

تأثير استخدام إستراتيجيات التعلم النشط والعصف الذهنى على بعض العمليات العقلية ومستوى الأداء المهارى على جهاز حسان القفز

* أ. م. د. / رباب عطية وهبه بكر

* * أ. م. د. / أكرام السيد السيد حسن

المقدمة ومشكلة البحث :

لقد طرقت التربية الرياضية فى الآونة الأخيرة أبواب الأساليب الحديثة فى مجالات التدريب والتعليم تمشياً مع التطور العلمى الهائل والسريع فى جميع مجالات الحياة المختلفة حيث يتسابق الباحثين الرياضيين فى تصميم البرامج التعليمية المبنية على أسس ومبادئ علمية باستخدام أحدث النظريات العلمية للوصول بالعملية التعليمية الى اعلى مستوى ممكن لذا فأن التقدم والتطور الكبير فى مجالات التربية الرياضية المختلفة أدى بطبيعة الحال الى ضرورة الاهتمام بوضع البرامج التعليمية الهادفة الى تعليم المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية للمبتدئين للارتقاء بهذه الرياضات.

كما يمكن الاستفادة من أساليب التكنولوجيا الحديثة فى المجال الرياضى بأنها تسهم فى نجاح عملية التعلم الحركى من خلال بناء التصور الحركى للأداء بصورة صحيحة عند الطالبة ، فمن خلال عمليات العرض تم استخدام عائد المعلومات (التغذية الرجعية) فىمكن التأثير الإيجابى فى بناء وتطوير التصور الحركى عند الطالبة للمهارات الحركية المركبة . (٢٤ : ٨)

وتشير " أميره حسن محمود وماهر حسن محمود " (٢٠٠٩م) أن التطور الكبير الذى حدث فى طرق وأساليب التعليم والتدريب من خلال الاهتمام المتزايد بالبحث عن أساليب جديدة تعتمد على الأسس العلمية فى تخطيط ووضع البرامج التعليمية والتدريبية التى تجعله قادر على الارتقاء بمستوى الأداء الرياضى. (٧ : ٤٣)

ويرى "جودت احمد سعادة" (٢٠٠٦م) ان الاتجاه للتعلم النشط كإحدى الأساليب والاتجاهات المهمة فى التدريس سعياً نحو تحسين عمليه التعليم والتعلم، وتحقيق الجودة الشاملة فى التعليم، ونقل التعلم من الطرق التقليدية المعتمدة على الاستظهار والحفظ والتطبيق الى طرق واستراتيجيات أكثر ايجابيه تعتمد على فاعليه الطالبة واشتراكها فى عمليه التعلم لتنمية جوانب شخصيتها وقدراتها وذكاءاتها. (٩ : ٣٣)

ويعتبر التعلم النشط نشاط تقوم به الطالبة فى الغرفة الصفية غير الإصغاء السلبي لما يقوله المعلم داخل المحاضرة ، بحيث يشمل بدلاً من ذلك الإصغاء الإيجابى الذى يساعدهم على فهم ما يسمعون ، وكتابة أهم الأفكار الواردة فيما يطرح من أقوال أو آراء ، والتعليق عليها ، والتعامل مع تمارين المجموعات ، أنشطتها بشكل يتم فيه تطبيق ما تعلموه فى مواقف حياتية مختلفة ، أو حل المشكلات اليومية المتنوعة . (٣٠)

كما يعتمد نجاح التعلم النشط على توسيع دائرة الاختيار للمتعلم وتمتعته بقدر كبير من الحرية والمشاركة الإيجابية فى الموقف التعليمى، حيث تتحمل الطالبة مسئولية تعلمها، فتختار ما تريده، وتتابع تقدمها وتقيم إنجازها بنفسها، كما يعتمد التعلم النشط على التمتع بمهارات وقدرات فائقة فى عمليه التعلم، وبالتالي يتحول دور المعلم إلى ميسر للعملية التعليمية وليس ناقد للمعلومات، ووفقاً لذلك تتعدد مصادر التعلم وتتنوع، كما تختلف أساليب التدريس وطرق تقييم العملية التعليمية بكافه عناصرها. (٢٦ : ١٨)

ويرى جيرى فلونج وويليام هنجستون Jerry Vlong & William Hnjston (٢٠٠٤م) انه يختلف دور المتعلم فى المواقف التعليمية التى تصمم فى ضوء فلسفه وأهداف التعلم النشط عن دوره

* أستاذ مساعد بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركى كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق
* * أستاذ مساعد بقسم العلوم التربويه والاجتماعية كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق

في المواقف التعليمية النمطية، حيث أن المتعلم في الموقف التعليمي التقليدي هو مستقبل لما يقدمه له المتعلم، وعليه ان يحفظ ما يتلقاه ليستعيده كما هو عندما يسأل فيه، أما دور المتعلم في التعلم النشط فهو باحث عن المعلومات بنفسه، وعليه أن يحدد المعلومات التي يحتاجها ويبحث عنها في مصادر متعددة ومتنوعة. (١٠ : ١٢٤)

ويعمل التعلم النشط علي التركيز علي المتعلم، باعتباره محور العملية التربوية، وبالتالي إلغاء الدور السلبي له، ويشير "جودت سعادة" (٢٠٠٦م) ان المتعلمين قد امضوا في السابق الوقت الاكبر من حياتهم المدرسية في بيئة تعلم سلبية، حيث كان المعلمون ينقلون المعلومات فقط، وعلي المتعلمين حفظها غيبا وتذكرها عندما يطلب منهم ذلك، أما التعلم النشط فيشجعهم علي الاشتراك في بناء النماذج العقلية الخاصة بهم من المعلومات التي يحصلون عليها واختبارها، ضمن بيئة يكون محورها المتعلم، وعلي ان يصبح دور المعلم ميسراً للتعلم، ومشجعاً للمتعلمين علي الحوار مع بعضهم، ومع معلمهم. (٩ : ٣٢)

وأكدت الرابطة الأمريكية للتعلم الاعلي ضرورة استخدام استراتيجيات التعلم النشط حيث ان التعلم عملية بحث نشطة عن معني من ناحية المتعلم الذي يبني المعرفة وليس الذي يتلقاها بسلبية، ويقوم بتشكيل خبراته ومحادثاتها بحثاً عن معني لذلك فإن التعلم يجب أن يعتمد علي:

- مشاركة الطالب.

- تصميم مشروعات يتمكن الطالب من خلالها تطبيق المعارف والمهارات.

- بناء برامج تزيد من فرص التحدي من أجل تحديد النمو والتطور. (٣٢ : ٧٧)

ويعتبر العصف الذهني أسلوب للتفكير الجماعي في أغراض متعددة منها حل المشكلات في نواحي الحياة المختلفة، والتدريب لغرض زيادة كفاءة القدرات والعمليات الابتكارية، ويتم ذلك وفقاً لقواعد ومبادئ تنظم خصائص الأفراد المشاركين فيه والخطوات المتبعة لتحقيق ذلك.

ويشير "راشد بن حسين" (٢٠٠٥م) أن المعلم يحتاج إلى استخدام العصف الذهني في مواقف كثيرة مثل التخطيط والتنفيذ، وسيجد المعلم أن هذا الأسلوب مفيد لتوليد الأفكار والحلول للمشكلات كما يعمل على زيادة وتنمية التحصيل الدراسي للطلاب ويتردد الملل عنهم ويدفعهم ما فيها من التحدي واستثارة الذهن للمشاركة بنشاط. (١١ : ٢٩)

ويرى "بيب وماستيرون Masterson & Beeb" (٢٠٠٣م) أن العصف الذهني هو المدخل لحل أي مشكلة وقد تم تصميمه لمساعدة أفراد المجموعة على إنتاج حلول ابتكارية متعددة، وهذا ما أشار إليه عبد الرازق مختار محمود (٢٠٠٤م) حيث ذكر أن العصف الذهني أسلوب يشجع على التفكير الإبداعي ويطلق الطاقات الكامنة عند الطالبة في جو من الحرية والأمان بما يسمح بظهور كل الآراء والأفكار حيث يعتمد على حرية التفكير ويستخدم في توليد أكبر كم من الأفكار لمعالجة موضوع من الموضوعات المقترحة. (٢٧ : ١٨٤)، (١٣ : ١٨)

وترى الباحثان أن المعلمات تحتاج إلى استراتيجية العصف الذهني حيث أنها طريقة منظمة تستثار فيها أذهان الطالبات لتوليد واستمطار أكبر قدر ممكن من الأفكار لحل مشكلة محددة أو معالجتها خلال جلسه صغيرة مرورا بطرح وشرح وتعريف المشكلة وبلورتها وإعادة صياغتها مع الإثارة الحرة للأفكار وتقييمها وتلقيحها، ثم وضع هذه الأفكار التي تم التوصل إليها في حيز التنفيذ، ومن هذا المنطلق تنمي الحلول الابتكارية للمشكلات ومساعدة الطالبات على الابتكار والإبداع وإثارة اهتمامهن وتفكيرهن في المواقف التعليمية وتنمية تأكيد الذات والثقة بالنفس لديهن مع تأكيد المفاهيم الرئيسية التي تتناولها المعلمة، في ضوء تحديد مدى فهم الطالبات للمفاهيم والمبادئ وتحديد مدى استعدادهن للانتقال إلى نقطة أكثر عمقا.

لذلك خلصت الباحثتان إلى مفهوم للعصف الذهني يعتمد عليه في هذا البحث لكونه متكامل ويشمل كل إجراءات العصف الذهني ويميز خطواته بأسلوب واضح ومحدد وهو أن العصف الذهني عبارة عن "أسلوب لتنمية التفكير الابتكاري وحل المشكلات حلاً إبداعياً عن طريق توليد عدد كبير من الأفكار وفق إجراءات محددة تعتمد على الحرية في التعبير دون الخوف من نقد، تبدأ بطرح مشكلة معينة على

المشاركين فتقديمهم لحلول فورية شفوية يتم تدوينها وتصنيفها دون التعليق عليها ثم جمع الحلول وتقويمها لاختيار المناسب منها وتطبيقه ويصلح للاستخدام من قبل الجماعات والأفراد معاً".

وتعتبر العمليات العقلية العليا كالانتباه والإدراك والتصور العقلي والاستجابة الحركية من أهم الموضوعات الحديثة التي تخضع للبحث والدراسة في المجال الرياضي وذلك للدور الكبير الذي تلعبه في الأداء الحركي للطالبة واستجابتها خلال اشتراكها في النشاط الرياضي . (٢٠ : ١٥٣)

كما تساعد العمليات العقلية على تعبئة قدرات وطاقات الطالبات لتحقيق أقصى وأفضل أداء لذا نلاحظ أن بعض الطالبات اللاتي يشتركن في المنافسات لديهن قدرات متميزة تزيد من المهارات البدنية وتتمثل هذه القدرات في القدرة على إعداد وتهيئة النفس على المنافسة والقدرة على التركيز الجيد والقدرة على وضع الأهداف التي تثير التحدي بصورة واقعية فنجدهم يتمتعون بالقدرة على تصور أنفسهم يؤدون مهاراتهم في المنافسة بدقة كما يستطيعون أداء ما يتصورونه في نحو جيد ويتوقعن وجود علاقة بين تلك العمليات العقلية ، وبالتالي فالتحسن في إحداها يتبعه تحسن في العمليات العقلية الأخرى (٥ : ٨٠)

ولقد أشار " محمد علاوى " (٢٠٠٢ م) إلى أن العمليات العقلية هي قدرة يمكن تعلمها وإتقانها عن طريق التعلم والمران والتدريب . (٢٢ : ١٩٣)

كما يرى " أسامة راتب " (٢٠٠٠ م) إلى أن تدريب العمليات العقلية ليس بالشئ السحري أو البرامج السريعة المفعول والتأثير ولكنها برامج منظمة تربوية تصمم لمساعدة المدرب واللاعبين على اكتساب وممارسة العمليات العقلية بغرض تحسين الأداء الرياضي وجعل الممارسة الرياضية مصدرا للاستمتاع ، وهناك اعتقاد خاطئ يرى أن تدريب العمليات العقلية يناسب الصفة من رياضى المستوى العالى فقط والواقع هو انها تناسب الرياضيين مع اختلاف أعمارهم او مستوياتهم .. وهناك قاعدة عامة توضح انه كلما أمكن تدريب العمليات العقلية فى عمل مبكرا كان ذلك أفضل . (٥ : ٨١)

ويذكر " كارتك Karthite " (٢٠٠٠ م) ان التدريب على العمليات العقلية يساهم فى تمكين اللاعب من تنقية وتحسين الأداء عن طريق رفع معدل الألية الحركية باستخدام التخيل والتصور (٢٨ : ٢)

ويشير كلا من " أحمد فوزى وطارق بدر الدين " (٢٠٠١ م) ان التدريب على العمليات العقلية طريقة حديثة ومبتكرة لتنمية وتطوير المهارات الحركية والعقلية للطلاب وتكمن أهمية التدريب على العمليات العقلية فى التهيئة العقلية لتصور أداء مهارة حركية معينة يتم خلالها استثارة لمجموعة العضلات المسؤولة عن أداء تلك المهارة وكذلك تنبيه حسى لمراكز المخ المسؤولة عن أداء تلك المهارة . (٣ : ٢٠٨)

كما يوضح كل من " العربى شمعون وماجدة إسماعيل " (٢٠٠١ م) إلى أهمية تطوير التكامل بين العقل والجسم حيث انه الطريق نحو اكتشاف قدراتنا الحقيقية وفى هذه الحالة سوف يكون الأداء قريب من المستوى الأفضل ولكى يتم ذلك يجب أن يكون هناك الرغبة فى قضاء الوقت لتدريب العقل مثل الجسم تماما بالتأكد فإن مستوى الأداء الفائق هو نتاج التفاعل بين الجانب العقلى والجانب البدنى . (٢١ : ٥٧)

وتعتبر رياضة الجمباز من الأنشطة الرياضية التى تحتاج إلى جهد كبير فى تعلمها وإتقانها وذلك لتعدد مهاراتها وصعوبتها واختلاف أجهزتها بالإضافة إلى الخصائص المميزة التى يتطلبها الأداء الأمثل والسيطرة على الجسم وأجزاؤه المختلفة فى الأوضاع غير المألوفة وكذا أداء الحركات فى الفراغ وعلى الارتفاعات المختلفة وبسرعات متباينة بجانب السيطرة اللحظية على الأداء الفنى الذى يلعب الدور الرئيسى فى التقييم . (٤ : ٣)

كما تعد رياضة الجمباز من الرياضات الهامة والحيوية التى تحتاج إلى أساليب وطرق متطورة لتعليمها حتى يمكن التقدم بمستوى أداء الطالبات، كما أنها تعتبر من الرياضات الأساسية التى تسهم فى تنمية الصفات البدنية والقدرات مهارية لدى الطالبات، وتخدم الرياضات الأخرى وقد أدرجها العديد من المتخصصين فى المجال الرياضى ضمن مجموعة أنواع الرياضات التى تتميز بالأداء الفنى الذى هو أحد العوامل الرئيسية المؤدية إلى تحقيق الفوز فى المنافسات الرياضية ويتطلب اكتشاف أهم تفاصيل الأداء

الفنى الجيد لمهارات الجمباز السعى المستمر نحو معرفة خصائص مقومات هذه المهارات ومتطلباتها من الصفات البدنية الخاصة التي يستوجب توافرها إلى مستوى أداء متميز . (٢ : ٧)

ويعتبر جهاز حسان القفز من أجهزة الارتكاز السريع باليدين للقفز فوقه وللقفز على الحصان أهمية كبرى فهي تعمل على تنمية قوة القفز إلى جانب قوة الارتكاز وقوة عضلات الجسم ، كما تعمل القفزات على تعلم الاحساس الحركى والمقدرة على التوافق العضلى العصبى والتحكم فى الجسم بجانب قيمتها التربوية والحركية . (٤ : ٧٠)

وتسمى الحركات على حسان القفز بالحركة الوحيدة حيث لها هدف رئيسى واحد يتحقق من خلال دورة مغلقة من ثلاث مراحل (تمهيدية - رئيسية - نهائية) وترتبط تلك المراحل بعضها ببعض ، لذلك يودى على هذا الجهاز مهارة واحدة تختلف من درجة صعوبتها طبقا لما يتطلبه القانون الدولى للجمباز ، لذا فهي تحتاج إلى توافر قدرات حركية وصفات بدنية بدرجة عالية حتى تتمكن الطالبة أو المتعلمة من الأداء بسهولة وسلاسة وإيقاع وجمال . (٢٥ : ١٠)

ويذكر " محمد إبراهيم شحاتة " (٢٠٠٣م) أن المتطلبات الخاصة بجهاز حسان القفز فى رياضة الجمباز تضع تحديات أمام الطالبة على التعلم والتصور الحركى للمهارة وتميز المسار المكانية للمهارة وكذلك نقاء الحس الحركى والقدرة على تحديد الاتجاه والإيقاع الحركى وزمن الأداء المناسب هذا بالإضافة إلى تركيز الانتباه . (١٧ : ٢٤٦)

ويعد تعلم المهارات الحركية (القفز داخلا - القفز فتحا) على حسان القفز لطالبات الفرقة الأولى إحدى المشكلات التى تواجه القائمين على عملية التدريس وتشكل عبء كبيراً عليهم وذلك لعدم ممارسة غالبية الطالبات لرياضة الجمباز قبل التحاقهن بالكلية إلى جانب بدء ممارسة رياضة الجمباز فى مرحلة سنية متقدمة لا تتناسب مع طبيعة الأداء على أجهزة الجمباز ، فشكل الأجهزة وحجمها يشكل عبئاً على الطالبة بالمقارنة بالألعاب الأخرى .

وقد لاحظت الباحثتان خلال القيام بعملية التدريس لطالبات الفرقة الأولى انخفاض مستوى الأداء المهارى لمهارتى (القفز داخلا - القفز فتحا) على جهاز حسان القفز لمعظم الطالبات ويرجع ذلك إلى ما تشعر به الطالبات من ملل وتشنت ذهنى نتيجة للأساليب التقليدية التى تستخدم أسلوب الأوامر وهى (الشرح اللفظى وأداء النموذج العملى) فالمعلمة هى التى تقوم بالدور الاساسى فى العملية التعليمية حيث ان الطريقة التقليدية لا تتيح للطالبات فرص المشاركة الفعالة فى الموقف التعليمى لاكتساب الخبرات مما يودى إلى سلبيتهن وانخفاض مستواهم وإغفال الجانب التربوى فى العملية التعليمية بالرغم من أهميته لهن ، كما أنه لا يراعى الفروق الفردية بينهم وعدم استخدام الوسائل الحديثة فى عملية التعلم مما قد يكون السبب فى انخفاض مستواهم .

مما دعا الباحثتان إلى القيام بهذا البحث فى محاولة لاستخدام احدى الوسائل الهامة فى عملية التعليم الحديثة وهى استخدام استراتيجيات التعلم النشط والعصف الذهنى ومعرفة تأثيرهما على بعض العمليات العقلية ومستوى الأداء المهارى على حسان القفز لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق كمحاولة لإيجاد الحلول التى تساهم فى النهوض بالعملية التعليمية فى الجمباز وخاصة جهاز حسان القفز لكى تساعد الطالبة على أداء المهارات بسهولة من بداية مرحلة التعلم حتى إتقان المهارة وبذلك تستطيع الطالبة تكوين التصور العقلى للوضع الصحيح للجسم أثناء الأداء وكذلك المراحل الفنية الصحيحة للمهارة مما يساعد إلى الوصول للأداء الجيد والمثالى للمهارة .

وبالاطلاع على المراجع العلمية والأبحاث السابقة لم تتوصل الباحثتان إلى ما يشير إلى استخدام التعلم النشط والعصف الذهنى فى درس الجمباز فبذلك تعد هذه الدراسة على حد علم الباحثتان الدراسة الأولى التى تناولت التعلم النشط والعصف الذهنى معاً وذلك يدل على حداثة البحث مما يزيد من أهمية وثقل هذا البحث وفتح آفاق جديدة لإجراء العديد من البحوث فى هذا المجال .

أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى تصميم برنامجين إحداهما استخدم التعلم النشط والعصف الذهني معاً والآخر استخدم التعلم النشط وذلك للتعرف على :

- 1- تأثير استخدام التعلم النشط والعصف الذهني على بعض العمليات العقلية والمتمثلة في (الإدراك " الحس حركي - الاتجاه - المسافة " - التصور العقلي - تركيز الانتباه - الاستجابة الحركية) ومستوى الأداء المهاري لمهارتي (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حسان القفز لطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنات .
- 2- تأثير استخدام التعلم النشط على بعض العمليات العقلية والمتمثلة في (الإدراك " الحس حركي - الاتجاه - المسافة " - التصور العقلي - تركيز الانتباه - الاستجابة الحركية) ومستوى الأداء المهاري لمهارتي (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حسان القفز لطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنات .

فروض البحث :

- 1- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي - البعدي للمجموعة التجريبية الأولى باستخدام التعلم النشط والعصف الذهني في بعض العمليات العقلية ومستوى الأداء المهاري على حسان القفز لطالبات الفرقة الأولى لصالح القياس البعدي .
- 2- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي - البعدي للمجموعة التجريبية الثانية باستخدام التعلم النشط في بعض العمليات العقلية ومستوى الأداء المهاري على حسان القفز لطالبات الفرقة الأولى لصالح القياس البعدي .
- 3- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي - البعدي للمجموعة الضابطة في بعض العمليات العقلية ومستوى الأداء المهاري على حسان القفز لطالبات الفرقة الأولى لصالح القياس البعدي .
- 4- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسات البعدية للمجموعات الثلاثة (التجريبية الأولى - التجريبية الثانية - الضابطة) في بعض العمليات العقلية ومستوى الأداء المهاري على حسان القفز لطالبات الفرقة الأولى لصالح المجموعة التجريبية الأولى .
- 5- توجد فروق في معدل التغير بين القياسات البعدية عن القبلي لمجموعات البحث الثلاثة (التجريبية الأولى - التجريبية الثانية - الضابطة) في بعض العمليات العقلية ومستوى الأداء المهاري على حسان القفز لطالبات الفرقة الأولى لصالح المجموعة التجريبية الأولى .

مصطلحات البحث :

- 1- **التعلم النشط** : هو فلسفة تربوية تعتمد على مشاركة المتعلم الفاعلة والايجابية في الموقف التعليمي ، وتشمل جميع الممارسات التربوية والإجراءات التدريسية التي تهدف إلى تفعيل دور المتعلم ، حيث يتم التعلم من خلال العمل والبحث والتجريب ، واعتماد المتعلم على ذاته في الحصول على المعلومات واكتساب المهارات ، وتكوين القيم والاتجاهات.(١٦ : ١٥٢)
- 2- **العصف الذهني** : هو أسلوب تعليمي يقوم على أساس تقديم المادة التعليمية في صورة مشكلات تسمح للمتعلمين بالتفكير الجماعي لإنتاج وتوليد أكبر عدد ممكن من الأفكار أو الحلول التي تدور بأذهانهم مع إرجاء النقد أو التقييم إلى بعد الوقت المحدد لتناول المشكلة (٣١ : ١٥١)
- 3- **العمليات العقلية**: هي سياق من المدخلات والمعالجة والمخرجات لتحليل جوانب السلوك الانساني كالانتباه والإدراك والتذكر والتصور العقلي والتفكير وحل المشكلات والتي تشكل التنظيم المعرفي لدى الفرد طبقاً لنظام معالجة المعلومات .(١٨ : ٧٩)
- 4- **تركيز الانتباه** : هو القدرة على تثبيت الانتباه على مثير مختار لفترة من الزمن .(١٩ : ٢٣٦)

٥- **التصور العقلي** : هو إعادة تكوين أو استرجاع صور المهارات الحركية أو استراتيجيات الأداء المطلوبة بنجا ودرجة عالية من الوضوح والتحكم دون أدائها عمليا . (٢٠ : ٢٢٠)

٦- **الاستجابة الحركية** : هي أحد القدرات التوافقية تمكن الفرد من التلبية الحركية لمثير معين . (١٧ : ١٦٥)

٧- **الإدراك** : هو العملية التي يفسر بها المخ المعلومات القادمة إليه من المستقبلات الحسية فيتم تحديد ما يحدث في العالم الخارجى وما يحدث لأجسادنا وتحديد العلاقات الحالية بينهما . (٣٤)

الدراسات السابقة :

١- **قام " نونيس Nonis " (٢٠٠٥م) (٢٩)** بدراسة تهدف إلى استخدام إستراتيجية العصف الذهنى التى تقوم على المشاركة الفعالة من قبل الطلاب لإثارة الأفكار الإبداعية. استخدام التكنولوجيا لتحسين العملية التعليمية. وقد استخدم المنهج التجريبي ذو المجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة، واشتملت عينة الدراسة من (٢٢) طالبا معلما من جامعة تنيس ، ومن أهم النتائج أن أسلوب العصف الذهنى يودى إلى تنمية الإبداع وزيادة روح الحماس بين الطلاب أفضل من الطريقة المعتادة ، كما ان العمل الجماعى في أسلوب العصف الذهنى يثير روح التعاون بين الطلاب ويشعرون بالمتعة عند توليد الأفكار الإبداعية.

٢- **قام " اكرم كمال مأمون " (٢٠٠٨م) (٦)** بدراسة تهدف إلى تصميم برنامج تعليمى باستخدام أسلوب العصف الذهنى للتعرف على تأثيره فى تحسين كل من (الأداء المهارى - اكتساب النواحي المعرفية) لمهارات كرة السلة للمبتدئين ، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك بتصميم المجموعتين ، وقد تم استخدام الباحث المنهج التجريبي وذلك بتصميم المجموعتين وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من المشاركين فى مدارس لعبة كرة السلة بنادى مدينة ٦ أكتوبر الرياضى فى المرحلة السنوية تحت ١٢ سنة وكان عدد أفراد العينة ٦٠ مبتدئ تم تقسيمهم بالتساوى إلى مجموعتين إحداها تجريبية درست استخدام العصف الذهنى والاخرى ضابطة درست بأسلوب الشرح والعرض ، وكان من أهم نتائج الدراسة ان نسبة التحسن فى مستوى الأداء المهارى والنواحي المعرفية لمهارات كرة السلة للمبتدئين لدى المجموعة التجريبية التى اتبعت أسلوب العصف الذهنى كانت أفضل من نسبة التحسن فى نفس المتغيرات لدى المجموعة الضابطة والتى اتبعت أسلوب الشرح والعرض .

٣- **قامت " راندا فتحى إبراهيم " (٢٠٠٩م) (١٢)** بدراسة تهدف إلى التعرف على أثر استخدام العصف الذهنى كأسلوب تعليمى لتعلم بعض المهارات الأساسية فى كرة الماء وذلك للتعرف على تأثيره على التحصيل المعرفى وسرعة تعلم بعض المهارات الأساسية فى كرة الماء. وأيضا على أراء وإنطباعات الطالبات فى استخدامه فى تعلم بعض المهارات الأساسية فى كرة الماء و علاقة التحصيل المعرفى بسرعة تعلم بعض المهارات الأساسية فى كرة الماء. وقد استخدمت المنهج الوصفى ثم المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي لمجموعتين إحداها تجريبية والأخرى ضابطة ، واشتملت عينة البحث على طالبات الفرقة الرابعة تخصص سباحة بكلية التربية الرياضية جامعة الزقازيق وعددهن (٤٠) طالبة ومن أهم النتائج أن البرنامج قد أثر تأثيرا إيجابيا على مستوى التحصيل المعرفى وسرعة تعلم بعض المهارات الأساسية فى كرة الماء من الطريقة التقليدية مما يدل على فاعلية استخدام أسلوب العصف الذهنى.

٤- **قامت " ايمان لطفي عبد الحكيم " (٢٠١٠م) (٨)** بدراسة تهدف إلى التعرف على اثر برنامج مقترح مبني على التعلم النشط في اكتساب بعض المفاهيم العلمية وتنمية بعض المهارات العقلية لدي رياض الأطفال والتعرف على العلاقة الارتباطية بين المفاهيم العلمية والمهارات العقلية بعد دراسة البرنامج. واستخدمت التجريبي واشتملت عينة البحث على عدد (١٦) طفل من سن (٥ - ٦) ومن

أهم النتائج يؤثر البرنامج المقترح المبني علي التعلم النشط في اكتساب الأطفال مجموعة البحث للمفاهيم العلمية المتضمنة بالبرنامج وتنمية بعض المهارات العقلية ووجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين درجات الاطفال في اختبار المفاهيم العلمية ودرجاتهم في مقياس المهارات العقلية.

٥- قام " ويلكه Wilke " (٢٠١٣ م) (٣٣) بدراسة تهدف إلى التعرف على أثر توظيف استراتيجيات التعلم النشط في التحصيل الدراسي وإثارة الدافعية والفاعلية الذاتية لطلبة جامعة انجيلو في ولاية تكساس الامريكية في مقرر الفسيولوجي ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي ، وتكونت عينة البحث من عدد (٦٠) طالبا ، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (٣٠) طالبا ، ومن أهم النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في التحصيل الدراسي والدافعية للتعلم لصالح المجموعة التجريبية .

٦- قام " إبراهيم السيد علي " (٢٠١٤ م) (١) بدراسة تهدف إلى التعرف على تأثير التعلم النشط على التحصيل المعرفي ومستوى أداء المهارات الأساسية في كرة القدم بدرس التربية الرياضية ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي ، وتكونت عينة البحث من (٦٠) تلميذ تم تقسيمهم إلى مجموعتين ، مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة قوام كل منهما (٣٠) تلميذ ، ومن أهم النتائج : البرنامج التعليمي المقترح باستخدام التعلم النشط له تأثير ايجابي في تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم .

إجراءات البحث :

أولا : منهج البحث :

استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذو القياسات القبليّة والبعديّة لثلاث مجموعات مجموعتين تجريبيتين والثالثة ضابطة وذلك لملائمته لطبيعة هذا البحث .

ثانياً : مجتمع وعينة البحث:

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بنات في العام الدراسي ٢٠١٧/٢٠١٨م. وبالبالغ عددهن (٥٨٠) طالبة، ثم قامت الباحثتان باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية لعدد (٤) شعب من طالبات الفرقة الأولى وبلغ عددهن (١٠٠) طالبة، وتم سحب عدد (٢٥) طالبة كعينة استطلاعية لإجراء المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة، وبذلك أصبحت عينة البحث الأساسية (٧٥) طالبة تم تقسيمهن إلى ثلاث مجموعات متكافئة اثنتان منهن تجريبيتان والثالثة ضابطة قوام كل منهن (٢٥) طالبة.

ضبط متغيرات البحث:

قامت الباحثتان بإجراء التجانس لعينة البحث الكلية في المتغيرات التي قد يكون لها تأثير على المتغير التجريبي وهي (السن - ارتفاع القامة - الوزن - الذكاء العالي)، وبعض القدرات البدنية(السرعة - القدرة العضلية للذراعين والرجلين - الرشاقة - التوافق - المرونة - قوة عضلات الرجلين والظهر - قوة الذراعين والكتف - التوازن الثابت والتحرك) ، وبعض العمليات العقلية (الإدراك الحس حركي - إدراك الاتجاه - إدراك المسافة) والتصور العقلي، وتركيز الانتباه، والاستجابة الحركية، ومستوى الأداء المهاري لمهارتي (القفز داخلا على حضان القفز - القفز فتحاً) على حضان القفز كما يوضحه جدول (١).

جدول (١)

تجانس أفراد عينة البحث (الأساسية - الاستطلاعية)

في جميع المتغيرات المختارة

ن=١٠٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معاملات الالتواء
النمو	السن	سنة	١٨.٦٠	٠.٨٤٩	١٨.٥٠
	ارتفاع القامة	سم	١٥٨.٥٠	٣.٥٦٢	١٥٩.٠٠
	الوزن	كجم	٥٩.٦٠	٣.٧٨٤	٦٠.٢٥
البدنية	الذكاء العالي				
	العدو ٥٠ من البدء العالي	درجة	٢٢.٠٨	١.٥٩٨	٢٢.٠٠
	دفع كرة طبية زنة ٣ كجم	ثانية	٨.٦٣	١.١٣٦	٨.٦٠
	الوثب العريض من الثبات	متر	٢.٧٥	١.١٣٣	٢.٧٠
	الجرى الزجاجة لبارو ٣ × ٤.٥ م	متر	١٤٨.٦٢	١.٨١١	١٤٨.٧٨
	الوثب فوق الدوائر المرقمة	ثانية	١٩.٥٨	٠.٥٧٦	١٩.٥٠
	ثنى الجذع للأمام من الوقوف	ثانية	١٧.٢٤	٢.٧٦٩	١٧.١٨
	قوة عضلات الرجلين	سم	٢.٥٦	٠.٦٥٦	٢.٥٠
	قوة عضلات الظهر	كجم	١١٣.١٠	٤.٣٢٥	١١٢.٠٠
	التعلق ثنى الذراعين	كجم	٧٧.٥٠	٢.٣٢٥	٧٧.٠٠
	الوقوف على مشط القدم	ثانية	٤.٢٤	١.٠٤٦	٤.١٩
	باس المعدل للتوازن الديناميكي	ثانية	٣.١٨	٠.٥٤٣	٣.١٣
العمليات العقلية	الإدراك الحس حركي	درجة	٤٩.٢٥	٢.٦٨٧	٤٩.٠٠
	إدراك الاتجاه	درجة	٥.٦٣	٠.١٤٢	٥.٦٠
	إدراك المسافة	درجة	١٢.٢٦	٠.٦٢٤	١٢.٢٠
	التصور العقلي	درجة	٤.٧٥	٠.٣٢٩	٤.٧٠
	تركيز الانتباه	درجة	١٤.٢٥	٠.٣٧٦	١٤.٢٠
	الاستجابة الحركية	درجة	١٣.١٥	٢.٤٣١	١٣.٠٠
لمهارية	القفز داخلا على حصان القفز	ثانية	٧.١٤	٠.١٥٣	٧.١٠
	القفز فتحاً على حصان القفز	درجة	٢.٣٥	٠.٤٠٢	٣.٣٠

يتضح من جدول (١) أن جميع قيم معاملات الالتواء في جميع المتغيرات قيد البحث لدى أفراد العينة تراوحت ما بين (-٠.٥١٥ إلى ٠.٧٨٤) أي أنها تنحصر ما بين (٣±)، مما يشير إلى تجانس أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات.

ثالثاً : وسائل جمع البيانات :

أ - الأجهزة والأدوات المستخدمة :

قامت الباحثتان بمعايرة جميع الأجهزة للتحقق من صدقها بمقارنتها بأجهزة أخرى للتأكد من صلاحيتها كأداة قياس كما يلي :

- جهاز رستاميتير لقياس الطول (سم)
- ميزان طبي لقياس الوزن (كجم)
- ساعة إيقاف لقياس الزمن (ث)
- كرات طبية
- مراتب
- طباشير
- حبال
- حسان القفز
- حاسب آلي
- اسطوانة CD
- مقعد سويدي
- المهر

ب - الاستثمارات :

- ١ . استثمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد الفترة الزمنية لتحديد البرنامج التعليمي . ملحق (٢)
- ٢ . استثمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد أهم القدرات البدنية الخاصة بمهارتى (القفز داخلا - القفز فتحا) على حسان القفز . ملحق (٤)
- ٣ . استثمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد أهم الاختبارات التى تقيس القدرات البدنية الخاصة بمهارتى (القفز داخلا - القفز فتحا) على حسان القفز . ملحق (٥)

ج - الاختبارات والمقاييس :

- ١ - اختبار الذكاء : إعداد (السيد محمد خيرى) ملحق (٣)
ويقيس هذا الاختبار معامل الذكاء لمرحلة التعليم الثانوى والجامعى ، ولقد طبق فى العديد من الدراسات العربية المماثلة وكان معاملاته العلمية عالية .
- ٢ - الاختبارات البدنية : ملحق (٥)

قامت الباحثتان بالاطلاع على المراجع العلمية المتخصصة والدراسات فى مجال الجميز وذلك بهدف تحديد القدرات البدنية الخاصة بمهارتى (القفز داخلا - القفز فتحا) على حسان القفز وكذلك الاختبارات التى تقيس القدرات البدنية ، ثم قامت الباحثتان بتصميم استثمارة لاستطلاع رأى الخبراء حول أهم الاختبارات التى تقيس القدرات البدنية الخاصة بمهارتى (القفز داخلا - القفز فتحا) على حسان القفز وعرضها على الخبراء . ملحق (١) والجدول رقم (٢) يوضح نتائج تلك الاستثمارة

جدول (٢)

التكرار والنسب المئوية لاستطلاع رأى الخبراء فى تحديد الاختبارات البدنية المختارة

المتغيرات	الاختبارات المختارة	عدد الموافقين	النسبة المئوية
السرعة	- العدو ١٠ ثوانى	١	١٠٪
	- العدو ٥٠ متر من البدء العالى	٩	٩٠٪
	- العدو فى المكان ١٥ ثانية	-	صفر٪
القدرة العضلية	- الوثب العمودي من الثبات.	-	صفر٪
	- الوثب العريض من الثبات.	٨	٨٠٪
	- دفع كرة طبية زنة ٣ كجم.	٧	٧٠٪
المرونة	- دوران الجذع علي الجانبين	-	صفر٪
	- رفع الكتفين لأعلى من وضع الانبطاح	٢	٢٠٪
	- ثنى الجذع للأمام من الوقوف.	٨	٨٠٪
الرشاقة	- الوثبة الرباعية (١٠) ث.	-	صفر٪
	- الجرى الزجاجى لبارو ٣ × ٤.٥ م.	٩	٩٠٪
	- الجرى المكوكي ٤ × ١٠ م.	٣	٣٠٪
التوافق	- نط الحبل.	-	صفر٪
	- الوثب فوق الدوائر المرقمة.	١٠	١٠٠٪
	- رمى واستقبال الكرات.	-	صفر٪
القوة العضلية	- قوة عضلات الرجلين	١٠	١٠٠٪
	- قوة عضلات الظهر	١٠	١٠٠٪
	- التعلق من وضع ثنى الذراعين	١٠	١٠٠٪
التوازن	- باس المعدل للتوازن الديناميكي.	٨	٨٠٪
	- الوقوف علي عارضة بمشط القدم.	٩	٩٠٪
	- (جثو أفقى) عمل ميزان صغير.	-	صفر٪

يتضح من جدول (٢) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء فى القدرات البدنية المرتبطة بمهارتى (القفز داخلا - القفز فتحا) على حسان القفز وانحصرت ما بين (صفر٪ - ١٠٠٪) وقد ارتضت الباحثان نسبة ٧٠٪ فأكثر لأهم القدرات البدنية، وفى ضوء ذلك تم قبول الاختبارات البدنية التالية:

- العدو ٥٠ متر من البدء العالي (لقياس السرعة الانتقالية).
- الوثب العريض من الثبات (لقياس القدرة العضلية للرجلين).
- دفع كرة طبية زنة ٣ كجم (لقياس القدرة العضلية للذراعين).
- ثنى الجذع للأمام من الوقوف (لقياس المرونة).
- الجرى الزجاجى لبارو ٣ × ٤.٥ م (لقياس الرشاقة).
- الوثب فوق الدوائر المرقمة (لقياس التوافق).
- قوة عضلات الرجلين (لقياس القوة العضلية).
- قوة عضلات الظهر (لقياس القوة العضلية).
- التعلق من وضع ثنى الذراعين (لقياس القوة العضلية).
- الوقوف على عارضة بمشط القدم (لقياس التوازن الثابت).
- باس المعدل للتوازن الديناميكي (لقياس التوازن المتحرك).

٣- اختبارات ومقاييس العمليات العقلية :

أ - مقياس التصور العقلى فى المجال الرياضى: ملحق (٧)

أعد هذا المقياس فى الأصل "مارتنز Martens" (١٩٨٢م)، بهدف التعرف على الدرجة التى يمكن بها إستخدام الحواس أثناء التصور العقلى ويتكون هذا المقياس من أربعة أبعاد هى: التصور البصرى - التصور السمعى - التصور الحس حركى - التصور الإنفعالى، وقد أضافت كل من "فيالى Vealley، والتر Watter" (١٩٩٣م)، بعدين إلى هذا المقياس وهما التحكم فى التصور والتصور الداخلى من خلال عبارة تسأل عن كل خبرة هل يمكن رؤيتها من داخل أو من خارج الجسم وتسمح بالإجابة عن طريق (نعم أو لا) ويشتمل المقياس على أربعة من المواقف الرياضية المختلفة (الممارسة الفردية، الأداء فى المنافسة، مشاهدة الزميل، الممارسة مع الآخرين).

وقد قام بإعداد الصورة العربية لهذا المقياس "محمد العربى وماجدة إسماعيل" (١٩٩٦م) (٢١)، وقد تم حساب صدق المقياس بعدة طرق مختلفة، وقد أشارت النتائج إلى تميز المقياس بدرجة عالية من الصدق كما تم حساب معامل ثبات المقياس باستخدام طريقة تطبيق المقياس وإعادة تطبيقه وذلك على عينة من اللاعبين وقد بلغ معامل الارتباط بين التطبيقين (٠.٨٥) مما يدل على تميز المقياس بدرجة عالية من الثبات، وقد تم استخدام هذا المقياس فى مجموعة من البحوث والدراسات تحت مسمى مقياس التصور العقلى فى المجال الرياضى.

ب - شبكة تركيز الانتباه: ملحق (١٠)

وضعت فى الأصل دورثى هاديث Dorothy. H لقياس تركيز الانتباه وأعد صورته العربية محمد العربى شمعون (١٩٩٦م) (١٩) ويتكون هذا الاختبار من مجموعة من الأرقام تبدأ من صفر وحتى تسعة وتسعون داخل مربعات يقوم المختبر لمدة دقيقة واحدة ويطلب منه متابعة هذه الأرقام بالترتيب من الرقم الذى يحدد له وذلك بوضع علامة على هذا المربع، ويتم حساب عدد المربعات التى وصل إليها فى نهاية الدقيقة، مع مراعاة أن يكون الرقم إلى يتم تحديده من عددين ويتميز هذا الاختبار بأنه يمكن تقديمه لعدة مرات لاختلاف البداية فى كل مرة إلى جانب إمكانية إعادة توزيع الأرقام إذا استخدم مرات عديدة.

ج- اختبار نيلسون للاستجابة الحركية . ملحق (٩)

د - اختبارات الإدراك (اختبار إدراك المسافة - اختبار إدراك الاتجاه - اختبار الإدراك الحسى) .

ملحق (٨)

٤- مستوى الأداء المهارى :

تم قياس مهارتى (القفز داخلا - القفز فتحا) على حسان القفز لطالبات الفرقة الأولى وهن من المهارات المقررة عليهن ، وتم تقييم مستوى الأداء بواسطة (٤) من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس ملحق (٦) ، ولحساب الدرجة يتم حذف أعلى درجة وأقل درجة وحساب متوسط الدرجتين وتقدر الدرجة لكل مهارة (٥) درجات ومجموع الدرجتين (١٠) درجات على حسان القفز ويوضح جدول (٣) تقييم درجة مستوى الأداء المهارى للمهارتين .

جدول (٣)

تقييم درجة مستوى الأداء

الدرجة	القفز داخلا على حسان القفز	الدرجة	القفز داخلا على حسان القفز
١	الاقتراب	١	الاقتراب
١	الارتقاء ودفع سلم القفز بطريقة صحيحة	١	الارتقاء ودفع سلم القفز بطريقة صحيحة
١.٥	الطيران الأول والارتكاز مع فتح القدمين تحت الصدر ومشط القدمين فوق الحسان ثم الدفع	١.٥	الطيران الأول والارتكاز مع ضم القدمين تحت الصدر ومشط القدمين فوق الحسان ثم الدفع
١.٥	الطيران الثانى والهبوط الصحيح على المرتبة مع ضم القدمين	١.٥	الطيران الثانى والهبوط الصحيح على المرتبة مع ضم القدمين

رابعاً : الدراسة الاستطلاعية :

تم إجراء الاستطلاعية على المجموعة الاستطلاعية والتي قوامها (٢٥) طالبة من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية وذلك فى الفترة من يوم السبت الموافق ١٧ / ٢ / ٢٠١٨ م إلى يوم الخميس الموافق ٢٢ / ٢ / ٢٠١٨ م حيث تهدف هذه الدراسة إلى :

- ١- التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة فى البحث .
- ٢- تحديد مدة التدريبات وعدد الوحدات وزمن كل وحدة .
- ٣- إيجاد المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) .
- ٤- مدى مناسبة المقاييس والاختبارات المستخدمة لعينة البحث .
- ٥- التعرف على مدى ملائمة البرنامج ومدى فهم الطالبات له .
- ٦- التعرف على الصعوبات التى قد تواجه الباحثتان عند تنفيذ التجربة الأساسية والعمل على التغلب عليها قبل التطبيق .

نتائج الدراسة الاستطلاعية :

- ١- تم التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة فى البحث .
- ٢- تم التأكد من مناسبة المقاييس والاختبارات المستخدمة لعينة البحث .
- ٣- تم التعرف على الصعوبات التى قد تواجه الباحثتان أثناء تنفيذ التجربة الأساسية .
- ٤- تم التحقق من المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) والتأكد منها .
- ٥- تم التأكد من ملائمة البرنامج لعينة البحث .

المعاملات العلمية للاختبارات البدنية والمهارية:

حساب الصدق Validity

لحساب معامل الصدق قامت الباحثتان بتطبيق الاختبارات البدنية والمهارية في الجُمباز قيد البحث على العينة الاستطلاعية وعددهن (٢٥) طالبة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية (عينة غير مميزة)، وعدد (٢٥) طالبة من المشتركات في الفرق الرياضية بالكلية (عينة مميزة)، ثم تم حساب دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة، وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في القدرات البدنية ومهارتي (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حسان القفز قيد البحث

$$n_1 = n_2 = 25$$

المتغيرات	وحدة القياس	المميزة		غير المميزة		قيمة "ت" المحسوبة
		س _١	ع _١ ±	س _٢	ع _٢ ±	
البدنية	ثانية	٧.٨١	٠.٣٨٠	٨.٦٢	٠.٤٣٢	*٩.٧٥٤
	متر	٣.٢٧	٠.٦٤٣	٢.٧٢	١.٢٠٤	*٢.٧٩٢
	متر	١٥١.٣٠	٠.٩٧٦	١٤٨.٥٠	١.٧٩٥	*٩.٤٩٤
	ثانية	١٨.٧٤	٠.٤١٦	١٩.٥٦	٠.٥٦٨	*٨.٠٦٩
	ثانية	١٦.٣٣	٠.٤٣٧	١٧.٢٢	٢.١٣٦	*٢.٨٢٨
	سم	٣.٢٩	٠.٣٥٤	٢.٥١	٠.٥٨٢	*٧.٩٣٣
	كجم	١١٥.٦٧	٢.١٧٣	١١٢.٤٥	٤.٢٦٧	*٤.٥٥٩
	كجم	٧٩.٢٠	١.٤٦٥	٧٧.٢٣	٢.٣١٠	*٤.٩٩٠
	ثانية	٥.١٦	٠.٣٢٣	٤.٢٣	٠.٦٧٢	*٨.٦٤٢
	ثانية	٤.١٢	٠.٥١٩	٣.١٦	٠.٤٨٠	*٩.٤٠٨
درجة	٥٢.٢٥	١.٢٦٣	٤٩.٠٥	٢.٧٢٣	*٧.٣٨٦	
المهارية	درجة	٣.٠٠	٠.٢٦٤	٢.٣٠	٠.٤٢١	*٩.٧٥٩
	درجة	٢.٧٥	٠.٣١٥	٢.٢٠	٠.٣٥٨	*٧.٩٩١

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٢١ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٤) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في القدرات البدنية ومهارتي (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حسان القفز قيد البحث لصالح المجموعة المميزة، مما يشير إلى صدق هذه المتغيرات لما وضعت من أجله.

حساب الثبات Reliability

قامت الباحثتان بحساب معامل ثبات القدرات البدنية والمهارية في الجمباز قيد البحث عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة التطبيق Test - Retest على العينة الاستطلاعية بفواصل زمنية قدره ثلاثة أيام، ثم تم إيجاد معامل الارتباط البسيط بين نتائج التطبيقين الأول والثاني، وجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

معامل الثبات للقدرات البدنية ومهارتي (القفز داخلاً – القفز فتحاً)

على حصان القفز قيد البحث

ن = ٢٥

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات
	س _٢ ± ع _٢	س _١	س _١ ± ع _١	س _٢		
*٠.٧٣٨	٠.٤٢٨	٦.٥٩	٠.٤٣٢	٨.٦٢	ثانية	العدو ٥٠ م من البدء العالي
*٠.٦٧٥	١.١٩٣	٢.٧٥	١.٢٠٤	٢.٧٢	متر	دفع كرة طبية زنة ٣ كجم
*٠.٨٤١	١.٨٣٢	١٤٨.٥٥	١.٧٩٥	١٤٨.٥٠	متر	الوثب العريض من الثبات
*٠.٦٩٧	٠.٦٣٤	١٩.٥٣	٠.٥٦٨	١٩.٥٦	ثانية	الجرى الزجراجي لبارو ٣ × ٤.٥ م
*٠.٧١٢	٢.٠٨٥	١٧.٢٠	٢.١٣٦	١٧.٢٢	ثانية	الوثب فوق الدوائر المرقمة
*٠.٦٥٨	٠.٥٧٩	٢.٥٤	٠.٥٨٢	٢.٥١	سم	ثنى الجذع للأمام من الوقوف
*٠.٧٩٣	٤.٢٥٨	١١٢.٥٠	٤.٢٦٧	١١٢.٤٥	كجم	قوة عضلات الرجلين
*٠.٨٠٢	٢.٣٢١	٧٧.٢٥	٢.٣١٠	٧٧.٢٣	كجم	قوة عضلات الظهر
*٠.٧٦٦	٠.٦٦٥	٤.٢٦	٠.٦٧٢	٤.٢٣	ثانية	التعلق ثني الذراعين
*٠.٧٦٤	٣.٩٨٧	٦٨.٣٣	٠.٤٨٠	٣.١٦	ثانية	الوقوف على العارضة بمشط القدم
*٠.٨١٢	٠.٨٣٥	٢.١٦	٢.٧٢٣	٤٩.٠٥	درجة	باس المعدل للتوازن الديناميكي
*٠.٧٥٩	٠.٤٧١	٢.٣٥	٠.٤٢١	٢.٣٠	درجة	القفز داخلاً على حصان القفز
*٠.٦٨٧	٠.٤١٣	٢.٢٥	٠.٣٥٨	٢.٢٠	درجة	القفز فتحاً على حصان القفز

* دال عند مستوى ٠.٠٥

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٣٩٦

يتضح من جدول (٥) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين نتائج التطبيقين الأول والثاني للقدرات البدنية ومهارتي (القفز داخلاً – القفز فتحاً) على حصان القفز قيد البحث، مما يشير إلى ثبات هذه المتغيرات.

المعاملات العلمية للعمليات العقلية :

حساب الصدق Validity

تم حساب صدق التمايز فى اختبارات العمليات العقلية قيد البحث على العينة الاستطلاعية وعددهن (٢٥) طالبة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية (عينة غير المميزة)، والعينة المميزة وعددهن (٢٥) طالبة من المشتركات فى الفرق الرياضية بالكلية، كما يوضحه جدول (٦).

جدول (٦)

دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين المميزة وغير المميزة

فى اختبارات العمليات العقلية قيد البحث

$$n_1 = n_2 = 25$$

قيمة "ت" المحسوبة	غير المميزة		المميزة		وحدة القياس	المتغيرات	
	س _٢ ± ع _٢	س _١	س _١ ± ع _١	س _٢			
*٩.٩٠٦	٠.١٥٣	٥.٦١	٠.٢٦٧	٦.٠٥	درجة	الإدراك الحس حركى	الإدراك
*٦.١٢٣	٠.٥٩٨	١٢.٢٣	٠.٤٦٦	١٢.٩٠	درجة	إدراك الاتجاه	
*٧.٣٨٨	٠.٣٣٧	٤.٧٠	٠.٢٥٤	٥.١٥	درجة	إدراك المسافة	
*١١.٥٢٠	٠.٣٨٥	١٤.٢٠	٠.٥٣٨	١٥.٣٠	درجة	التصور العقلى	
*٤.٠٩٠	٢.٤٢٦	١٣.١٠	٢.١١٥	١٥.٠٠	درجة	تركيز الانتباه	
*٩.٣٤٥	٠.١٦٤	٧.١٢	٠.٢٨٢	٦.٦٨	ثانية	الاستجابة الحركية	

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٢١ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين المجموعتين المميزة وغير المميزة فى اختبارات العمليات العقلية قيد البحث ولصالح المجموعة المميزة، مما يشير إلى صدق الاختبارات المستخدمة.

حساب الثبات Reliability

تم حساب معامل الثبات عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة التطبيق Test – Retest على العينة الاستطلاعية وقوامهن (٢٥) طالبة مرتين وبفارق زمنى ١٥ يوم من تطبيق الاختبار فى المرة الأولى وتحت ظروف مشابهة للتطبيق الأول ، كما يوضحه جدول (٧)

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني
في اختبارات العمليات العقلية قيد البحث

ن = ٢٥

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات
	± ع	س	± ع	س		
*٠.٧٥٨	٠.١٦٢	٠.٥٦٤	٠.١٥٣	٥.٦١	درجة	الإدراك الحس حركي إدراك الاتجاه إدراك المسافة
*٠.٧٢٩	٠.٥٩١	١٢.٢٥	٠.٥٩٨	١٢.٢٣	درجة	
*٠.٨١١	٠.٣٤٦	٤.٧٥	٠.٣٣٧	٤.٧٠	درجة	
*٠.٨٠٥	٠.٣٩٢	١٤.٢٥	٠.٣٨٥	١٤.٢٠	درجة	التصور العقلي
*٠.٧٨٨	٢.٣١٨	١٣.١٥	٢.٤٢٦	١٣.١٠	درجة	تركيز الانتباه
*٠.٧٦٣	٠.١٧٠	٧.١٠	٠.١٦٤	٧.١٢	ثانية	الاستجابة الحركية

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٣٩٦ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٧) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين نتائج التطبيقين الأول والثاني في اختبارات العمليات العقلية قيد البحث، مما يشير إلى أن هذه المتغيرات لها معامل ثبات عالية.

خامساً : البرنامج المقترح . ملحق (١١ ، ١٢)

قامت الباحثتان بالاطلاع على العديد من المراجع العلمية والدراسات السابقة التي تناولت تصميم البرنامج التعليمي باستخدام التعلم النشط والعصف الذهني وقد اتفقوا على أن خطوات البرنامج التعليمي تكون كالآتي :

- ١- الهدف من البرنامج : يهدف هذا البرنامج إلى معرفة تأثير استخدام التعلم النشط والعصف الذهني على بعض العمليات العقلية ومستوى الأداء المهارى على حضان القفز .
- ٢- أسس وضع البرنامج : راعت الباحثتان وضع البرنامج على الأسس التالية :
 - مراعاة مبدأ التنوع فى البرنامج .
 - مراعاة تدرج البرنامج من السهل إلى الصعب .
 - مراعاة عامل الامن والسلامة خلال فترة تنفيذ البرنامج .
 - مراعاة الفروق الفردية بين الطالبات .
 - أن يراعى توفير الامكانيات والأدوات اللازمة لتطبيق البرنامج .
 - أن يتناسب البرنامج مع المرحلة السنية للطالبات .
 - أن يتميز البرنامج بالمرونة وقبوله للتعديل .
 - أن يتوافق محتوى البرنامج التعليمى مع أهدافه .
 - تحديد الزمن المناسب للوحدة التدريبية .

٣- خطوات وضع البرنامج :

قامت الباحثتان بعرض البرنامج المقترح على خبراء متخصصين ملحق (١) وقد اشتمل البرنامج على (١٦) ستة عشر وحدة تدريبية بواقع (٢) وحدتين فى الأسبوع ولمدة (٨) ثمانية أسابيع ، وزمن الوحدة التدريبية (٦٠) دقيقة ، وقد قامت الباحثتان بتقسيم أجزاء الوحدة التدريبية كالآتى :

أ - الإحماء والإعداد البدني العام : ومدتها (١٠) دقائق

ويحتوى هذا الجزء على مجموعة من التمرينات البسيطة والمتنوعة لمختلف أجزاء الجسم (رقبة - ذراعين - جذع - رجلين) ويهدف هذا الجزء إلى تهيئة الجسم وتجهيز عضلاته للعمل وكذلك إعداد الطالبات بدنياً وهو موحد لمجموعات البحث الثلاثة وذلك لتجنب حدوث الإصابة بين الطالبات .

ب - إعداد بدني خاص : ومدته (١٥) دقيقة .

ويهدف هذا الجزء إلى تمهيد أجزاء الجسم بطريقة منتظمة استعداداً لتحمل أعباء على تدريبات خاصة تساعد على نجاح العملية التعليمية وتحسين مستوى الأداء ويتم ذلك مع المجموعات الثلاثة .

ج - الجزء الرئيسي : ومدته (٦٠) دقيقة .

وهو الجزء الخاص بتطبيق برنامج البحث على مجموعات البحث الثلاثة (التجريبية الأولى - التجريبية الثانية - الضابطة) والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول (٨)

أسلوب تنفيذ الوحدة التدريبية للمجموعات الثلاثة

المحتوى			الزمن
المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية الثانية	المجموعة التجريبية الأولى	
الإحماء والإعداد البدني العام	الإحماء والإعداد البدني العام	الإحماء والإعداد البدني العام	١٠ق
اعداد بدني خاص	إعداد بدني خاص	إعداد بدني خاص	١٥ق
الجزء الرئيسي ويشمل على تعليم مهارتى البحث (القفز داخلا - القفز فتحا) على حسان القفز	الجزء الرئيسي وينقسم إلى جزأين : ▪ مشاهدة برمجة التعلم النشط (٢٠ق) ▪ تعليم مهارتى البحث (القفز داخلا - القفز فتحا) على حسان القفز (٤٠ق)	الجزء الرئيسي وينقسم إلى ثلاثة أجزاء : ▪ مشاهدة برمجة التعلم النشط (١٠ق) ▪ تعليم مهارتى البحث (القفز داخلا - القفز فتحا) على حسان القفز (٢٥ق) ▪ أجزاء جلسة العصف الذهني (٢٥ق)	٦٠ق
الختام (فته التهدئة)	الختام (فته التهدئة)	الختام (فته التهدئة)	٥ق

سادساً : تنفيذ تجربة البحث الأساسية :

١ - القياسات القبليه:

قامت الباحثتان بإجراء القياسات القبليه فى يوم الأحد الموافق ٢٥ / ٢ / ٢٠١٨م حتى يوم الاثنين الموافق ٢٦ / ٢ / ٢٠١٨م على مجموعات البحث الثلاثة حيث تم تطبيق اختبارات (العمليات العقلية - مستوى الأداء المهارى لمهارتى (القفز داخلا - القفز فتحاً) على حسان القفز .

بعد التأكد من المعاملات العلمية (الثبات - الصدق) لجميع الاختبارات المستخدمة قيد البحث من خلال الدراسة الاستطلاعية قامت الباحثتان بإجراء التكافؤ بين مجموعات البحث الثلاثة (التجريبية الأولى - التجريبية الثانية - الضابطة) فى اختبارات العمليات العقلية قيد البحث ومستوى الأداء المهارى لمهارتى (القفز داخلا - القفز فتحاً) على حسان القفز ، وذلك للتأكد من تكافؤ المجموعات الثلاثة فى هذه المتغيرات ويعتبر هذا القياس بمثابة القياسات القبليه للمجموعات الثلاثة، كما يوضحه جدول (٩)

جدول (٩)

دلالة الفروق الإحصائية بين القياسات القبليّة للمجموعات الثلاثة (التجريبية الأولى –
التجريبية الثانية – الضابطة) في اختبارات العمليات العقلية ومهارتي
(القفز داخلاً – القفز فتحاً) على حسان القفز

$$N_1 = N_2 = N_3 = 25$$

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة " ف "
الإدراك الحس حركي	بين المجموعات	٠.٠١٥	٢	٠.٠٠٨	٠.٦٦٣
	داخل المجموعات	٠.٨٢٨	٧٢	٠.٠١١	
إدراك الاتجاه	بين المجموعات	٠.٠٠٤	٢	٠.٠٠٢	١.٢٠١
	داخل المجموعات	٠.١٢١	٧٢	٠.٠١١	
إدراك المسافة	بين المجموعات	٠.٠١٢	٢	٠.٠٠٦	١.٣٨٧
	داخل المجموعات	٠.٣٠٠	٧٢	٠.٠٠٤	
التصور العقلي	بين المجموعات	٠.٠٠٥	٢	٠.٠٠٢	٠.٦٢٧
	داخل المجموعات	٠.٢٨٦	٧٢	٠.٠٠٤	
تركيز الانتباه	بين المجموعات	٠.٠٦٠	٢	٠.٠٣٠	١.١١٩
	داخل المجموعات	١.٩٣٠	٧٢	٠.٠٢٧	
الاستجابة الحركية	بين المجموعات	٠.٠٠٢	٢	٠.٠٠١	٠.٢٢٢
	داخل المجموعات	٠.٢٧٢	٧٢	٠.٠٠٤	
القفز داخلاً على حسان القفز	بين المجموعات	٠.٠٠٦	٢	٠.٠٠٣	٠.٠٧٦
	داخل المجموعات	٣.٠٣٧	٧٢	٠.٠٤٢	
القفز فتحاً على حسان القفز	بين المجموعات	٠.٠٠٣	٢	٠.٠٠٢	٢.٠٤٢
	داخل المجموعات	٠.٠٥٦	٧٢	٠.٠٠١	

قيمة "ف" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٣.١٥٠

يتضح من جدول (٩) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبليّة للمجموعات الثلاثة (التجريبية الأولى – التجريبية الثانية – الضابطة) في جميع اختبارات العمليات العقلية ومهارتي (القفز داخلاً – القفز فتحاً) على حسان القفز قيد البحث، مما يشير إلى تكافؤ المجموعات الثلاثة في هذه المتغيرات.

٢- التجربة الرئيسية :

تم تطبيق البرنامج باستخدام التعلم النشط والعصف الذهني على المجموعة التجريبية الأولى بينما تم تطبيق البرنامج باستخدام التعلم النشط على المجموعة التجريبية الثانية أما المجموعة الضابطة تم تطبيق البرنامج التقليدي المتبع بالكلية وذلك ابتداء من يوم الثلاثاء الموافق ٢٧ / ٢ / ٢٠١٨م حتى يوم الثلاثاء الموافق ١٧ / ٤ / ٢٠١٨م وقد قامت الباحثتان بالتدريس للمجموعات الثلاثة على مدى ثمانية (٨) أسابيع بواقع مرتان (٢) في الأسبوع وزمن الوحدة تسعون (٩٠) دقيقة للوحدة التدريسية الواحدة حيث تم التدريس للمجموعة التجريبية الأولى باستخدام التعلم النشط والعصف الذهني يومي الثلاثاء والخميس من كل اسبوع بعد انتهاء اليوم الدراسي بينما تم التدريس للمجموعة التجريبية الثانية و التي استخدمت التعلم النشط يومي الاثنين والأربعاء من كل أسبوع بعد انتهاء اليوم الدراسي ، أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فقد اتبعت الباحثتان معها التدريس بالطريقة التقليدية (الشرح اللفظي والنموذج العملي) .

٣- القياسات البعدية :

قامت الباحثتان بعد انتهاء تطبيق البرنامج بإجراء القياسات البعدية لمجموعات البحث الثلاثة وذلك فى الفترة من يوم الأربعاء الموافق ٢٠١٨/٤/١٨م إلى يوم الخميس الموافق ٢٠١٨/٤/١٩ فى جميع المتغيرات قيد البحث والمتمثلة فى (العمليات العقلية - مستوى الأداء المهارى لمهارتى (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حسان القفز مع مراعاة توافر نفس الظروف وشروط التطبيق التى تم إتباعها فى القياسات القبلىة .

سابعاً: المعالجات الإحصائية :

فى ضوء أهداف البحث وفى حدود فروضه تم إجراء المعالجات الإحصائية الآتية :

- المتوسط الحسابى .
- الانحراف المعيارى .
- اختبار " ت " .
- تحليل التباين
- العرض ومناقشة النتائج
- أولاً: عرض النتائج:

جدول (١٠)

دلالة الفروق الإحصائية بين القياسات القبلىة والبعدية لمجموعة التجريبية الأولى فى اختبارات العمليات العقلية ومهارتى (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حسان القفز قيد البحث

ن = ٢٥

قيمة "ت" المحسوبة	القياس البعدى		القياس القبلى		وحدة القياس	المتغيرات	
	س٢ ± ع٢	س١ ± ع١	س٢ ± ع٢	س١ ± ع١			
*١٤.٥٠٩	٠.٣٨١	٨.٧٤	٠.٦١٠	٦.٦١	درجة	الإدراك الحس حركى	الإدراك
*١٩.٩٥٢	٠.٤٠٥	١٥.١٨	٠.٦٢٧	١٢.١٤	درجة	إدراك الاتجاه	
*٢٠.٩٧١	٠.٣١٦	٧.٦٢	٠.٥٨٦	٤.٧٧	درجة	إدراك المسافة	
*١٨.٩٢٢	٠.٤٣٢	١٦.٦٧	٠.٤٦٨	١٤.٢١	درجة	التصور العقلى	العمليات العقلية
*٣٠.٤٠٨	٠.٢٧٤	١٥.٦٥	٠.٢٩٣	١٣.١٦	درجة	تركيز الانتباه	
*١٤.٣٦١	٠.٤٤١	٥.٢٠	٠.٤٩٨	٧.١٥	ثانية	الاستجابة الحركية	
*١٩.٥٠٣	٠.٣٤٨	٤.٥٦	٠.٤١٣	٢.٤١	درجة	القفز داخلاً على حسان القفز	المهارية
*١٩.١٩٩	٠.٣٣٦	٤.١٩	٠.٣٦٧	٢.٢٤	درجة	القفز فتحاً على حسان القفز	

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٦٤ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبلىة والبعدية للمجموعة التجريبية الأولى فى اختبارات العمليات العقلية ومهارتى (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حسان القفز قيد البحث ولصالح القياسات البعدية.

جدول (١١)

دلالة الفروق الإحصائية بين القياسات القبلية والبعديّة المجموعة التجريبية الثانية في اختبارات العمليات العقلية ومهارتي (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حسان القفز قيد البحث

ن = ٢٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت" المحسوبة
		س _١	ع ±	س _٢	ع ±	
العمليات الإدراكية	درجة	٦.٥٨	٠.٥٤٨	٧.٧٧	٠.٣٧٧	*٨.٧٦٥
	درجة	١٢.٢٤	٠.٦٣٣	١٤.١٣	٠.٥١٤	*١١.٣٥٥
	درجة	٤.٧٤	٠.٦٠٥	٦.٥١	٠.٣٧٩	*١٢.١٤٦
العمليات العقلية	درجة	١٤.٢١	٠.٤٧٣	١٥.٣٢	٠.٥٠٢	*٧.٨٨٤
	درجة	١٣.١١	٠.٢٨٧	١٤.١٩	٠.٣٣٩	*١١.٩١٢
	ثانية	٧.١٤	٠.٥٣٧	٥.٨٥	٠.٤٨٧	*٨.٧١٨
المهارات	درجة	٢.٤٠	٠.٤٢٤	٣.٤٧	٠.٤٠٣	*٨.٩٥١
	درجة	٢.٢٣	٠.٣٧٢	٣.٩٠	٠.٣٦٥	*١٥.٦٩٨

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٦٤ * دال عند مستوى ٠.٠٥ *

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية الثانية في اختبارات العمليات العقلية ومهارتي (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حسان القفز قيد البحث ولصالح القياسات البعديّة.

جدول (١٢)

دلالة الفروق الإحصائية بين القياسات القبلية والبعديّة المجموعة الضابطة في اختبارات العمليات العقلية ومهارتي (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حسان القفز قيد البحث

ن = ٢٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت" المحسوبة
		س _١	ع ±	س _٢	ع ±	
العمليات الإدراكية	درجة	٦.٥٩	٠.٥٥٦	٧.٢٠	٠.٤٣٩	*٤.٢١٨
	درجة	١٢.٢٢	٠.٦٩٥	١٣.٢٠	٠.٥٤٦	*٥.٤٣٢
	درجة	٤.٧٦	٠.٥٣٤	٥.٤٠	٠.٤٨٧	*٤.٤٧٤
العمليات العقلية	درجة	١٤.١٩	٠.٤٨٢	١٤.٧٤	٠.٥٩٣	*٣.٥٢٦
	درجة	١٣.٠٩	٠.٢٩٩	١٣.٥٠	٠.٤٢٧	*٣.٨٥٣
	ثانية	٧.١٣	٠.٤٩٦	٦.٢٨	٠.٥٦٢	*٥.٥٥٥
المهارات	درجة	٢.٣٩	٠.٤١٩	٢.٨٧	٠.٣٤٧	*٤.٣٢٢
	درجة	٢.٢٢	٠.٣٦٨	٢.٦٢	٠.٣٥٩	*٣.٨١٢

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٦٤ * دال عند مستوى ٠.٠٥ *

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في اختبارات العمليات العقلية ومهارتي (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حسان القفز قيد البحث ولصالح القياسات البعديّة.

جدول (١٣)

دلالة الفروق الإحصائية بين القياسات البعدية للمجموعات الثلاثة (التجريبية الأولى –
التجريبية الثانية – الضابطة) في اختبارات العمليات العقلية ومهارتي
(القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حصان القفز

ن_١=ن_٢=ن_٣=٢٥

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة " ف "
الإدراك الحس حركي	بين المجموعات	٣٠.٢٤٧	٢	١٥.١٢٤	*٨٥٧.٣٨١
	داخل المجموعات	١.٢٧٠	٧٢	٠.٠١٨	
إدراك الاتجاه	بين المجموعات	٤٩.٠٧٠	٢	٢٤.٥٣٥	*٢٨٠١.٧٢٦
	داخل المجموعات	٠.٦٣١	٧٢	٠.٠٠٩	
إدراك المسافة	بين المجموعات	٦١.٧١٦	٢	٣٠.٨٥٨	*٣٠٧٠.٤٩٢
	داخل المجموعات	٠.٧٢٤	٧٢	٠.٠١٠	
التصور العقلي	بين المجموعات	٤٨.٣٧٧	٢	٢٤.١٨٨	*٢٤٧١.٧٢٥
	داخل المجموعات	٠.٧٠٥	٧٢	٠.٠١٠	
تركيز الانتباه	بين المجموعات	٦٠.٠٨٢	٢	٣٠.٠٤١	*٣٩١٣.٦١٧
	داخل المجموعات	٠.٥٥٣	٧٢	٠.٠٠٨	
الاستجابة الحركية	بين المجموعات	١٤.٨٨٦	٢	٧.٤٤٣	*١١٤٠.٧٦٢
	داخل المجموعات	٠.٤٧٠	٧٢	٠.٠٠٧	
القفز داخلاً على حصان القفز	بين المجموعات	٣٦.٥٨١	٢	١٨.٢٩١	*١١٦.٧١٦
	داخل المجموعات	١.٢٩٥	٧٢	٠.٠١٨	
القفز فتحاً على حصان القفز	بين المجموعات	٣٤.٩٥٧	٢	١٧.٤٧٨	*٥٨١.٩٧١
	داخل المجموعات	٢.١٦٢	٧٢	٠.٠٣٠	

قيمة "ف" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٣.١٥٠

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات البعدية للمجموعات الثلاثة (التجريبية الأولى – التجريبية الثانية – الضابطة) في جميع اختبارات العمليات العقلية ومهارتي (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حصان القفز قيد البحث، حيث كانت قيم (ف) المحسوبة أكبر من قيم (ف) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥، وتم إجراء الفروق بين المتوسطات الحسابية لمجموعات البحث الثلاثة باستخدام اختبار أقل فرق معنوي L.S.D.

جدول (١٤)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعات الثلاثة (التجريبية الأولى - التجريبية الثانية - الضابطة) فى اختبارات العمليات العقلية ومهارتى (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حصان القفز

دلالة الفروق L.S.D	الفروق بين المتوسطات			المتوسط الحسابى	مجموعات البحث	المتغيرات
	٣	٢	١			
٠.٤٩٥	*١.٥٣٨	*٠.٩٦٩	-	٨.٧٤١	التجريبية الأولى	الإدراك الحس حركى
	*٠.٥٧٠	-		٧.٧٧٢	التجريبية الثانية	
	-			٧.٢٠٢	الضابطة	
٠.٨٨٠	*١.٩٨٠	*١.٠٤٨	-	١٥.١٨١	التجريبية الأولى	إدراك الاتجاه
	*٠.٩٣٣	-		١٤.١٣٤	التجريبية الثانية	
	-			١٣.٢٠١	الضابطة	
١.٠٥٢	*٢.٢٢٢	*١.١٠٨	-	٧.٦٢١	التجريبية الأولى	إدراك المسافة
	*١.١١٤	-		٦.٥١٣	التجريبية الثانية	
	-			٥.٣٩٩	الضابطة	
٠.٥٢٣	*١.٩١٨	*١.٣٣٩	-	١٦.٦٥٨	التجريبية الأولى	التصور العقلى
	*٠.٥٧٨	-		١٥.٣١٨	التجريبية الثانية	
	-			١٤.٧٤٠	الضابطة	
٠.٦٤٢	*٢.١٤٨	*١.٤٥٦	-	١٥.٦٥٠	التجريبية الأولى	تركيز الانتباه
	*٠.٦٩٢	-		١٤.١٩٤	التجريبية الثانية	
	-			١٣.٥٠٢	الضابطة	
٠.٣٨١-	*١.٠٨٣-	*٠.٦٥٦-	-	٥.١٩٧	التجريبية الأولى	الاستجابة الحركية
	*٠.٤٢٧-	-		٥.٨٥٤	التجريبية الثانية	
	-			٦.٢٨٠	الضابطة	
٠.٦٧٠	*١.٦٨٦	*١.٠٩٢	-	٤.٥٥٧	التجريبية الأولى	القفز داخلاً على حصان القفز
	*٠.٥٩٤	-		٣.٤٦٥	التجريبية الثانية	
	-			٢.٨٧٠	الضابطة	
٠.٣٨٢	*١.٥٦٩	*٠.٢٨٤	-	٤.١٨٨	التجريبية الأولى	القفز فتحاً على حصان القفز
	*١.٢٨٥	-		٣.٩٠٤	التجريبية الثانية	
	-			٢.٦١٨	الضابطة	

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات البعدية للمجموعات الثلاثة (التجريبية الأولى - التجريبية الثانية - الضابطة) فى جميع فى اختبارات العمليات العقلية ومهارتى (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حصان القفز قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية الأولى.

ثانياً : مناقشة النتائج :

فى ضوء أهداف وفروض البحث من واقع النتائج التى تم التوصل إليها ومن خلال معالجتها إحصائياً توصلت الباحثتان إلى مناقشة النتائج وتحليلها على النحو التالى :

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية الأولى فى اختبارات العمليات العقلية ومهارتى (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حصان القفز قيد البحث ولصالح القياسات البعدية .

وتعزو الباحثان هذه النتيجة إلى التأثير الإيجابي لبرنامج استراتيجية التعلم النشط والعصف الذهني حيث تم استخدام برمجة تعليمية توضح الأداء المثالي للمراحل الفنية لمهارتي (القفز داخلا - القفز فتحا) على حصان القفز مما أضاف على الدرس جو من التشويق والإثارة والمتعة في التعلم بالإضافة إلى مساعدة الطالبات في تحمل مسؤولية التعلم وجعلهن يعملن بشكل فعال ونشط بالإضافة إلى مزايا جلسات العصف الذهني التي تم من خلاله عرض المعارف والمعلومات المرتبطة بالمهارات قيد البحث باختصار ووضوح مع تدعيمها بمواقف ومشكلات تعليمية حقيقية تقوم الطالبات بحلها من خلال خبرات حياتية موجودة لديهن بالإضافة إلى توفير المزيد من الحرية في التفكير وإنتاج أفكار جديدة والاستفادة من أفكار الآخرين وتطويرها والتي استفادت منها الطالبة وانعكس ذلك بشكل إيجابي على بعض العمليات العقلية قيد البحث وبالتالي تحسين مستوى الأداء المهاري لمهارتي (القفز داخلا - القفز فتحا) على حصان القفز.

وفي هذا الصدد يرى " فتحى رزق " (٢٠٠١م) أن الطلاب في حاجة إلى تعلم وأن الأفكار يمكن تطبيقها في مواقف جديدة ولأن الطلاب يقدمون حقائق وتفسيرات مختلفة فإنهم يعلمون ان المعلومات يمكن النظر إليها من نواحي مختلفة ولكن هذا لا يحدث الا في بيئة صافية تركز على التعلم الجماعي وتحت على المشاركة بالتعاون بين الطلاب وتشجيع بعضهم البعض يخلق جوا مناسباً للاستفادة من الأفكار وتسهيل عملها اكتساب الخبرات . (١٥ : ١٢٤)

وتضيف الباحثان أن استخدام إستراتيجية التعلم النشط والعصف الذهني من أفضل الوسائل التعليمية الحديثة حيث تساعد الطالبات على تكوين الإدراك الواضح السليم لكل مرحلة من مراحل الأداء المهاري على حصان القفز وذلك عن طريق الخبرات الحسية المباشرة فهي أفضل أنواع التعلم التي تساعد على ادراك المكان والاتجاه والمسافة وكذلك تساعد على تحسين تركيز الانتباه والاستجابة الحركية والتصور الحركي للمهارة وبالتالي تحسين مستوى أداء مهارتي (القفز داخلا - القفز فتحا) على حصان القفز فاستخدام إستراتيجية التعلم النشط والعصف الذهني أمر له قيمته فهذا يساعد على نجاح العمل ويراعى الفروق الفردية بين الطالبات وكذلك مراعاة احتياجاتهن البدنية والنفسية وكذلك الحرص على إشباع حاجة الطالبة من الحركة والنشاط وتوفير عامل الأمن والسلامة بالدرس بين الطالبات .

هذه النتيجة تتفق مع ما أشارت إليه نتائج بعض الدراسات والبحوث التي تناولت التعلم النشط والعصف الذهني ومنها دراسة " نونيس Nonis " (٢٠٠٥م) (٢٩) ، " اكرم كمال مأمون " (٢٠٠٨م) (٦) ، " ايمان لطفي عبد الحكيم " (٢٠١٠م) (٨) ، " ويلكه Wilke " (٢٠١٣م) (٣٣) والتي أظهرت تفوق المجموعة التجريبية في قياسها البعدي عن القياس القبلي في تحسن بعض المهارات العقلية وتحسن الأداء المهاري .

وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول والذي ينص على : " توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي - البعدي للمجموعة التجريبية الأولى باستخدام التعلم النشط والعصف الذهني في بعض العمليات العقلية ومستوى الأداء المهاري على حصان القفز لطالبات الفرقة الأولى لصالح القياس البعدي "

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين القياسات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية في بعض العمليات العقلية ومهارتي (القفز داخلا - القفز فتحا) على حصان القفز قيد البحث ولصالح القياسات البعدي .

وترجع الباحثان التغير الحادث بين القياسات القبلي والبعدي ولصالح القياسات البعدي في بعض العمليات العقلية والمتمثلة في (الإدراك " الإدراك الحس حركي - إدراك الاتجاه - إدراك الاتجاه " - التصور العقلي - تركيز الانتباه - الاستجابة الحركية) وكذلك مستوى الأداء المهاري لمهارتي (القفز داخلا - القفز فتحا) على حصان القفز إلى فاعلية استخدام إستراتيجية التعلم النشط والتي تم فيه الاهتمام بالتحليل والتسلسل الصحيح للمهارة وتحديد مكان الهبوط السليم وذلك من خلال مشاهدتها على C.D للعرض على اجهزة الحاسب الالى للطالبات بالإضافة إلى أداء النماذج العملية والتدرج بالخطوات التعليمية لأجزاء المهارة من السهل إلى الصعب ومن البسيط للمركب والعمل على تثبيت المعلومات من قبل المعلمة ثم يأتي دور الطالبة في التنفيذ حيث هذه الطريقة تثير اهتمام المتعلم لمحاولة معرفة المزيد عن المهارة ومرآتها الفنية وكذلك خطواتها التعليمية .

ويذكر " محمد حسن علاوى " (٢٠٠٦م) (٢٣) أن عملية اكتساب الفرد للمعلومات والمعارف المرتبطة بالأنشطة الرياضية تحتل مكانة لها أهمية خاصة إذ أنها تسهم فى اكتساب الفرد التطورات اللازمة للأداء الحركى .

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة " ويلكه Wilke " (٢٠١٣م) (٣٣) ، ودراسة " إبراهيم السيد على" (٢٠١٤م) (١) أن إستراتيجية التعلم النشط تضم العديد من الأساليب التدريسية التى تتطلب من المتعلم القيام ببعض المهمات فى الموقف التعليمى أكثر من مجرد المشاهدة والسماع إلى المعلم والتركيز ، وتدور حول ممارسة المتعلم للتعاون والمناقشة وإلقاء الأسئلة والحركة والتفاعل مع الموقف التعليمى بمختلف عناصره .

كما يتفق ذلك مع ما أشارت إليه "إيمان لطفي عبد الحكيم" (٢٠١٠م) (٨) بأن التعلم النشط طريقة لتعلم الطلبة بشكل يسمح لهم بالمشاركة الفاعلة فى الأنشطة التى تتم داخل الغرفة الصفية بحيث تأخذهم تلك المشاركة إلى ما هو أبعد من الدور الاعتيادى للطالب الذى يقوم بتدوين الملاحظات إلى الدور الذى يأخذ زمام المبادرة فى الأنشطة المختلفة مع زملائه خلال العملية التعليمية داخل غرفة الصف .

وفى هذا الصدد يشير " وحيد جبران " (٢٠٠٢م) (٢٦) إلى ان نجاح التعلم النشط يعتمد على توسيع دائرة الاختيار للمتعلم وتمتعته بقدر كبير من الحرية والمشاركة الايجابية فى الموقف التعليمى حيث يتحمل المتعلم مسؤولية تعلمه ويختار ما يريده ويتابع تقدمه ويقيم انجازه بنفسه ، كما يعتمد التعلم النشط على التمتع بمهارات وقدرات فائقة فى عملية التعلم وبالتالي يتحول دور المعلم إلى ميسر للعملية التعليمية وليس ناقل للمعلومات ووفقاً لذلك تتعدد مصادر التعلم وتتنوع كما تختلف أساليب التدريس وطرق تقييم العملية التعليمية وكافة عناصرها .

بذلك يتحقق صحة الفرض الثانى والذى ينص على " توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلى - البعدى للمجموعة التجريبية الثانية باستخدام التعلم النشط فى بعض العمليات العقلية ومستوى الأداء المهارى على حضان القفز لطالبات الفرقة الأولى لصالح القياس البعدى .

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين القياسات القبالية والبعدية للمجموعة الضابطة فى بعض العمليات العقلية ومهارتى (القفز داخل - القفز فتحا) على حضان القفز قيد البحث ولصالح القياسات البعدية .

وتعزو الباحثتان التحسن فى بعض العمليات العقلية ومستوى الأداء المهارى لمهارتى (القفز داخل - القفز فتحا) على حضان القفز إلى أن الطريقة التقليدية التى تعتمد على الشرح اللفظى وأداء النموذج العملى للمهارة المطلوب تعلمها تعتمد على تقديم مجموعة من التدريبات المتدرجة من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب وممارسة تكرارية للمهارة من الطالبات وتصحيح الأخطاء وتوجيههن من قبل المعلمة مما يؤدي إلى التعلم بصورة سليمة مطابقة للأداء الفنى للمهارة ومن ثم تؤثر ايجابيا فى بعض العمليات العقلية قيد البحث وبالتالي تحسن الأداء المهارى لمهارتى (القفز داخل - القفز فتحا) على حضان القفز .

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من " نونيس Nonis " (٢٠٠٥م) (٢٩) ، " اكرم كمال مأمون " (٢٠٠٨م) (٦) ، " راندا فتحى إبراهيم " (٢٠٠٩م) (١٢) ، " ايمان لطفي عبد الحكيم" (٢٠١٠م) (٨) ، " ويلكه Wilke " (٢٠١٣م) (٣٣) ، " إبراهيم السيد على" (٢٠١٤م) (١) على أن طريقة الشرح والنموذج (أسلوب الأوامر) لها تأثيرا ايجابيا فى تعلم بعض المهارات الأساسية كما ان هذا الأسلوب (الشرح والنموذج) يؤدي إلى زيادة مستوى المطالبة نتيجة الممارسة والأداء المتكرر والاسترجاع المباشر للمعلومات أثناء عملية التعلم .

كما تضيف الباحثتان أن تكرار مراحل الأداء سواء بشكل جزئى أو كلى يؤدي إلى تقدم وتحسين الأداء المهارى على حضان القفز حيث الدور الفعال فى تدريب الطالبات على التحكم فى الأداء الحركى الجيد مما يساعد على تقليل الأخطاء الشائعة وتقليل الجهد المبذول (الاقتصاد فى الجهد) والاقتصاد فى

وقت التعليم هذا مع عدم إغفال دور المعلمة فى استخدام الخبرات التعليمية السابقة فى تحقيق الأهداف المرجوة .

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثالث والذى ينص على : توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلى - البعدى للمجموعة الضابطة فى بعض العمليات العقلية ومستوى الأداء المهارى على حسان القفز لطالبات الفرقة الأولى لصالح القياس البعدى .

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات البعدية للمجموعات الثلاثة (التجريبية الأولى - التجريبية الثانية - الضابطة) فى جميع فى اختبارات العمليات العقلية ومهارتى (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حسان القفز قيد البحث، حيث كانت قيم (ف) المحسوبة أكبر من قيم (ف) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥، وتم إجراء الفروق بين المتوسطات الحسابية لمجموعات البحث الثلاثة باستخدام اختبار أقل فرق معنوى L.S.D.

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات البعدية للمجموعات الثلاثة (التجريبية الأولى - التجريبية الثانية - الضابطة) فى جميع فى اختبارات العمليات العقلية ومهارتى (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على حسان القفز قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية الأولى.

وتعزو الباحثان التقدم وحدث تغير بين القياسات البعدية للمجموعات الثلاثة (التجريبية الأولى - التجريبية الثانية - الضابطة) لصالح المجموعة التجريبية الأولى فى المتغيرات قيد البحث فى استخدام المجموعة التجريبية الأولى أسلوب إستراتيجية التعلم النشط والعصف الذهنى معا والذى أدى إلى مشاركة رائعة بين الطالبة والمعلم وتقديمها خيارات من أنماط متعددة من المعلومات البسيطة والمركبة بما يتواءم مع الطالبات ، كما أنه لم يغفل تدرج خطوات التعليم ، والمرتبطة معها فى التطبيق واكتساب الطالبات المعارف والمعلومات المرتبطة بالأداء المهارى ، كما تميزت برامجه بالتحدى لقدرات الطالبات لإثارة دوافعهن؛ لتحقيق الأهداف المرجوة ، وقام بعناية فى تحريك الخيال للطالبات فى الأنشطة التقليدية والإبداعية والعمل على تثبيت المعلومات ،بالإضافة إلى عناصر التشويق والاستثارة والمتعة ، وتوافق برامجه مع المقرر الدراسى واستخدام الحاسب الآلى فى العرض المرئى للمهارة فى خطوات تعليمها وتسلسلها الحركى فى الأداء مما حفز التغذية الراجعة لدى الطالبات ، كما أن استخدام العصف الذهنى الذى يتميز بتقسيم المهارات إلى مشكلات ومهارات صغيرة فى ضوء التسلسل المنطقى لها بطريقة منظمة ومتتابعة وربطها بالمعلومات الأساسية بطريقة مباشرة فى شكل أفكار متعددة قابلة للتطبيق، وبالتالي يتضح أن استخدام التعلم النشط والعصف الذهنى معا يساعد الطالبة على التركيز وتقمهم كل جزء وتعلمه بسهولة وإدراك التسلسل الصحيح للمراحل الفنية للمهارة ، كما أنها تمثل مجالاً للمتعة فى العمل والتفكير لكل من المتعلم والمعلم وتبعدهم عن الملل والرتابة أثناء العملية التعليمية .

كما ترى الباحثان أن استخدام إستراتيجية التعلم النشط والعصف الذهنى فى ضوء قدرات الطالبات ساعدهن على استغلال ما لديهن من قدرات وامكانات إبداعية كما أنه راعى حاجتهن وميولهن وإشراك جميع حواسهن فى العملية التعليمية ، كما أزال شعور الطالبات بالملل والسلبية التى يحسها البعض فى ظل الأسلوب التقليدى ، ويزيد تجارب الطالبات وإثارة نشاطهن ذاتياً واهتمامهن بالتعلم القائم على الفهم والبناء والمعرفة والعمل على تنشيط عملية التعلم . بالإضافة إلى الاهتمام بالعمليات العقلية العليا كالاستنتاج والتفكير والتحليل والتخيل والتركيز والتصور العقلى والاستجابة الحركية والإدراك التى ينمىها أسلوب التعلم النشط والعصف الذهنى .وبذلك أدى البرنامج إلى تحسين العمليات العقلية وبالتالي إلى إتقان وتعلم مهارتى (القفز داخلاً - القفز فتحاً) على جهاز حسان القفز .

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كل من " اكرم كمال مأمون " (٢٠٠٨م) (٦) ، " راندا فتحى إبراهيم " (٢٠٠٩م) (١٢) ، " ويلكه Wilke " (٢٠١٣م) (٣٣) ، " إبراهيم السيد على " (٢٠١٤م) (١) على ضرورة توفر بيئة تعلم نشطة يقوم فيها الطالب بدور ايجابى أثناء التعلم وفقاً لقدراته التحصيلية وسرعته الذاتية فى التعلم حيث أوضحت نتائج هذه الدراسات إلى ان استخدام التعلم النشط والعصف الذهنى بما تحويه من أساليب تدريس متنوعة تساعد فى التعلم وإتقان المهارات الأساسية فى الرياضات المختلفة وزيادة ايجابية الطالب .

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من " نونيس Nonis " (٢٠٠٥م) (٢٩) ، "إيمان لطفي عبد الحكيم" (٢٠١٠م) (٨) على أهمية استخدام التعلم النشط والعصف الذهني كأسلوب مميز وجامع وشامل لم يتوخاه علوم التربية ومراد تحقيقه من أجل متعلم عصرى اقتصادية فى الوقت والجهد وتشاركية رائعة.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الرابع والذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائية بين القياسات البعدية للمجموعات الثلاثة (التجريبية الأولى -التجريبية الثانية- الضابطة) فى بعض العمليات العقلية ومستوى الأداء المهارى على حضان القفز لطالبات الفرقة الأولى لصالح المجموعة التجريبية الأولى".

وأيضاً يتحقق صحة الفرض الخامس والذي ينص على " توجد فروق فى معدل التغير بين القياسات البعدية عن القبلية لمجموعات البحث الثلاثة (التجريبية الأولى - التجريبية الثانية - الضابطة) فى بعض العمليات العقلية ومستوى الأداء المهارى على حضان القفز لطالبات الفرقة الأولى لصالح المجموعة التجريبية الأولى".

الاستخلاصات والتوصيات :

أولاً : الاستخلاصات :

- فى ضوء أهداف البحث وفروضه وفى حدود عينة البحث وإجراءات هذه الدراسة أمكن للباحثان استخلاص ما يلى :
- ١- استخدام إستراتيجية التعلم النشط والعصف الذهني يؤثران ايجابياً على العمليات العقلية ومستوى الأداء المهارى على حضان القفز قيد البحث للمجموعة التجريبية الأولى .
 - ٢- استخدام إستراتيجية التعلم النشط تؤثر تأثيراً ايجابياً على العمليات العقلية ومستوى الأداء المهارى على حضان القفز قيد البحث للمجموعة التجريبية الثانية .
 - ٣- الاسلوب المتبع فى تدريس الجمباز وخاصة جهاز حضان القفز (التعلم بالأوامر) يؤثر تأثيراً ايجابياً على العمليات العقلية ومستوى الأداء المهارى على حضان القفز قيد البحث للمجموعة الضابطة
 - ٤- التأثير الايجابى لإستراتيجية التعلم النشط والعصف الذهني كان أكثر فاعلية من إستراتيجية التعلم النشط ومن أسلوب التعلم بالأمرعلى تحسن العمليات العقلية ومستوى الأداء المهارى على جهاز حضان القفز قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية الأولى .
 - ٥- تفوق أفراد المجموعة التجريبية الأولى على أفراد المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة فى دلالة الفروق بين متوسطات القياسات البعدية فى العمليات العقلية ومستوى الأداء المهارى على جهاز حضان القفز قيد البحث .

ثانياً : التوصيات :

- بناءً على ما أسفرت عنه نتائج البحث واستخلاصاته توصى الباحثان بما يلى :
- ١- استخدام إستراتيجية التعلم النشط والعصف الذهني لتعلم وإتقان المهارات الأساسية فى الجمباز .
 - ٢- تشجيع أعضاء هيئة التدريس على استخدام أساليب التعلم الحديثة ووسائل التكنولوجيا ونفعيها فى العملية التعليمية وإطلاعهم على كل جديد فى هذا المجال استجابة لمتطلبات التطور التكنولوجى السريع .
 - ٣- الاهتمام باستخدام إستراتيجية التعلم النشط والعصف الذهني فى جميع الرياضات للوصول إلى أعلى مستوى فى الأداء المهارى .
 - ٤- تطبيق إستراتيجية التعلم النشط والعصف الذهني على مراحل سنوية مختلفة فى رياضة الجمباز .
 - ٥- أهمية الدمج بين التعلم النشط والعصف الذهني لتحقيق أعلى مستوى فى الأداء المهارى على أجهزة الجمباز المختلفة .

قائمة المراجع :

١. إبراهيم السيد على (٢٠١٤) : " تأثير التعلم النشط على التحصيل المعرفى ومستوى أداء بعض المهارات الأساسية فى كرة القدم بدرس التربية الرياضية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بنين - جامعة الزقازيق .
٢. احمد الهادى يوسف (١٩٩٢م) : " تكنولوجيا الحركة فى الجمباز ، مطبعة التونى ، الإسكندرية
٣. أحمد أمين فوزى وطارق محمد بدر الدين (٢٠٠١م) : " سيكولوجية الفريق الرياضى " ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
٤. أديل سعد شنودة ، سامية فرغلى منصور (١٩٩٩م) : " الجمباز الفنى مفاهيم - تطبيقات " ملتقى الفكر ، الإسكندرية .
٥. أسامة كامل راتب (٢٠٠٠م) : تدريب المهارات النفسية ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
٦. أكرم كمال مأمون الزناتى (٢٠٠٨م) : تأثير استخدام أسلوب العصف ذهنى على تعلم بعض مهارات كرة السلة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .
٧. أميرة حسن محمود وماهر حسن محمود (٢٠٠٩م) الاتجاهات الحديثة فى علم التدريب الرياضى، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.
٨. ايمان لطفى عبد الحكيم (٢٠١٠م) : أثر برنامج مقترح مبنى على التعلم النشط فى تنمية بعض المفاهيم العلمية وبعض المهارات العقلية لأطفال الرياض، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة المنيا.
٩. جودت أحمد سعادة (٢٠٠٦م) : التعلم النشط بين النظرية والتطبيق، دار الشروق للنشر، عمان، الأردن.
١٠. جبرى فلونج ووليام هنجستون (٢٠٠٤م) : تصميم التعلم النشط "مهارات التعلم الثرية"، ترجمة عثمان نايف السواعى، دار القلم، دبي.
١١. راشد بن حسين العبد الكريم (٢٠٠٥) : " إستراتيجية العصف ذهنى- حقيبة تدريبيه"، وزاره المعارف، المملكة العربية السعودية.
١٢. رندا فتحى إبراهيم سعيد (٢٠٠٩م) : "تأثير استخدام العصف ذهنى على التحصيل المعرفى وعلاقته بسرعة تعلم بعض المهارات الأساسية"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق.
١٣. عبد الرازق مختار محمود (٢٠٠٤م) : "القدح ذهنى، المفهوم - المبادئ والخطوات"، مجله المعلم، كليه التربية، جامعه أسيوط.
١٤. عصام عبد الخالق (٢٠٠٣م) : " التدريب الرياضى نظريات وتطبيقات " ، ط ٩ ، دار المعارف ، الإسكندرية .
١٥. فتحى رزق عبيد العشرى (٢٠٠١م) : "أسلوب العصف ذهنى فى تدريس التعبير الشفوى وأثره على تنمية بعض مهارات المنافسة لدى طلاب المرحلة الثانوية"، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة كفر الشيخ.
١٦. كوثر حسين كوجك وآخرون (٢٠٠٨م) : " تنوع التدريس فى الفصل ، دليل المعلم لتحسين طرق التعليم والتعلم فى مدارس الوطن العربى " ، بيروت ، مكتب اليونسكو الاقليمى للتربية فى الدول العربية .
١٧. محمد إبراهيم شحاته (٢٠٠٣م) : " تدريب الجمباز المعاصر " ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
١٨. محمد الصواف (٢٠٠٦م) : إستراتيجية تخزين المعلومات فى الذاكرة ، بحث لنيل الإجازة فى الأدب ، كلية الآداب والعلوم الإنسانية ، ظهر المهرز ، ساس المغرب .
١٩. محمد العربى شمعون (١٩٩٩م) : " استراتيجيات التفكير فى المنافسات الرياضية ، مجلة الجمعية المصرية لعلم النفس الرياضى بين النظرية والتطبيق ، مارس ، القاهرة .
٢٠. محمد العربى شمعون (٢٠٠١م) : " التدريب العقلى فى المجال الرياضى " ط ٢ ، دار الفكر العربى ، القاهرة .

٢١. محمد العربي شمعون وماجدة محمد إسماعيل (٢٠٠١م) : اللاعب والتدريب العقلي ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
٢٢. محمد حسن علاوى (٢٠٠٢م) : علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
٢٣. محمد حسن علاوى (٢٠٠٦م): علم النفس الرياضى، دار المعارف، القاهرة .
٢٤. محمد سعد زغول ، كارم حلمى أبو فرجة ، هانى سعيد عبد المنعم (٢٠٠١م) : " تكنولوجيا التعليم وأساليبها فى التربية الرياضية " ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
٢٥. ناهد خيرى فياض ، نادية عبد القادر احمد ، إبراهيم سعد زغول (٢٠٠٠م) : " جمباز الأنسات " ، دار G.M.S .
٢٦. وحيد جبران (٢٠٠٢م): التعلم النشط "الصف كمرکز تعلم حقيقى"، منشورات مركز الإعلام والتنسيق، رام الله، فلسطين.
- ثانيا : المراجع الأجنبية :

27. **Beebe ,S.A. and Masterson ,J.T.(1990)** ;Communicating in small groups: principles and practices , 3rd ed., Illinois : harper Collins publishers.
28. **Karthik(2000)**: Mental imagery and mind training in sport.
29. **Nonis ' Aileen et al. (2005)**: "Technology and teacher preparation creating student involvement and creativity" the university of tennese.
30. **Paulson , D.,& Faust,J.,(2006)** . Active learning for the college classroom . available at : <http://chemistry.calstatela.edu/chem.&Biochem/active/.html>.
31. **Sborn , A, (2001)** ; Applied Imagination prin ciples and proceed ures of creative problem solving , 3rd ed, charles scribnerls some , united states of America .
32. **Srarke, D. (2005)**: Professional development module on active learning.
33. **Wilke,R.,(2013)** : The effect of active learning on student characteristics in a human physiology course for none majors advances in physiology education .27,207-223.
34. <http://lamya.yoo7.com/t116-topic>.