن الفروق لصالح القياس البعدي في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدي.

وترجع الباحثة ذلك التحسن إلى تأثير الوحدات التعليمية المطبقة باستخدام الأسلوب التقليدي (الأوامر) حيث توجد المعلمة في الوحدات التعليمية وشرحها اللفظي للتمرينات وأداء نموذج لها والتدريبات التي تعمل على تتميتها، وكذلك تصحيح شكل الأداء وإصلاح الأخطاء التي تظهر أولاً بأول كما تقوم باتخاذ جميع القرارات الخاصة بالعملية التعليمية (تخطيط وتنفيذ وتقويم)، وعليه فإنها تصدر أوامرها وتتخذ قراراتها لتنفيذ كل جزء من أجزاء الدرس وكذلك تقديم التغذية الراجعة ، وتزويد الطالبات بالمعارف والمعلومات اللازمة عن الأداء وصحته والمواصفات الفنية والخطوات التعليمية بالإضافة إلى استخدام تمرينات متدرجة من السهل إلى الصعب وتكرار أدائها وتصحيح الأخطاء والتوجيه. كما تعزي الباحثة هذا التحسن إلى أن تنظيم المعلمة خلال المحاضرة للتدريبات بشكل شيق وعرضها للمهارة وأدائها نموذج جيد لها يساعد الطلاب على الإقبال على أداء المهارات بجدية كما يوفر ويساعد المتعلم على تكوين الصورة الواضحة لتلك التمرينات وتساعد باستمرار علي أن تكون لدي المتعلم قدر من المعرفة وفرصة جيدة للتعلم مما

يؤثر بدور إيجابي على كفاءة الأداء المهاري ، كما تعد درجة أداء الطالبات للتمرينات الزوجية (قيد البحث) تتوقف على مقدرة المعلم على الشرح الجيد الدقيق لكيفية أداء التمرينات من حيث صحة الأوضاع لكل أجزاء الجسم خلال عملية التعليم ، مما كان له الأثر على تعلم المجموعة الضابطة للتمرينات الزوجية (قيد البحث) .

ويشير محمد سعد (١٩٩٩) (٣٣) ، زينب عمر ، غادة عبد الحكيم (٢٠٠٨) (١٧) أن أسلوب الأوامر يلجأ إليه المعلم باعتباره مسئولاً عن اتخاذ جميع القرارات قبل التعليم وأثناء الدرس وأثناء التقويم وبعد المواقف التعليمية بالدرس فاستخدام هذا الأسلوب من قبل المعلم ، يتبعه تلقي من قبل المتعلم، والشغل الشاغل للمعلم ينصب حول أداء المتعلم المهارة المراد تعليمها وبذلك نجد أن العبء كله يقع على المعلم ، وهذا الأسلوب المتبع في درس التربية الرياضية ، كما يتفق مع ما تشير إليه كل من مهدى سالم (٢٠٠٢) (٤٣) ، وفيقة سالم (٢٠٠٧) (٤٩) في أن تعديل سلوك المتعلم يكون مرتبطاً بالممارسة والتمرين حتى يحدث التكيف في المواقف الجديدة ويتفق ذلك مع نتائج دراسة دراسة دعاء محيي الدين (٢٠٠٠) (١٢) ودراسة هشام عبد الحميد (٢٠٠٤) (٤٧) ، ودراسة انتصار خليل عشا وآخرون" (٢٠١٢م) (٧) ، ، ودراسة رنا فتحي (٢٠١٣م) (١٥) ، ودراسة أسامة ابراهيم (٢٠١٢م) (٤) ، ودراسة إبراهيم السيد (٢٠١٤م) (٢) والتي أكدت نتائجهم إلى أن الطريقة التقليدية والتي تعتمد على الشرح اللفظي وأداء النموذج أدت إلى استيعاب المتعلم للمهارات الحركية وتعلمها بشكل إيجابي وتحسن القياسات البعدية عن القياسات القبليّة.

وبذلك يتحقق الفرض الأول والذي ينص على :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدى.

مناقشة الفرض الثاني :

يتضح من جدول (١٤) وشكل (٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي لدى المجموعة التجريبية في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة اختبار (ت) المحسوبة دالة في متغير البحث ، فقد كانت قيمة (ت) تساوي (١٠.٧٥) ، ونجد أن هذه القيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوي معنوية (٠.٠٥) التي تساوي (٢.٠٩٣). وبمقارنة المتوسطات وُجد أن الفروق لصالح القياس البعدي في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدي.

وترجع هذه النتيجة إلى أن استراتيجيات (فكر - زوج - شارك) تجعل الطالبات محور العملية التربوية والمعلمة موجها ومرشداً ومهيئاً للجو التعليمي وتعطي الحيوية للدرس وتزيد من حماس الطالبات ، وجذب انتباههن والتشويق للدرس المقبل فهي تخلق بيئة تعليمية جيدة من خلال التنظيم والتنسيق وخلق جو ديمقراطياً وتقلل من الجو التسلطي في الدرس بالإضافة لإشراك جميع حواس الطالبة بالتالي تزيد من استثارة دافعية التعلم ومن ثم زيادة مستوى الأداء . وترى الباحثة أن استراتيجيات (فكر ، زوج ، شارك) تساعد على تقديم المعلومات بشكل متسلسل ومنطقي، فهي تسهل على الطالبة تذكر المعلومات السابقة، وفهم المعلومات الجديدة وإبقاء أثر التعلم أطول فترة ممكنة لدى الطالبات. بالإضافة الي أن التخطيط العلمي للبرنامج التعليمي وما يحتويه من اهداف وواجبات ومراعاة الاختلاف بين قدرات الطالبات وحسن اختيار التمرينات المقننه يؤدي الى نتائج ايجابية في تحسن وتقدم اداء جملة التمرينات الزوجية. كما ترى الباحثة أن استراتيجيات التعلم التعاوني النشط (فكر - زوج - شارك) تتميز بالسرعة وسهولة الاستخدام ولا تتطلب كثير من الوقت لأنها تتبع تعليمات وخطوات محددة وواضحة بالإضافة إلى أنها تحقق التوازن بين الاتحاد بين أفراد المجموعة مع الشعور بالمسئولية الفردية. حيث تعمل على الإستفادة من المبادئ التربوية في التعلم التي تتأدى بمراعاة استخدام التعلم الذاتي والتعاوني ومراعاة لمبدأ الفروق الفردية بين التلاميذ ، مما ساعدهن في تحسن مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية (قيد البحث) وهذا يتفق مع نتائج دراسة كلا من غادة كما يتفق مع نتائج ، ودراسة سماح عبد الحميد سليمان (٢٢)

٢٠٠٦م) " ودراسة سلوى حسن محمد (٢٠٠٨م)(٢٠)، ودراسة صفاء عبد العزيز محمد (٢٠٠٩ م)(٢٥) ، ودراسة ابتسام عز الدين محمد (٢٠١٠م)(١) ، ودراسة سليم محمد ابوغالي (٢٠١٠م)(٢١) ، ودراسة آثار حسن محمد (٢٠١٢م)(٣) ، " ودراسة إبراهيم السيد على (٢٠١٤)(٢) ، ودراسة " أماني فوري نصار " (٢٠١٥م)(٦) ، ودراسة "رضوان مصطفى رضوان (٢٠١٦م)(١٣) ، ودراسة مينا حلمي (٢٠١٨م)(٤٤) ، ودراسة نجلاء حسنى (٢٠١٨م)(٤٥) اللاتي تشير الى أن التأثير الإيجابي لإستخدام إستراتيجية (فكر - زوج - شارك) في العملية التعليمية. حيث تجعل المتعلم محور العملية التعليمية والمعلم موجها ومرشداً ومهيئاً للجو التعليمي وهذا ما تسعى إليه التربية الحديثة وتعتبر هذه الطريقة من الطرق التي تهتم بإشراك الطالبة في العملية التربوية، كما تهدف إلى تعليم المتعلم كيف يتعلم بدلاً من التركيز على تعليمه ماذا يتعلم وهذا يعتمد على فلسفة تؤمن بأن الفرد الذى يتعلم طرق البحث مع الاعتماد على النفس في تحصيل المعرفة وفي تكوين المهارات يستطيع أن يستمر في تعليم ذاته خارج حدود المؤسسات التعليمية .

ويشير سعيد حسني وتهاني غالب (٢٠١٣) (١٩) أن استراتيجيات (فكر - زوج شارك) ذات تسلسل منطقي متتالي ومتتابع، وتعتمد هذه الاستراتيجيات على عدة مراحل بحيث ألا تبدأ خطوة إلا بانتهاء الخطوة التي تسبقها . وتعتمد استراتيجيات (فكر، زوج، شارك) على فكرة مشاركة عدد كبير من المتعلمين في الدرس، بحيث تمنح المتعلم وقتاً للتفكير بمفرده بعد أن يقوم المعلم بطرح السؤال (فكر)، ثم يفكر في السؤال نفسه مع أحد زملائه (زوج)، ثم يقوم المعلم بدعوة المجموعة ككل للمشاركة الحل مع أقرانهم الآخرين (شارك).

كما يشير محمد محمود (٢٠٠٥م) بأن أسلوب فكر - زوج - شارك هو أسلوب سهل الاستخدام ، وسريع التطبيق ، ولا يستغرق وقتاً طويلاً في تحضيره ويزيد من التحصيل وينمي مستويات التفكير العليا ، كما يساعد التلاميذ على بناء معارفهم خلال مناقشاتهم الثنائية والجماعية ووقت التفكير يساعد على إطلاق أكبر عدد من الأفكار والإستجابات (٢٥٠:٣٨)

ومن هنا وبعد الإطلاع على كل ما سبق ترى الباحثة أن استراتيجية "فكر زوج شارك" هي استراتيجية تعليمية تشاركية تهدف إلى تحسين التفاعل بين الطلاب وتطوير مهاراتهم الأكاديمية والاجتماعية. عندما يتعلق الأمر بتطبيق هذه الاستراتيجية على تمارين زوجية لطالبات كلية التربية الرياضية، حيث يمكن أن يكون لها تأثيرات متعددة على مستوى الأداء. وفيما يلي بعض التأثيرات المحتملة:

تحسين التفاعل والتعاون:

- تشجع هذه الاستراتيجية الطالبات على العمل معاً في مجموعات صغيرة، مما يعزز التفاعل الاجتماعي ويخلق بيئة تعلم تشاركية.
- العمل الثنائي يساعد الطالبات على تبادل الأفكار والمعلومات، مما يمكن أن يؤدي إلى فهم أعمق للمفاهيم والتمارين.

تطوير المهارات الحركية:

- من خلال العمل الثنائي، تستطيع الطالبات مراقبة أداء بعضهن البعض وتقديم تغذية راجعة بناءة، مما يساعد في تحسين الأداء الحركي وتصحيح الأخطاء.
- التعاون في التمارين الزوجية يمكن أن يحفز الطالبات على بذل جهد أكبر وتحقيق مستويات أداء أفضل.

زيادة الدافعية:

- التعاون والشعور بالانتماء لمجموعة يمكن أن يزيد من دافعية الطالبات للمشاركة بنشاط في التمارين.
- مشاركة الأفكار والمقترحات قد يخلق بيئة تعلم أكثر تحفيزاً ويشجع على الابتكار والتجريب.

تعزيز الثقة بالنفس:

- التفاعل الإيجابي مع الزميلات يمكن أن يعزز من ثقة الطالبات بأنفسهن وقدراتهن.

- الدعم المتبادل والتشجيع يعزز من الشعور بالكفاءة الشخصية.

تنمية مهارات التفكير النقدي:

- من خلال عملية التفكير والمناقشة مع الشريكة، يتم تعزيز مهارات التفكير النقدي وحل المشكلات.
- التعلم من تجارب الآخرين والاستفادة من الأخطاء يساهم في تطوير الفهم العميق للتمرينات.
- تقديم تغذية راجعة فعالة:
- الاستراتيجية تسهل تقديم تغذية راجعة فورية من الشريكة أو المدرب، مما يساعد في تحسين الأداء بسرعة.
- التغذية الراجعة المتكررة تعزز التعلم وتساعد في تحسين المهارات بشكل مستمر. وبذلك فإن بتطبيق استراتيجية "فكر زوج شارك" في التعليم الرياضي، يمكن تحقيق تحسينات ملحوظة في أداء التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية من خلال تعزيز التعاون والتفاعل الإيجابي بين الطالبات، وزيادة الدافعية والثقة بالنفس، وتحسين المهارات الحركية والفكرية.

وبذلك يتحقق الفرض الثاني والذي ينص على :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدي.

مناقشة الفرض الثالث :

يتضح من جدول (١٥) وشكل (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح المجموعة التجريبية ، حيث أن قيمة اختبار (ت) المحسوبة دالة في متغير البحث ، فقد كانت قيمة (ت) تساوي (٥.٢٨) ، ونجد أن هذه القيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوي معنوية (٠.٠٥) التي تساوي (٢.٠٩٣). وبمقارنة

المتوسطات وُجد أن الفروق لصالح المجموعة التجريبية في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدي.

وتعزي الباحثة تفوق المجموعة التجريبية عن الضابطة في المهارات قيد البحث إلى أن التدريس وفق استراتيجيات (فكر - زوج - شارك) والذي يؤكد على إيجابية المتعلم ونشاطه وتفاعله في الموقف التعليمي من خلال المشاركة والتعاون في التفكير والمثابرة من اجل الوصول إلى تحقيق الأهداف المنشودة من الدرس ، كما تساعد الطالبات على بناء معارفهن خلال مناقشاتهن الثنائية والجماعية. وتزيد أيضا من دافعيتهم للتعلم وتنمي الثقة في نفس المتعلمين وتعطي الفرصة للجميع للمشاركة بدلاً من عدد محدود من المتطوعين في المناقشات العادية وهذه السلوكيات تسهم في تنمية أداء المهارات المتعلمة بصورة أفضل.

وفي هذا الصدد يشير "محمد سعد" (٢٠٠٠م) إلى أن تقسيم الموقف التعليمي يؤدي إلى زيادة فرص النجاح وتقليل الاستجابة الخاطئة مما يؤدي إلى تجنب سلبية المتعلمين وزيادة مشاركتهم الإيجابية في اكتساب الخبرة وفقا لسرعتهم الذاتية ووفقا لقدراتهم وإمكانياتهم واستعدادهم للعمل في الوقت المناسب لهم وأداء كل تمرين وتكراره وفقا لما يحتاجه يجعله يشعر بالاطمئنان والتركيز في الأداء ومحاولة الوصول إلى الأفضل دائماً بثقة واعتماد على النفس وهذا يزيد من دافعية المتعلمين (٣٤: ٧٧).

كما أن استراتيجيات (فكر - زوج - شارك) ساهمت في زيادة الدافعية للتعلم بسبب شعور الطالبات بالمسئولية كون أن الطالبة في هذه الاستراتيجيات المحور في عملية التعلم واستخراج المعلومات. ويؤكد كلاً من رهيف ناصر، مناضل أحمد (٢٠١٣م) (١٦) على أن الموقف التعليمي لكي يكون تعليمياً تعاونياً يجب ان يتوافر فيه تحمل كل عضو من المجموعة المسئولية في إتقان المادة التعليمية المقررة والقيام بالمهمة المحددة أو المنوطة به، حيث تكون الطالبة مسئولة عن عملها أمام نفسها والمجموعة والمعلمة التي تقوم بالعمل.

ويوضح لونكاس يانيرسون ٢٠١٩ Linokas (٥٠) أن هذه الاستراتيجيات تعتمد على التفاعل الإيجابي بين أفراد المجموعة جميعاً لتحقيق الأهداف المطلوبة، وإن اتباع هذا النمط في

التعليم بعد من الخطوات المهمة لتعزيز العملية التعليمية لأن العمل الجماعي للطالبات يعتمد على التعاون فيما بينهن وتبادل الأفكار والآراء من أجل فهم المادة التعليمية بشكل أفضل وزيادة رغبتهن في التعلم. كما أكد والد وكاسيلبري (٢٠٠٠) Castleberry & Wald (٥٣) أن استراتيجية (فكر - زوج - شارك) لها أوجه متعددة للتعاون ففي خطوة المزاوجة يتم التعاون بين اثنتين من التلميذات وفي خطوة المشاركة يكون التعاون في صورة مجموعات صغيرة قد تكون مكونة من أربعة تلميذات ناتجة من اتحاد كل زوجين، حيث يضمن التبادل الثنائي التعاوني للمعلمة أن كل من طرفي المزاولة يتحدثان ويتبادلان الرأي بحرية.

ويضيف سعيد بن نويوة (٢٠١٨م) (١٨) أنها استراتيجية تعلم نقاش تعاوني فهي تركز على ديناميكية وحركة وتفاعل ومشاركة الطالبات في الأنشطة التعليمية وتستخدم لتنشيط وتحسين ما لديهن من معارف ومفاهيم وخبرات سابقة، كما تتيح فرص المناقشة الجماعية وتوفر فرص التفاعل مع زميلاتهن في التفكير . ويتفق ذلك مع دراسة كل من رضوى محمود (٢٠١٨م) (١٤) كريستان بجواني (٢٠٢٠م) (٥٢) ، محمد صالح، رنا جسم (٢٠٢٠م) (٣٥).

ويشير محمد متولي (٢٠١٩م) (٣٧) إلى أن استخدام استراتيجية (فكر - زوج - شارك) يخلق بيئة تعليمية جيدة من خلال إشراك جميع حواس الطالبة واستثارة دوافعها، كما أنها تعمل على تعزيز الاتصال الشخصي والتفاهم من خلال المناقشات بين الطالبات، والتفاعل مع بعضهن البعض حيث يبذل مجهوداً عقلياً لحل الأسئلة المطروحة عليهن، وتمثل هذه المرحلة الأولى (مرحلة التفكير) حيث الاعتماد على النفس، كما ان الطالبة تناقش زميلاتها بما توصلت إليه خلال المرحلة الأولى وتحاول أن توضح سبب إجابتها وإقناع زميلاتها وهي المرحلة الثانية (مرحلة المزاوجة) ، وتأتي المرحلة الأخيرة وهي مناقشة التلميذات للأسئلة بشكل جماعي (مرحلة المشاركة مما يتيح للتلميذات السير في تعلمهن وفقاً لخطوات منظمة ومتسلسلة، ومراعية للفروق الفردية، وتساعدهن على اكتساب المفاهيم العلمية ومسببات تحسن الأداء المهاري، والاحتفاظ به في أذهانهن، وزيادة رغبتهن في التعلم. وترى ليلي فرحات (٢٠٠١م) (٣١) أن المعرفة تعتبر جزءاً أساسياً لتعلم المهارة والاحتفاظ بها وارتقاع مستوى أدائها حيث تعد المرحلة المعرفية من أولى

مراحل التعلم الحركي للمهارات وأكثرها أهمية والتي من خلالها تلم التلميذات بالمهارة وأبعادها المختلفة مما يساعد على تحقيق الهدف المنشود.

كما يشير صادق الحايك، أشرف ابو الوفا (٢٠٢٢م) (٢٤) إلى أن استراتيجية التعلم التعاوني النشط (فكر زوج - شارك) تساعد الطالبات على اكتساب المعارف المتنوعة حول المهارات الرياضية، والوصول إليها بأنفسهن، والتفكير بصورة ناقدة، وتحليل المعارف، والوصول إلى فهم أكثر عمقاً للمهارات الحركية قيد الدرس. كما أنها تساعد على بقاء أثر التعلم للمهارات الحركية المتنوعة، وتنمي مستويات التفكير العليا.

أما بالنسبة للبرامج المتبعة "أسلوب الأوامر " تتخذ أشكال تقليدية حيث تحتوى على قدر كبير من عدم التخطيط للمحتوى التعليمي بالإضافة إلى افتقارها لاتباع الأسلوب العلمي الحديث في التعليم وعدم مراعاتها لخصائص وقدرات الطلاب ومن أكبر المآخذ على التعليم التقليدي المتبع الآن أنه لا يهتم بمراعاة المرحلة السنوية ، فلا بد أن يكون المعلم معداً إعداداً مهنيًا صحيحاً من حيث اطلاعه على الوسائل الحديثة في التعليم ، كما أنه يجب أن يكون معد من حيث الجانب النظري بالإضافة إلى الجانب التطبيقي كما ترى الباحثة أن البرامج التعليمية التقليدية تهتم فقط بالجانب الحركي، مع عدم التركيز والاهتمام على الجانب الانفعالي والوجداني والجمالي، حيث أن عملية اكتساب الطالبات للقيم ليست سهلة وهي من أسمى غايات التعليم التي تسعى الأسرة والمدرسة والمؤسسات التعليمية لتحقيقها لما تشتمل عليه من قيم واتجاهات جديدة .

وترجع الباحثة تفوق المجموعة التجريبية عن الضابطة إلى استخدامها إستراتيجية (فكر - زوج - شارك) لما تمتاز به من مشاركة فعالة وإيجابية من قبل الطالبات وإثارة دافعيتهم للوصول للأداء الصحيح للمهارة من خلال الاستجابة المؤداة من قبلهن على الأسئلة التفكير والمشاركة والمناقشة) والقيام بعمل التدريبات التطبيقية على المهارة ثم تقوم التلميذة بحل المطلوب منها في نهاية الوحدة التعليمية بعكس الأسلوب المتبع (الشرح اللفظي وأداء النموذج)

ومن هنا وبعد الإطلاع على كل ما سبق ترى الباحثة أن استخدام استراتيجية "فكر زوج شارك" في تدريس التمرينات الزوجية يختلف بشكل كبير عن الأسلوب التقليدي. وفيما يلي بعض الفروقات الرئيسية بين الاثنين:

❖ طريقة التعليم

الأسلوب التقليدي:

- **تعليم مباشر:** يعتمد الأسلوب التقليدي على توجيه المعلم بشكل مباشر للطلاب، حيث يقوم بشرح التمرينات وإظهارها، ثم يطلب من الطلاب تنفيذها.
- **قليل من التفاعل:** يكون التفاعل بين الطلاب محدوداً، وغالباً ما يتم التركيز على التعليم الفردي.
- **التغذية الراجعة محدودة:** يحصل الطلاب على تغذية راجعة من المعلم فقط، وقد لا تكون هذه التغذية فورية أو فردية بالقدر الكافي.

استراتيجية فكر زوج شارك:

- **تعليم تشاركي:** تركز الاستراتيجية على العمل التعاوني بين الطلاب، حيث يتبادلون الأفكار ويناقشون كيفية تنفيذ التمرينات بشكل مشترك.
- **زيادة التفاعل:** يعزز هذا الأسلوب التفاعل بين الطلاب، مما يخلق بيئة تعلم تشاركية وغنية بالمناقشات.
- **تغذية راجعة مستمرة:** يحصل الطلاب على تغذية راجعة من زملائهم بشكل فوري، بالإضافة إلى التغذية الراجعة من المعلم، مما يساعد على تحسين الأداء بسرعة أكبر.

❖ تنمية المهارات

الأسلوب التقليدي:

- **تنمية فردية:** تركز العملية التعليمية على تنمية مهارات الطالب الفردية دون الاهتمام الكبير بالتفاعل الجماعي.
- **التركيز على النتائج:** يكون التركيز على الوصول إلى أداء صحيح للتمرينات دون الاهتمام الكبير بعملية التعلم التعاوني.

استراتيجية فكر زوج شارك:

- تنمية جماعية وفردية: تساعد الاستراتيجية في تنمية مهارات التعاون والتفاعل الجماعي بالإضافة إلى المهارات الفردية.
- التركيز على العملية: يتم التركيز على عملية التعلم نفسها من خلال التفاعل والنقاشات بين الطلاب، مما يعزز الفهم العميق للمادة التعليمية.

❖ الدافعية والمشاركة

الأسلوب التقليدي:

- محدودية الدافعية: قد يشعر الطلاب بالملل أو القلق نتيجة الاعتماد على التعليم المباشر والمراقبة المستمرة من المعلم.
- مشاركة أقل: قد تكون مشاركة الطلاب محدودة نظراً لهيمنة المعلم على العملية التعليمية.

استراتيجية فكر زوج شارك:

- زيادة الدافعية: يعزز التفاعل والتعاون بين الطلاب من دافعتهم للمشاركة والالتزام بالتمارين.
- مشاركة فعالة: يشجع الأسلوب الطلاب على المشاركة الفعالة، حيث يتم تبادل الأفكار والمناقشات بانتظام.

❖ الثقة بالنفس

الأسلوب التقليدي:

- ثقة محدودة: قد يؤثر النقد المباشر من المعلم على ثقة الطالب بنفسه، خصوصاً إذا كانت التغذية الراجعة سلبية.
- قليل من الدعم: يكون الدعم محدوداً للطلاب من زملائه، مما قد يؤدي إلى شعور بالعزلة.

استراتيجية فكر زوج شارك:

- تعزيز الثقة: يعمل الدعم المتبادل بين الزملاء على تعزيز ثقة الطالب بنفسه وبأدائه.

- بيئة داعمة: يشعر الطلاب بأنهم جزء من فريق يدعم بعضه البعض، مما يعزز من الثقة بالنفس والأداء

الخلاصة : أن استخدام استراتيجية "فكر زوج شارك" يمكن أن يحول تجربة تعلم التمرينات الزوجية إلى تجربة أكثر تفاعلاً وشمولية، حيث يتم تعزيز التعلم التعاوني، وزيادة الدافعية، وتحسين الثقة بالنفس، مقارنة بالأسلوب التقليدي الذي يركز أكثر على التعليم المباشر والفردي.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثالث والذي ينص على أن :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح المجموعة التجريبية.

الاستنتاجات

فى ضوء الأهداف والفروض الخاصة بالبحث واستنادا على الإجراءات العلمية المرتبطة بموضوع البحث ومن خلال النتائج التي تم التوصل إليها ، فقد توصلت الباحثة الى الاستنتاجات التالية :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدى.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدى.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح المجموعة التجريبية.

توصيات البحث :

بناءً على الاستنتاجات الخاصة بموضوع البحث توصى الباحثة بما يلى :

- ضرورة تطبيق البرنامج التعليمى بإستخدام إستراتيجية (فكر - زوج - شارك) في تعلم جملة التمرينات الزوجية لطالبات كلية التربية الرياضية لما له من تأثير إيجابي في ارتفاع مستوى أداء الجملة لديهن .
- تطوير التعليم بإستخدام استراتيجيات (فكر - زوج - شارك) وجعلها ضمن طرق وأساليب التدريس الحديثة في تعلم مهارات التمرينات الزوجية بصفة خاصة والتمرينات بأنواعها بصفه عامة.
- تدريب وتشجيع أعضاء هيئة التدريس على إستخدام طرائق تدريس حديثة فى التدريس منها إستراتيجية (فكر - زوج - شارك) وضرورة إشراك التلميذات في العملية التعليمية بما يزيد الدافعية نحو التعلم لديهم ، وعدم الاعتماد على التلقين والشرح بحيث يكون المتعلم هو محور العملية التعليمية.
- إلقاء الضوء على أهمية استخدام العديد من الاستراتيجيات الحديثة في العملية التعليمية.

المراجع

أولاً : بعض المراجع العربية :

- ١- إبتسام عز الدين محمد (٢٠١٠م) : أثر استخدام استراتيجيات (فكر - زوج - شارك) في تدريس الرياضيات على تنمية التواصل والابداع الرياضي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق .
- ٢- إبراهيم السيد علي (٢٠١٤م) : أثر التعلم النشط على التحصيل المعرفي ومستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم بدرس التربية الرياضية، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الزقازيق .
- ٣- آثار حسن محمد (٢٠١٢م) : فعالية استراتيجيات التعلم النشط في الجانب المعرفي لمقرر أساسيات الرياضات المائية على نواتج التعلم لطالبات كلية التربية الرياضية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية .
- ٤- أسامة إبراهيم عماره (٢٠١٢م) : أثر استخدام بعض استراتيجيات التعلم النشط على تطوير بعض المهارات التدريسية للطالب المعلم ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية شعبه التربية الرياضية ، جامعة جنوب الوادي .
- ٥- أسماء محمود ياسين (٢٠١٣م) : أثر توظيف استراتيجيات فكر ، زوج ، شارك في تنمية التحصيل والتفكير التأملي في الجبر لدى طالبات التاسع الأساسي بمحافظة خان يونس ، رسالة ماجستير .كلية التربية .جامعة الأزهر ، غزة .
- ٦- أمانى فورزي نصار (٢٠١٥م) : فاعلية استخدام التعلم النشط على تحسين مهارة الوثب الطويل والتحصيل المعرفي لطالبات المرحلة الإعدادية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق .
- ٧- انتصار خليل عشا وآخرون (٢٠١٢م) : أثر استراتيجيات التعلم النشط في تنمية الفاعلية الذاتية والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية العلوم التربوية التابعة لووكالة الغوث الدولية ، كلية العلوم التربوية الجامعية " الأونروا" ، مجلة جامعة دمشق / المجلد ٢٨ .

- ٨- ايمان جمال حافظ (٢٠١٧م): تأثير الرحلات المعرفية القائمة على التعلم التنافسي في التحصيل المعرفي ومستوى أداء جملة التمرينات الزوجية لدى طالبات كلية التربية الرياضية، مجلة جامعة مدينة السادات للتربية البدنية والرياضة ، المجلد ٢٨ ، ع ٢٤ ، الصفحة ١٤٧ - ١٧٣.
- ٩- بدور عادل البيلي (٢٠٢٠م): تأثير استخدام إحدى استراتيجيات التعلم النشط على مستوى الأداء المهاري لكرة اليد وعلاقته بدافعية التعلم لطالبات المرحلة الإعدادية، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، العدد ١٥ ، كلية التربية الرياضية بنين الهرم، جامعة حلوان.
- ١٠- جودت أحمد سعده (٢٠٠٦م): التعلم النشط بين النظرية والتطبيق ، دار الشروق للنشر ، عمان ، الأردن.
- ١١- خالد نسيم محمود و مدحت على أبو سريع (٢٠١٠م): العرض المرئي بالفيديو المصاحب لنص معرفي وأثره على تعلم التمرينات الزوجية التمهيديّة للمهارات الأساسية لبعض الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية، المؤتمر العلمي الدولي الثالث عشر كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
- ١٢- دعاء محمد محيي الدين (٢٠٠٠م): تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على مسابقة قذف القرص، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية بطنطا، جامعة طنطا.
- ١٣- رضوان مصطفى رضوان (٢٠١٦م): أثر التعلم النشط باستراتيجية (فكر - زوج - شارك) بنظام المجموعات على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية ، مجلة بحوث التربية البدنية والرياضية ، ع ١٧ ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة بنها.
- ١٤- رضوى محمود (٢٠١٨م): فاعلية التعلم النشط بطريقة " فكر - زوج - شارك" في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة السلة لتلميذات المرحلة الابتدائية ، المجلة العملية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، ع ٨٢ ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .

١٥. رنا فتحي محمد (٢٠١٣م) : أثر توظيف بعض استراتيجيات التعلم النشط في تنمية مهارات حل المسألة الرياضية لدى طالبات الصف الرابع الأساسي بمحافظة غزة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة الأزهر بغزة ، فلسطين.
١٦. رهيف ناصف ، مناضل أحمد (٢٠١٣م) : استراتيجيات فكر ، زوج ، شارك ودورها في تحسين التعليم ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، ع ٩٦ ، الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية .
١٧. زينب على عمر ، غاده جلال عبد الحكيم (٢٠٠٨م) : طرق تدريس التربية الرياضية، الأسس النظرية والتطبيقات العملية، دار الفكر العربي.القاهرة
١٨. سعيد بن نويوة (٢٠١٨م) : استراتيجيات التعلم التعاوني (فكر-رزوج - شارك) وأهميتها في العملية التعليمية ، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والإجتماعية ، ع ١٢ ، ج ٢ ، جامعة قاصدي مرباح.
١٩. سعيد حسني على ، تهاني غالب عمر (٢٠١٣م) : أثر استراتيجيات (فكر - زوج - شارك) في تحصيل طالبات الصف الثاني المتوسط في مادة الرياضيات وتفكيرهن الاستدلالي ، مجلة أدب الفراهيدي ، ع ١٧ ، كلية التربية ، جامعة تكريت.
٢٠. سلوى حسن محمد (٢٠٠٨ م) : إستراتيجية مقترحة لتدريس الآداب قائمة على التدريس التفاعلي والتعلم النشط وأثرها على تنمية مهارات التدوق الأدبي لدى طلاب المرحلة الثانوية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق.
٢١. سليم محمد أبوغالي (٢٠١٠م) : أثر توظيف استراتيجيات (فكر - زوج - شارك) في تنمية مهارات التفكير المنطقي في العلوم لدى طلبة الصف الثامن الأساسي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة.
٢٢. سماح عبد الحميد سليمان (٢٠٠٦م) : أثر استراتيجيات (فكر، زوج، شارك) في تنمية التفكير الناقد في الرياضيات وفي المواقف الحياتية لطلاب المرحلة الإعدادية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة قناة السويس.
٢٣. سيد محمد خيرى (١٩٧٢م) : اختبار الذكاء العالى ، دار التأليف والنشر ، القاهرة.

٢٤. صادق الحايك ، أشرف أبو الوفا (٢٠٢٢م) : استراتيجيات ونماذج معاصرة في تدريس التربية الرياضية في ضوء البناء المعرفي ، دائرة المكتبة الوطنية ، عمان ، الأردن .
٢٥. صفاء عبدالعزيز محمد (٢٠٠٩ م) : تطوير استراتيجيات (فكر - زوج- شارك) وأثرها في تنمية مهارات التعبير الكتابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، مجلة سلسلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس ، ٤٤ ، كلية التربية ، جامعة بنها .
٢٦. عبد الله عبد اللطيف محمد (٢٠٢١م) : تأثير استراتيجيات "فكر -زوج- شارك" على التحصيل المعرفي ومستوي الأداء في بعض مهارات الجمناز المنهجية لتلاميذ الحلقة الإعدادية، المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية، العدد ٣٩ ، جامعة بورسعيد .
٢٧. عبدالسلام مصطفى (٢٠٠٠م) : أساسيات التدريس والتطوير المهني للمعلم ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
٢٨. عنايات محمد فرج (١٩٩٥م) : التمرينات الايقاعية التنافسية والعروض الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
٢٩. غاده عبود الزبوري (٢٠١٦م) : أثر استراتيجيات (فكر، زوج، شارك) في السلوك الاجتماعي والتحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات الهجومية بكرة اليد، بحث تجريبي على عينة من طالبات الصف الثاني في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة بغداد .
٣٠. كمال عبد الحميد إسماعيل (٢٠١٦م) : اختبارات قياس وتقويم الاداء المصاحبة لعلم حركة الانسان ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
٣١. ليلي فرحات (٢٠٠١م) : القياس المعرفي الرياضي ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
٣٢. محمد حسن علاوي ، وآخرون (٢٠٠١م) : اختبارات الأداء الحركي ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
٣٣. محمد سعد إبراهيم (١٩٩٩م) : التفاعل بين استراتيجيات التدريس وسرعة التعلم والأسلوب المعرفي (الإندفاع/التروي) وأثره على بعض الجوانب المعرفية لطالب المرحلة الثانوية ”، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة المنصورة .

٣٤. محمد سعد زغول (٢٠٠٠م): تكنولوجيا التعليم وأساليبها في التربية الرياضية ،مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
٣٥. محمد صالح ، رنا جاسم (٢٠٢٠ م) : أثر استراتيجيات " فكر - زوج - شارك " في التحصيل المعرفي وتعلم مهارة الإخماد بكرة القدم للطلاب ، مجلة علوم التربية الرياضية ، ع ١٣ ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل.
٣٦. محمد صبحي حسانين (٢٠٠٤ م) : القياس والتقويم في التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
٣٧. محمد متولي (٢٠١٩م) : فاعلية التعلم النشط باستراتيجيات "فكر - زوج - شارك " على مستوى أداء بعض المهارات في راحة الكاراتية ، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة ، ع ٥٢ ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان.
٣٨. محمد محمود حماد (٢٠٠٥م) : فعالية استراتيجيات (فكر - زوج - شارك) والاستقصاء القائمين على أسلوب التعلم النشط في نوادي الرياضيات المدرسية في تنمية مهارات التكرير الرياضي واختزال فلسفة الرياضيات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة حلوان.
٣٩. محمد نبهان يحي (٢٠١٥م) : العصف الذهني وحل المشكلات ، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع ، الأردن ، عمان.
٤٠. محمود إسماعيل الهاشمي (٢٠١٨م) : التمرينات والعروض الرياضية ، مركز الكتاب الحديث ، القاهرة.
٤١. محمود مصطفى محمود (٢٠١٦م) : فاعلية إستراتيجيات التعلم النشط عبر شبكة المعلومات وتأثيره على بعض المهارات الحركية بدرس التربية الرياضية لدى طلاب المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة بنها.
٤٢. مريم محمد عمران (٢٠١٩ م) : تأثير برنامج تعليمي باستخدام المنصة التعليمية التفاعلية في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة في التمرينات الفنية الإيقاعية لطالبات كلية

التربية الرياضية -جامعة طنطا، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .

٤٣. مهدي محمود سالم (٢٠٠٢م) : تقنيات ووسائل التعليم، دار الفكر العربي، القاهرة.
٤٤. مينا حلمي ذكي (٢٠١٨م) : تأثير التعلم النشط باستراتيجية (فكر ، زواج، شارك) على التحصيل المعرفي ومستوى أداء بعض المهارات الأساسية للمبتدئين في تنس الطاولة، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة بنها.
٤٥. نجلاء حسنى عوض الله (٢٠١٨م) : تأثير إستراتيجية فكر-زواج-شارك على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية فى رياضة الهوكى ، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة ، ج ٤ ، المجلد ٥١، كلية التربية الرياضي للبنات ، جامعة حلوان.
٤٦. هبه عبدالله رمضان (٢٠١٠م) : فاعلية برنامج قائم على استراتيجيات التعلم النشط في تدري الدراسات الاجتماعية لتنمية مهارات التفكير التاريخي لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة حلوان.
٤٧. هشام حجازي عبد الحميد (٢٠٠٤م) : تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على المتطلبات البدنية والمهارية و المعرفية الخاصة بالمبتدئين في الكاراتيه، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
٤٨. وسام عادل السيد (٢٠١٥م) : فاعلية التدريس باستراتيجية التعلم المقلوب علي مستوى أداء بعض أوضاع ومهارات الرقص الشعبي ، بحث علمي منشور ، المؤتمر الدولي السادس عشر ، الرياضة المدرسية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان .
٤٩. وفيقة مصطفى سالم (٢٠٠٧م): تكنولوجيا التعليم والتعلم في التربية الرياضية، الجزء الأول، منشأة المعارف، الإسكندرية.

ثانياً : بعض المراجع الأجنبية :

- ٥٠- Liunokas, Y., (٢٠١٩): The use of think, pair and share (TPS) strategy in teaching reading skill, IDEAS: Journal on English Language Teaching and Learning, Linguistics and Literature, ٧(٢).

- ٥١ Phan, H., (٢٠٢١), : Using think-pair-share strategy to support students in speaking lessons, Journal of English Language Teaching and Applied Linguistics, ٣(٤), pp.٠١-٠٨
- ٥٢ Ugwuanyi, C.S., Nduji, C.C., Elejere, U.C. and Omeke, N.E., (٢٠٢٠), Effect of flipped classroom and think pair share strategy on achievement and retention among senior secondary school Physics students, International Journal of Sciences: Basic and Applied Research (IJSBAR), ٥٢(٢), pp.١٣٦-١٤٨
- ٥٣ Wald, P.J. and Castleberry, M.S. eds., : (٢٠٠٠), Educators as learners: Creating a professional learning community in your school. ASCD.
- ٥٤ Yousef ,R.T (٢٠٢١) : The effect of active learning in the style of Small Groups in Developing some motor Abilities and learning the skill of peaceful correction with Basketball for student , indian of forensic Meicine & Toxicology , (١٥)٣, ٤٩٣٨ – ٤٩٤٣.

بعض مواقع شبكة المعلومات الدولية (الإنترنت) :

- ٥٥-<https://almuajih.com/٢٠٢١/١٠/%D%A%D%B%D%AA%D%B%D%A%D%AA%D%AC%D%AA%D%A%D%AA%D%AA%D%B%D%B%D%A%D%AA%D%AC%D%B%D%A%D%B%D%AA/>