

استخدام التدريب العقلي كمدخل لتنمية
ألوان التعبير العزفي من خلال مازوركا
شوبان لدى طلاب الفرقة الثالثة شعبة
التربية الموسيقية بكلية التربية النوعية
جامعة الزقازيق

م.م. إسلام حسن عبد الخالق

قسم التربية الموسيقية - كلية التربية النوعية - جامعة

الزقازيق - مصر



المجلة العلمية المحكمة لدراسات وبحوث التربية النوعية

المجلد الأول - العدد الأول - مسلسل العدد (1) - يناير 2015

رقم الإيداع بدار الكتب 24274 لسنة 2016

ISSN-Print: 2356-8690 ISSN-Online: 2356-8690

موقع المجلة عبر بنك المعرفة المصري <https://jsezu.journals.ekb.eg>

البريد الإلكتروني للمجلة E-mail JSROSE@foe.zu.edu.eg

استخدام التدريب العقلي كمدخل لتنمية ألوان التعبير العزفي من خلال مازوركا شوبان لدى
طلاب الفرقة الثالثة شعبة التربية الموسيقية بكلية التربية النوعية جامعة الزقازيق
م.م. إسلام حسن عبد الخالق

قسم التربية الموسيقية - كلية التربية النوعية - جامعة الزقازيق - مصر

مقدمة البحث:

تعد الذاكرة هي أساس لكل أنواع النشاط، ووسيلة الذاكرة إلي النشاط هي - الارتباطات- والأشياء، فأغلبنا يعيش أحلام اليقظة ويعيد تدقيق المواقف التي يمر بها عن طريق الصدفة، وفي الحقيقة أننا نستطيع تذكر الخبرات السابقة بصيغته واضحة إلى حد ما. وخاصة تلك التي تعتمد علي السبب الذي دفعنا إلى الخيال والتصور، فالخيال الإنساني صورة متجددة لما يستدعيه العقل من الخبرات المخترنة في اللاشعور، فالشئ بالشئ يذكر وأحياناً يذكر الشئ بنقيضه، فالخيال السليم لا يكون الا بالعقل السليم والعلم السليم.

لذلك فإن أي مادة تعليمية تكون ذات معني اذا ارتبطت بشكل حقيقي بالمفاهيم والمبادئ ذات العلاقة المتوفرة في بنية المتعلم المعرفية، والتي اكتسبها مسبقاً، وان لم ترتبط ببنية المتعلم فان التعلم يكون ألياً قائماً علي الحفظ إلا إذا ارتبطت المفاهيم والأفكار والحقائق الجديدة بخلفية التعلم (سلوى باشا، 2003، 70). وفي المجال الموسيقي خاصة العزف علي- آلة البيانو- فإنها تعتمد علي المشاعر الوجدانية الكافية لدي العازف وإحساسة الطبيعي للجماليات وعلي قدرته في تفسير المؤثرات الإبداعية من خلال ما يمتلكه من مهارات حركية خاصة وما يتعلق بألوان التعبير العزفي لذلك فانه من الضروري دمج الخيال والتدريب العقلي لبنية المتعلم المعرفية لتحسين الأداء المهاري لأي نشاط عضلي.

مشكلة البحث:

تتحدد مشكلة البحث في تدني مستوى طلاب الفرقة الثالثة بقسم التربية الموسيقية بكلية التربية النوعية، جامعه الزقازيق في التعبير العزفي في مادة البيانو الأمر الذي دعى الباحثة لاستخدام التدريب العقلي كمدخل تدريسي لتنمية ألوان التعبير العزفي من خلال مازوركا شوبان لدى طلاب الفرقة الثالثة شعبة التربية الموسيقية بكلية التربية النوعية جامعه الزقازيق.

تتحدد مشكلة البحث في التساؤل الرئيسي التالي:

ما أثر استخدام التدريب العقلي كمدخل لتنمية ألوان التعبير العزفي من خلال مازوركا شوبان لدي طلاب الفرقة الثالثة شعبة التربية الموسيقية بكلية التربية النوعية جامعه الزقازيق؟

ويتفرع من هذا التساؤل الأسئلة الفرعية التالية:

- ما ألوان التعبير العزفي اللازمة لطلاب شعبة التربية الموسيقية بكلية التربية النوعية؟
- ما مستوى إتقان طلاب شعبة الموسيقى بالفرقة الثالثة لألوان التعبير العزفي ؟
- ما صورة التدريب العقلي التي يمكن استخدامه في تنمية بعض مهارات التعبير العزفي ؟
- ما أثر تدريس بعض مؤلفات مازوركا شوبان علي تنمية مهارات التعبير العزفي؟

أهداف البحث:

1. التعرف علي ألوان التعبير العزفي اللازمة لطلاب الفرقة الثالثة شعبة التربية الموسيقية بكلية التربية النوعية جامعة الزقازيق.
2. تحديد مستوى طلاب الفرقة الثالثة في ألوان التعبير العزفي.
3. بناء مدخل تدريسي قائم على التدريب العقلي.
4. التعرف علي أثر استخدام التدريب العقلي علي تنمية بعض مهارات التعبير العزفي

أهمية البحث:

1. إكساب طلاب شعبة التربية الموسيقية بعض ألوان التعبير العزفي، الأمر الذي يسهم في تطور أدائهم العزفي بما يحقق الجانب الوجداني لدي مؤلف المقطوعة الموسيقية، كما قد يسهم في تكوين اتجاهات إيجابية لدي الطلاب نحو المؤلفات الموسيقية.
2. تطوير أداء القائمين بتدريس مادة البيانو باستخدام التدريب العقلي كمدخل تدريسي، على نحو يسهم في الارتقاء بمستوي الأداء لدي طلابهم .
3. بلورة قائمة بأهم المهارات المرتبطة بألوان التعبير العزفي الأمر الذي يمكن استخدامه عند بناء المقررات الدراسية اللازمة لطلاب شعبة التربية الموسيقية.
4. قد يفيد في بيان درجة تأثير استخدام التدريب العقلي في تدريس مادة البيانو.

محددات البحث:

الحدود المكانية:

تطبيق تجربة البحث بكلية التربية النوعية جامعة الزقازيق.

الحدود الزمانية:

تطبيق تجربة البحث في الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي (2013 - 2014م) خلال فترة تسعة أسابيع وهو عدد من الأسابيع يمكن من خلاله تنمية بعض مهارات التعبير العزفي على نحو ما اتفق عليه بعض المتخصصين بقسم التربية الموسيقية.

الحدود الموضوعية:

ست مقطوعات من مازوركا تم عرضها علي المحكمين لما يتوافر فيها من ألوان التعبير العزفي. الاقتصار علي ألوان التعبير العزفي التالية : السرعة ، اللمس ، اللون التعبيري وفقاً لتصنيف دالكروز؛ بالإضافة إلي الحليات، والبدال.

إجراءات البحث:

بطاقة ملاحظة الأداء تم عرضها علي الساده المحكمين.

فروض البحث :

يسعي البحث إلي اختبار صحة الفروض التالية :

1. يوجد أثر فعال لاستخدام التدريب العقلي في تنمية ألوان التعبير العزفي لدي طلاب شعبة الموسيقى بكلية التربية النوعية.
2. يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعتين التجريبية والضابطة في بطاقة ملاحظة الأداء المطبقة بعدياً في كافة المهارات العزفية موضوع الدراسة وهذه الفروق لصالح طلاب المجموعة التجريبية .

إجراءات الدراسة:

تبني هذا البحث منهجين من مناهج البحث العلمي وهما المنهج الوصفي التحليلي لوصف وتحليل الدراسات والبحوث السابقة، والمنهج التجريبي نظام المجموعة الواحدة لإجراء التجربة.

وتتم إجراءات البحث وفقاً للخطوات التالية :

1. إعداد الإطار النظري والدراسات السابقة عن طريق مسح الأدبيات النظرية والدراسات السابقة ذات الصلة بمتغيرات الدراسة الحالية (التدريب العقلي ومهاراته، ألوان التعبير العزفي علي آلة البيانو).
2. بناء البرنامج في التدريب العقلي من خلال تحديد المحتوى العلمي للبرنامج في صورته الأولية من خلال مازوركا شوبان ثم عرضه علي مجموعة من المحكمين، ثم وضع دليل المعلم لتدريس موضوعات البرنامج المقترح وعرضه علي مجموعة من المحكمين، وإجراء التعديلات المقترحة وإخراج البرنامج ودليل المعلم في صورتها النهائية.
3. تحديد مهارات التدريب العقلي التي سوف تعتمد عليها الباحثة في بناء استخدام التدريب العقلي كمدخل لتدريس ألوان التعبير العزفي.
4. إعداد قائمة مبدئية بمهارات وعناصر ألوان التعبير العزفي وعرضها علي المحكمين وتعديلها في ضوء آرائهم ومن ثم عمل بطاقة الملاحظة.
5. إعداد قائمة مبدئية بمهارات وعناصر التدريب العقلي وعرضها علي المحكمين وتعديلها في ضوء آرائهم ومن ثم عمل بطاقة الملاحظة.
6. إجراء التجربة وتطبيق البرنامج ومن ثم التوصل إلي النتائج وتفسيرها. تقديم التوصيات والمقترحات.

مصطلحات الدراسة:

التدريب العقلي:

والذي يعد من الطرائق التعليمية المتميزة باحتوائه على عوامل غير متوافرة في الطرائق التعليمية الأخرى وقد وردت تعريفات عدة للتدريب العقلي منها تعريف مورجان (Morgan) بأنه "إحدى طرائق التدريب الخاصة المؤثرة على تغيير السلوك وتعزيز التعلم" (محمد شمعون والجمال، 1996).

ألوان التعبير العزفي:

يقصد بها أساليب التظليل التي يطلق عليها الكثيرون ألوان التعبير العزفي والتي تعطي الإحساس العام للمقطوعة من حيث السرعة وأساليب اللمس التي يتم تطعيم العمل الفني بها (ابتسام ربيع، 2008: 48).

مازوركا شوبان:

رقصة بولندية الأصل، ميزانها ثلاثي تحتوي علي نبر قوي علي الوحده الثالثه بلغت شهرتها علي يد الموسيقي البولندي شوبان الذي ألف منها نحو خمسين مقطوعه (Kenndy, Michael,) (1985).

وينقسم البحث إلي شقين الشق الأول نظري ويشمل :

(الدراسات السابقه المرتبطه بموضوع البحث، التدريب العقلي ، ألوان التعبير العزفي).

الشق الثاني تطبيقي ويشمل

تطبيق برنامج التدريب العقلي كمدخل لتنمية ألوان التعبير العزفي من خلال مازوركا شوبان.

أولاً: الشق النظري

الدراسات السابقة المرتبطة بموضوع البحث الدراسات التي اهتمت بألوان التعبير العزفي

دراسة نجوي أبو النصر هدفت الدراسة إلى التعرف على "أسلوب أداء حلية Trill الزغرودة" (نجوي أبو النصر، 2001) لآلة البيانو في الطبقات المختلفة وقد افترضت الباحثة إن هناك أسلوب لأداء الحليات في الطبقات المختلفة ولمعالجة هذا الفرض قامت الباحثة بتناول النشأة التاريخية للحليات المختلفة وكيفية أدائها في كل عصر وكيفية أداء هذه الحليات في الطبقات المختلفة وصولاً للأساليب المختلفة في الأداء والتأكيد علي اختلاف أداء الحليات علي مر العصور ودراسة يحيي الحريري (2006) :التعرف على تأثير برنامج مقترح للتدريب العقلي المدعم "الحقيقة الافتراضية" على تطوير بعض المهارات النفسية وتحسين الأداء الفني للشقلمبة الأمامية على الذراعين على جهاز حسان القفز، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي ذو التصميم للمجموعات المتكافئة (مجموعتين: تجريبية وضابطة) باستخدام القياس القبلي والبعدي لكل من المجموعتين ، ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث إن برنامج التدريب العقلي المقترح المدعم بنماذج الحقيقة الافتراضية أثر ايجابياً وبدلالة إحصائية على تطوير بعض المهارات

النفسية): القدرة على الاسترخاء - التصور العقلي بأبعاده الخمسة البصري - السمعي الحس حركي - الانفعالي - التحكم في الصورة وتركيز الانتباه لدى أفراد المجموعة التجريبية. وان كانت هذه الدراسات سعت إلي دراسة تأثير برنامج مقترح لتطوير المهارات فهناك من الدراسات من سعت إلى هذا بالإضافة إلي تحسين الأداء الفني.

دراسة سيسيل تادرس يعقوب هدفت الدراسة إلى معرفة متطلبات أداء التعبير الموسيقي عند شومان من خلال مؤلفة تحليق (سيسيل تادرس، 2001) وتمثلت أدوات الدراسة في التحليل العزفي والأدائي لمؤلفة تحليق وقد افترضت الباحثة إن هناك متطلبات أدائية لإتمام عملية التعبير الموسيقي عند شومان وذلك من خلال مؤلفة تحليق. الدراسات التي تناولت التدريب العقلي : دراسة عصام الدين رضوان (2005): والدراسة بعنوان "تأثير برنامج مقترح للتدريب العقلي على تطوير بعض المهارات النفسية وتحسين الأداء الفني والمستوى الرقمي في الوثب العالي لطلاب كلية التربية الرياضية بالزقازيق" واستخدم الباحث المنهج التجريبي بالاستعانة بالتصميم التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة باستخدام القياس القبلي والبعدي للمجموعتين، وأهم النتائج إن البرنامج المقترح للتدريب العقلي أثر ايجابياً وبدلالة إحصائية على تطوير المهارات النفسية القدرة على الاسترخاء - التصور العقلي - تركيز الانتباه) لدى أفراد المجموعة التجريبية وتفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة في المهارات النفسية (قيد البحث ومستوى الأداء الفني والرقمي في مسابقة الوثب العالي

التدريب العقلي مفهوم التدريب العقلي

يعد فكرة التدريب العقلي من الأفكار القديمة التي بدأت أواخر القرن التاسع عشر، وتم عدها من الموضوعات الحديثة في أيامنا هذه مما أدى للتوجه نحو مختلف أنواع الطرق التعليمية والتدريبية، ومحاولة تعديلها لتطوير المستوى والحصول على النتائج المرجوة. ومن هذه الطرق "التدريب العقلي" والذي يعد من الطرق التعليمية المتميزة باحتوائه على عوامل غير متوافرة في

الطرق التعليمية والتدريبية الأخرى (Weinberg et al., 2000).

وقد وردت تعريفات عدة للتدريب العقلي منها "نوع من التدريب يهدف إلى الوصول إلى حالة الأداء المثالية من خلال تطوير وتنمية المهارات العقلية، مع زيادة القدرة على إعادة التكرار

لتنشيت التحكم في الأداء، وتطوير نوعية نظام التدريب، مع القدرة على الاسترخاء وإعادة الشفاء والإعداد للمنافسات" (محمد شمعون و عبد النبي، 1996).

مراحل التدريب العقلي

ينقسم التدريب العقلي إلي ثلاث مراحل هي :

مرحلة الإعداد العقلي (التهيئة العقلية) Mental conditioning، مرحلة التدريب علي الطرق العقلية Mental Technique Training، تدريب القوي العقلية Mental Strength Training.

أهمية التدريب العقلي في الأداء العزفي

أكدت دراسة (Christopher Connolly, 2002) إن التدريب العقلي يكسب دارس البيانو العديد من الصفات النفسية التي تسهم في الوصول الي مستوي راق من العزف أو المستوي المثالي من الأداء حيث أن العزف علي آلة البيانو ليس عملية تقنية آلية بحتة إنما هي نشاط حس حركي يفصح عن قدرات العازف الحس حركية إلي جانب ثقافته الموسيقية عن العمل الذي يؤديه حيث إن الإخراج الفني للمقطوعة الموسيقية يعتمد علي جميع عدة عناصر مثل الخبرات الموسيقية والقدرات الحسية والتعبيرية التي تمكن العازف من تطويع آلة البيانو بصورة يتضح فيها فكر المؤلف وما تهدف إليه المقطوعة الموسيقية حتي تصل الموسيقي للمستمع في صورتها المتكاملة فيتأثر بها ومن هذه الصفات النفسية صفاء الذهن والبعد عن التشنيت والثقة بالنفس.

أنواع التدريب العقلي

التدريب العقلي المباشر :

ويشتمل على؛ التصور العقلي والانتباه، ويشتمل الانتباه (التركيز، التوزيع، وتحويل الانتباه) ، وبالتالي فإن هذا النوع من التدريب يستخدم العقل الواعي لصياغة الصورة العقلية الإيجابية أثناء العزف، التدريب العقلي الغير مباشر : ويشتمل على(القراءة لوصف مهارة معينة، مشاهدة الأفلام، الاستماع لوصف المهارة، مشاهدة النماذج الحية، كتابة التعليمات، والدمج بين الوسائل السمعية والمرئية (محمد شمعون، 1996).

المهارات العقلية وبرامج التدريب العقلي Mental Skills

تعد المهارات العقلية هي الأساس في بناء برامج التدريب العقلي، حيث تتضمن المهارات العقلية العديد من المهارات مثل الانتباه، التصور الذهني، والاسترخاء؛ ونجد إن هذه المهارات تنقسم في داخلها لتتضمن العديد من المهارات مثال ذلك:

- مهارة الانتباه فهي تتضمن انتقاء الانتباه وتحويل الانتباه وشدة الانتباه في حين تنقسم شدة الانتباه إلي تركيز الانتباه واليقظة.
- وكذلك مهارة الاسترخاء وكافة المهارات وجدير بالذكر إن استخدام المهارات العقلية يماثل ما يتم في المهارات الحركية.

أولاً: أهمية الاسترخاء بالنسبة لعازف البيانو:

1. يسهم الاسترخاء في الانتقال من جزء الي جزء في المقطوعه الواحده وكذلك الانتقال من مقطوعه الي مقطوعه نقل سلس ومرن حتي في الأوقات التي ربما تكون مصدر قلق بالنسبة للمتعلّم مثل الحفلات والامتحانات العملية لمادة البيانو.
2. يسهم الاسترخاء في استدعاء العديد من الخبرات التعليمية التي سبق علي المعلم دراستها مما يزيد من امكانية الوصول إلى الأداء الأمثل في العزف.
3. قد يسهم الاسترخاء في إزالة التوتر الناتج عن حدث عرضي مثل حديث المعلم أثناء عزف الطالب أو أي صوت خارجي يزعج المتعلم أثناء العزف.
4. يعد التحكم في التنفس من أهم فوائد الاسترخاء وجدير بالذكر ان تنظيم التنفس والتحكم فيه يتم من خلال الحجاب الحاجز مع مراعاة عدم فتح الفم أثناء التنفس وعدم كتم النفس أثناء العزف .

الخطوات الإجرائية :

1. الإطلاع علي الأدبيات والدراسات السابقه والأبحاث المرتبطه بموضوع البحث.
2. التعرف علي الخطوات المنهجيه لبناء برنامج التدريب العقلي وتوظيفه في المجال الموسيقي.
3. تحديد المازوركا التي يمكن الإستفاده منها كمدخل لتدريس الموسيقي علي النحو الذي يفيد في تنمية ألوان التعبير العزفي من خلال آلة البيانو ومن ثم التحكيم علي تلك العينه من قبل الخبراء، ومن ثم التحليل العزفي لها.
4. وضع قائمه بألوان التعبير العزفي اللازمه لطلاب الفرقة الثالثه شعبه التربية الموسيقية.
5. بناء الوحدة الدراسية القائمة علي التدريب العقلي لتنمية ألوان التعبير العزفي بصورتها الأولية وعرضها علي المحكمين لإقرار صلاحيتها ووضعها في صورتها النهائية. ومن ثم بناء بطاقة الملاحظه(ألوان التعبير) في ضوء تحديد الهدف واختيار اسلوب الملاحظه وضبطها والتوصل إلي معاملي الثبات والصدق .
6. الدراسة التجريبية للبحث وذلك علي النحو التالي:
 - تحديد عينة تجربه من مقطوعات مازوركا شوبان يجتمع فيها كافة ألوان التعبير العزفي التي سوف تتناولها دروس الوحدة.
 - تحديد عينة الطلاب من طلاب الفرقة الثالثه كلية التربية النوعية جامعة الزقازيق عشوائياً.

- تطبيق بطاقة الملاحظه تطبيقاً قبلياً
- تطبيق الوحده المعده باستخدام التدريب العقلي
- تطبيق بطاقة الملاحظه تطبيقاً بعدياً
- جمع البيانات ومعالجتها إحصائياً.
- التوصيات والمقترحات.

ألوان التعبير العزفي :

التعبير Expression:

التعبير هو عبارة عن الإحساس العام بأي شئ، أو الانطباع الشخصي، وفي المجال الموسيقي يطلق علي التعبير الإخراج الفني باعتباره عملية ليست جديدة، والجدير بالذكر إن التعبير الموسيقي لا يعتمد علي قواعد علمية أساسية فقط وإنما علي إدراك وإحساس العازف وهذا ما يجعل التعبير الموسيقي من أصعب فروع الأداء الموسيقي. (نبيلة ألي، 1983).

والتعبير أو التظليل له أهميته من أنه تلوين صوتي والتلوين الصوتي عند الفنان الموسيقي مثله مثل الألوان عند الرسام والتظليل أو التعبير كعنصر لا يشترك فقط مع فن الرسم وإنما مع فن الشعر فالقاء الشعر يستوجب درجات من القوه والخفوت وذلك حسب الحالة التعبيرية والنفسية في القصيدة، وبالتالي لا يمكن إغفال الحالة الشعورية للمضمون الفني وبالتالي فإن عنصر التظليل أداة المؤلف التي تساهم في التعبير عن مشاعره وهي بمثابة المكياج في الفن المسرحي فتجعل اللحن تارة في صورة الشباب تجد فيه القوه كما تصوره عجوزاً كهلاً لتبرز الضعف والوهن تارة أخرى (سيد شحاتة، 2006).

السرعة Tempo:

تأتي السرعة تبعاً للقيمة الزمنية للوحدة الموسيقية، فالسرعة يحددها المؤلف الموسيقي وهذا ليس في آلة البيانو فقط بل في أي آلة أخرى ومع ذلك فإنه لا يمكن أن يضبط العازف أدائه بنفس سرعة المترنوم الآلي لأن هناك فارق كبير بين آلة لاروح فيها ولاحياء وبين البشر الذي يتنفس وينفعل عن مشاعره، وبالتالي فأن مفهوم السرعة ينبع من إحساس العازف بها وتعبيره عنها حتى في حالة تحديد السرعة من المؤلف وخلق المؤلف من تغييرات السرعة المعروفة ولايعني هذا عدم ارتباط العزف بالسرعة المحددة وإنما المقصود وجوب مراعاته لأن يربط هذه السرعة المحددة بإحساسه الذاتي (إيلي زيدان، 1995).

التعويض الزمني Tempo Rubato :

ويتطلب أداء التعويض الزمني فنيه من العازف غير مبالغ فيها بمعنى أن يؤدي الإسراع في الزمن أو الإبطاء تدريجياً ومناسباً لطول الفقرة الموسيقية وسرعة المؤلفه الأصلية من خلال تفكيره وإحساسه الخالص، ويقاس التعبير الزمني بسيطرة العازف علي كل من الزمن والإيقاع وقدرته علي الرجوع للوحدة الأصلية (سهير طه محمد، 1999)، ويقصد بالتعويض الزمني كوسيلة للتعبير استخدام السرعة بمعنى أن يكون هناك شئ من الحرية في السرعة واستخدام التدرج في السرعة والتدرج بالبطء (أميمه أمين، 2002).

الإيقاع Rhythm :

هو الشق الزمني في الموسيقي فهو ينظم الأصوات الموسيقية المكونة لأي لحن إلي وحدات زمنية متساوية وهو الذي يعطي اللحن الشخصية المميزة والطابع؛ والإيقاع من الناحية التاريخية هو أول ما عرفه الإنسان من خلال الآلات الإيقاعية التي استخدمها بأشكالها المختلفة في حياته الدينية والديوية (أميمه أمين: 2002 : 2).

الحليات Ornaments:

تعد الحليات نوع من العناصر الميلودية التي تستخدم في الأعمال الموسيقية، بقصد تزيين النغمات الأساسية سواء بالنسبة للآلات ذات لوحات المفاتيح أو غيرها من الآلات (سمر سعد، 1995) والحليات لغوياً تعني نغمات إضافية وهي عبارة عن نغمات تعزف بجوار النغمة الرئيسية وتعزف النغمة الإضافية قبل النغمة الرئيسية وتكتب بصورة صغيرة جداً أمام النغمة الرئيسية (Miller, Michael, 2005).

ولقد تطورت الحليات وأصبحت في قمتها مع بداية عصر الباروك من (1700-1740) وتعتبر موسيقي الآلات ذات لوحات المفاتيح أحد أهم أسباب ظهور الحليات والزخارف اللحنية التي استخدمت لإظهار العبارة اللحنية (نجوى أبو النصر، 2001) ومن أبرز أنواع الحليات علي سبيل المثال :

حلية turns :

سميت بهذا الاسم لأنها تعني أنها دوران حول النغمة أو أنها حوار دائري حول النغمة.

حلية الأربيجيو Arpeggiated chords:

عندما تريد عزف كورد كامل من النغمات فإنك لا تحتاج إلي كتابة كافة هذه النغمات بل يكفي وضع رمز بسيط يشير إلي ذلك وهي عبارة عن خط متعرج وهذه العلامة تجبر العازف علي عزف النغمات من الأسفل إلي الأعلى (Miller, Michael, 2005)



شكل رقم (1)

حليلة الزغرودة Trill:

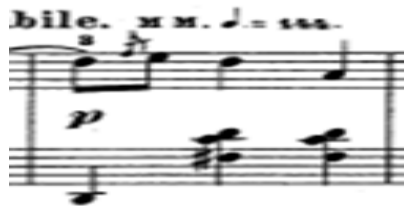
هي حليلة معتدلة السرعة أو سريعة تبدأ من النغمة الرئيسية أو النغمة المجاورة الصاعدة مع بداية الوحدة ظهرت عام 1535 وتتكون من نغمتين أو ثلاث نغمات (نجوى أبو النصر، 2001).



شكل رقم (2)

حليلة الأتشيكاتورا ACCIATURA:

تأخذ الحليلة زمنها من زمن النغمة التي تسبقها وتكون النغمتين في قوة لمس واحدة ويراعي التدريب علي أدائها ببطء ثم التدرج في السرعة ويراعي أيضا في البداية التدريب علي عدم عزف الحليلة حتى يستقر الزمن في ذهن الباحث كالشكل التالي:



شكل رقم (3)

القوس اللحني Slure:

ويطلق علي القوس بين النغمتين المختلفتين sluremark وكل نغمة تلعب بطريقه منفصلة بدون وجود slure وبالتالي فإن النغمة الثانية في حالة وجود slure تكون أكثر نعومه مثال ذلك:



شكل رقم (4)

هو عبارة عن قوس يجمع بين نوتين أو أكثر وهو نوع من التفاصيل الموسيقية الصغيرة ويعتبر عنصر من عناصر التظليل اللحني التي يجب أن تعزف بطريقة غنائية دون انقطاع للصوت (نفيسة زغلول: 1981: 20).

اللمس وهناك ثلاثة أنواع كالتالي:

الأداء المتقطع بثقل **Tenuto**:

وهي عبارة عن خط أفقي مباشر يقصد به عزف النوتة ولكن بزمنها الكامل أو بمعنى آخر يحدث فيها إطالة بصورة غير طبيعية ولكنها لا تخل بالزمن مثال ذلك :



شكل رقم (5)



شكل رقم (6)

وينقسم العزف المتقطع إلى نوعين: الأول: الذي نحصل عليه بحركة بسيطة من إصبع اليد مع ترك مفتاح البيانو في الحال وعدم تحريك اليد مطلقاً، والآخر: وهو النوع العادي الذي نحصل عليه من تحريك اليد لأعلي مع حركة بسيطة من الرسغ (أميمه أمين، 2002).

الأداء المنقطع **Staccato**:

هو الأداء المنقطع الذي لا يعطي للنغمة قيمتها الزمنية بل يعطي نصف القيمة الزمنية ولكنه أيضاً لا يخل بالزمن في حين يعرف الأداء المتصل **Legato**: إن العزف المترابط المتقن عنصر أساسي لاغني عنه بالنسبة لعازف البيانو ورغم أنه في التكنيك الحديث يمكننا أحيانا الإستعاضة عن العزف المترابط بالبدال فإن إتقان هذا التكنيك ضرورة لا يمكن أن يستغني عنها العازف وطبيعة آلة البيانو أنها لا تربط الأصوات لذا يجد الطالب صعوبة في فهم العزف المترابط (أميمه أمين، 2002).

البرنامج المقترح

وفيما يلي عرضاً تفصيلياً لدروس البرنامج :

الدرس الأول: الجلسة التمهيديّة (وتتضمن نبذة عن التدريب العقلي ومهارة الإسترخاء):

الهدف العام

- التعرف علي مفهوم التدريب العقلي وأنواعه.
- التعرف علي المهارات العقلية بكل انواعها.

وبعد الإنتهاء من شرح هذا الدرس من المفترض أن يكون الطالب المعلم قادر علي:

الأهداف المعرفية

- ان يتعرف الطالب علي مكونات ومهارات التدريب العقلي .
- ان يتعرف الطالب علي الحواس المستخدمة في برنامج التدريب العقلي.
- أن يتعرف الطالب علي اهمية المهارات العقلية في العزف علي آلة البيانو.

الأهداف النفس حركية

1. أن يطبق الطالب مفهوم التدريب العقلي في مجال العزف علي آلة البيانو حيث كافة المهارات العقلية.

2. أن يكتسب الطالب المعلم قدره علي الإسترخاء خلال فتره وجيزه من الزمن.

الاهداف الوجدانية

1. أن يقدر الطالب آلة البيانو ويعتز بها ويحرص عليها.

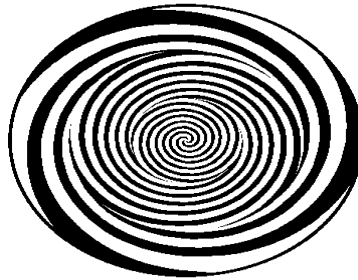
2. أن يحافظ الطالب علي الجلسة السليمة لألة البيانو.

الوسائل المستخدمة

1. جهاز عرض Data show، فيديوهات وصور عن الاسترخاء للتعرف علي أوضاع الإسترخاء التي يجب علي المتعلم استيعابها ومن ثم عرض صور متحركة عن الاسترخاء واستخدام حلزونة الإسترخاء.
2. خطوات سير الدرس :أولا التمهيدي للدرس :
3. تبدأ الباحثة وبشكل عام في الحديث عن العقل تلك النعمة التي أهملها البشر.
4. ومن ثم الحديث عن مهارات التدريب العقلي بكونها أهم مكون رئيسي لبرامج التدريب العقلي وذلك من خلال جلسة عصف ذهني يتم من خلالها الوصول الي مفهومهم عن الاسترخاء .

ثانياً: شرح الدرس

1. شرح مفهوم الاسترخاء وانواعه وكيف يمكن تطبيقه في مجال التخصص.
2. شرح مدي الاستفادة من استخدام مهارة الاسترخاء وتأثيرها علي تحسين وتطوير الاداء.
3. شرح وعرض بعض الصور عن الاسترخاء واستخدام حلزونة الإسترخاء.
4. استخدام حلزون الأسترخاء من خلال النظر إليه.
5. دفع الطلاب إلي الحديث إلي النفس بجمل تزيد من الدافعيه والامل .
6. وتقوم الباحثة بتوجيه تكليف للطالبات كنوع من التقويم المستمر تمرين مساعد: وضع اليدين على الكتفين بشكل متصالب مع الشد والقيام بحركات شم (أخذ نفس من الأنف) بشكل متتابع وسريع ، ثم زفير عميق.
7. التمدد على الوجه ورفع كل ساق على حدة عدة لحظات.
8. الوقوف ثم ثني الركبتين عدة لحظات وتكرار ذلك وقوف ثم ثني الركبتين مع التكرار.
9. تمارين اللياقة البدنية العامة مفيدة جداً لتوازن عضلات الجسم وقوتها وللإسترخاء أيضاً



شكل رقم (7) حلزونة الإسترخاء

التقويم : أذكر ما تعرفه عن الاسترخاء وكيف يمكن تطبيقه في مجال الموسيقى ؟

الدرس الثاني : التصور الذهني

الهدف العام

- التعرف على مهارة التصور الذهني. وبعد الإنتهاء من شرح هذا الدرس من المفترض أن يكون الطالب المعلم قادر علي:

الأهداف المعرفية

- أن يتعرف الطالب علي التصور الذهني بانواعه والحواس المستخدمه في برنامج التدريب العقلي.

الأهداف النفس حركية

1. أن يجلس الطالب الجلسة الصحيحه اثناء العزف (التصور الحس حركي للجلسه السليمه ووضع اليد اثناء العزف وشكلها علي لوحة المفاتيح).
2. أن يتحكم الطالب في الإستجابات الأنفعالية.
3. أن يتمكن المتعلم من عزف المهارات العزفيه الحركية

الأهداف الوجدانية

1. أن يسهم التصور في تحسين التركيز.
2. أن يستطيع المتعلم من خلال التصور الذهني في التحكم في الإستجابات الإنفعاليه.

الوسائل المستخدمة

1. فيديوهات وصور عن بعض المهارات العزفية التي سوف يتم من خلالها شرح التصور الذهني المباشر.

خطوات سير الدرس: أولاً: التمهيد للدرس

1. تبدأ الباحثة وبشكل عام شرح معني التدريب العقلي واسترجاع ما تم شرحه عن الاسترخاء كي نصل إلي الربط بين مهارات العقل موضوع الدراسة، ومن ثم التطرق إلي مفهوم التصور الذهني وذلك من خلال جلسة عصف ذهني يتم من خلالها الوصول الي مفهوم الطالبات عن التصور.
2. توضيح أهم الاوقات التي يمكن من خلالها ممارسة التصور العقلي.
3. التأكيد علي استبعاد التفكير السلبي واكساب التفكير الايجابي.

ثانياً: شرح الدرس:

1. شرح مفهوم التصور الذهني وشرح المصطلحات التي تحمل نفس المعني.

2. التهيئة الذهنية للمتعلمين وتهيئة بيئة التعلم.
3. التأكيد علي الاسترخاء والذي سبق شرحه في حصه كاملة ودوره في الوصول الي تصور عقلي ناجح وذلك من خلال الاسترخاء التام عن طريق أي وضع مما سبق الاشاره اليه وفي ضوء الشروط السابقه.
4. تحديد أي مهاره عزفيه سبق دراستها حيث ان من اهم شروط التدريب العقلي التأكيد علي مبدأ الخبره السابقه وشرحها وكيفية ادائها.
5. ومن ثم حث الطلاب علي استدعاء الخبرات السابقه ويطلب من كل طالب الحديث الي زملائه عن تلك الخبره السابقه التي تم استدعائها هل هي مباشره أم غير مباشره.
6. التصور البصري للوحة المفاتيح وشكل المدونه والسمعي لنغمات البيانو.
7. وهنا ياتي دور الباحثه في توضيح ما إذا كان التصور مباشر ام غير مباشر.

التقويم

1. كيف يمكن تطبيق التصور الذهني في مجال الموسيقى العربية ؟

الدرس الثالث: مهارة الإنتباه

الهدف العام

- التعرف علي مهارة الانتباه وأنواعها.

وبعد الإنتهاء من شرح هذا الدرس من المفترض أن يكون الطالب المعلم قادر علي:

الأهداف المعرفية

- أن يتعرف الطالب علي الانتباه بانواعه.
- أن يعلم الطالب أن العزف الجيد هو ثمرة تركيز ذهني وسمعي.

الاهداف النفس حركية

- أن يتعرف الطالب علي الفوائد البدنية للانتباه

الأهداف الوجدانية:

1. أن يشترك الطالب المعلم مع زملائه في تطبيق القواعد الأساسية لمهارة الإنتباه.
2. أن يسهم التصور في تحسين التركيز.
3. أن يصل إلي الطالب ان الانتباه احد اهم المهارات العقلية الضرورية للأداء الناجح.

شرح الدرس :

1. شرح مفهوم الانتباه ومن ثم ربطه بمهارتي الاسترخاء والتصور الذهني والتأكيد علي العلاقة الارتباطيه بينهم.
2. التأكيد علي أن الانتباه أحد المتطلبات الأساسية للأداء الجيد.
3. التأكيد علي أن ضعف المستوي المهاري هو راجع إلي فقدان الانتباه.
4. التأكيد علي ان الانتباه ليس قدره من قدرات العقل ولكنها عملية عقلية شعورية وليس بقدره.
5. شرح مهاره عزفيه وحث المتعلمين علي اتقانها.
6. محاولة مقاومة المشتتات.
7. التأكيد ان الانتباه عند العازف يتمثل في هو التركيز علي كل ما تحمله المدونة من إيقاعات ونغمات وألوان تعبير.
8. **حث الطلاب علي زيادة تركيز الإنتباه وذلك من خلال :**
9. عزل المثيرات الغير مرتبطه بالموقف والتي تسهم بورها في السيطرة علي تشتيت الإنتباه .
10. ان يتوافر مع العزل العقلي الملاحظه الموضوعيه
11. تحرير انتباه المتعلم لربط الخبرات السابقه بالرموز والمواقف التعليمية موضوع الدراسة.

التقويم

اذكر ما تعرفه عن انواع الانتباه مع ذكر امثله في مجال التخصص ؟

الدرس الرابع: مهارات العزف علي آلة البيانو

الهدف العام

إكساب الطالب المعلم مفهوم عام عن المهارات العزفية وكيفية توظيف التدريب العقلي.

وبعد الإنتهاء من هذا الدرس ينبغي أن يكون الطالب

أولاً: الأهداف المعرفية

- أن يتعرف الطالب علي المهارات العزفية موضوع البرنامج .
- أن يتعرف الطالب علي المصطلحات التعبيرية وذلك من خلال دراسة مسحيه لعينات البحث والتي كثيراً ما تساعد الطالب في التعرف علي الجو العام الذي ينشده المؤلف أثناء كتابة المدونة الموسيقية .

ثانياً: الأهداف النفس حركية

- أن يحدد الطالب كافة المهارات العزفية الموجودة في المقطوعه الخاصه به والخاصه بزملائه وذلك من خلال دراسته مسحيه.

ثالثاً: الأهداف الوجدانية

- أن يقدر الطالب أهمية الإلتزام بالمهارات العزفية ودورها .
- أن يشعر الطالب بتأثير مهاره عزفيه داخل المدونة وانه لا يوجد مهاره عزفية إلا ولها هدف كان يسعى المؤلف لتحقيقه .

الوسائل التعليمية المستخدمة

البيانو، لاب توب، جهاز ،data show، الانترنت .)

خطوات سير الدرس : أولاً التمهيد للدرس من خلال برنامج التدريب العقلي (التمهيد بالإسترخاء):

- عرض حلزونة الإسترخاء أمام كل طالب.
- إتخاذ وضع الإسترخاء أمام الطلاب ومن ثم قيام الطلاب بوضع الإسترخاء المناسب لبيئة التعلم .
- التمهيد بالتصور الذهني في هذا الدرس سوف تقوم الباحثة بإستخدام التصور الذهني المباشر من خلال :

- عرض مقاطع عزفية لكبار العازفين أثناء عزفهم عينة البحث .
- عرض نماذج لعينات مختلفه لترسيخ كافة المهارات العزفية وكيفية أدائها .

التمهيد من خلال الإنتباه

- انتقاء الإنتباه من خلال وضع دوائر باللون مختلفه علي المهارات العزفية أي كل مهاره بلون معين يتم الاتفاق عليه مع الطلاب.
- القدرة على اختيار المثيرات والرموز الصحيحة الواجب علي المتعلم تركيز الإنتباه عليها من بين العديد من المتغيرات المرتبطة " وذلك من خلال انتقاء الانتباه " .

شرح الدرس : بعد التمهيد تقوم الباحثة

- عمل جدول لكافة المهارات العزفيه بمقطوعات العينه وذلك من خلال دراسة مسحية لتلك المهارات.
- عرض تسجيلات عزفية لعينة الدراسة لكبار العازفين لإحداث نوع من التصور الذهني المباشر من ثم عزف مقطوعاتهم.
- تكليف الطلاب بعزف مقطوعاتهم .

التقويم:

أذكر ماتعرفه عن مهارات العزف علي آلة البيانو وفي تصورك الشخصي اعطي تصنيف لتلك المهارات ؟

الدرس الخامس : المهارات العزفيه المتعلقة بالسرعة

الهدف العام

إكساب الطالب المعلم مفهوم عام عن المهارات العزفية المتعلقة بالسرعة من خلال التدريب العقلي وبعد الإنتهاء من هذا الدرس ينبغي أن يكون الطالب :

أولاً الأهداف المعرفية

- أن يتعرف الطالب علي المهارات العزفية المرتبطه بالسرعهوما يتضمنها من مصطلحات.
- أن يتفهم الطالب مفهوم اللمس والتدرج في الخفوت والأداء.

ثانياً الأهداف النفس حركية

- أن يعزف الطالب المقطوعات الخاصه به بسرعاتها المختلفه .
- أن يؤدي الطالب المعلم التدرج في الشده والخفوت.

ثالثاً: الأهداف الوجداني

أن يشعر الطالب بتأثير كل سرعة داخل المدونة وانه لا يوجد مصطلح خاص بالسرعه إلا وله هدف كان يسعى المؤلف لتحقيقه .

الوسائل التعليمية المستخدمة

(البيانو، جهاز اللاب توب، وجهاز عرض data show، المدونات الموسيقية).

خطوات سير الدرس

أولاً التمهيد للدرس من خلال برنامج التدريب العقلي :

التمهيد بالإسترخاء :

- عرض حلزونة الإسترخاء أمام كل طالب.
- إتخاذ وضع الإسترخاء أمام الطلاب ومن ثم قيام الطلاب بوضع الإسترخاء المناسب لبيئة التعلم .

التمهيد من خلال الإنتباه :

انتقاء الإنتباه من خلال وضع دوائر باللون الاحمر علي المصطلحات المرتبطه بالسرعه.

شرح الدرس : بعد التمهيد تقوم الباحثة :

- شرح مفهوم السرعة من خلال مقطوعات العينة .

- شرح مفهوم السرعة بالتعويض الزمني Tempo rubato.
- التأكيد ان عنصر التعويض الزمني مرتبط بإتقان كافة السرعات العزفية وكيفية أدائها.
- وضع دوائر حمراء كنوع من لفت الإنتباه وذلك من خلال جدول المصطلحات المتعلقة بالسرعة .
- تكليف الطلاب بعزف مقطوعاتهم .



شكل رقم (8)

التقويم:

أذكر ما تعرفه عن التعويض الزمني وكيف يمكن تحسين الاداء فيه من خلال التدريب

العقلي ؟

الدرس السادس : المهارات المرتبطة بالتعبير الموسيقي (الشده والخفوت)

الهدف العام

يهدف هذا الدرس إلي إكساب الطالب المعلم مفهوم عام حول المهارات العزفية المرتبطة بالتعبير العزفي الموسيقي وما يتضمنه هذا التعبير من أساليب الشده والخفوت.

أولاً: الاهداف المعرفية

- أن يتعرف الطالب علي الرموز والاشكال الموسيقية التي تمثل أساليب الشده والخفوت أثناء العزف.
- أن يتعرف الطالب علي التدرج في الأداء القوي Crescendo والتدرج في الأداء الخافت Dimnuendo.
- أن يتعرف الطالب علي معني وجود العلامتين $\text{—} \text{—}$.

ثانياً: الاهداف النفس حركية :

1. أن يميز الطالب بين الأشكال أو العلامات التي تخص القوه بمستوياتها (F ، MF ، FF)، العلامات التي تخص الخفوت بمستوياته (P ، MP ، PP).
2. أن يميز الطالب بين الأشكال أو أن يؤدي الطالب المعلم مهارات التعبير بقوه بسرعاتها ومهارات التعبير بالخفوت بسرعاتها كما هو مدون في المدونة
3. أن يؤدي الطالب التدرج في الأداء القوي والأداء الخافت .
4. أن يؤدي الطالب وجود العلامتين $\Rightarrow \Leftarrow$ بشكل واضح للمستمع حتي وإن كان المستمع غير دارس للموسيقي .

ثالثاً: الاهداف الوجدانية

أن يشعر الطالب باهمية مهارات العزف المرتبطه بالشده والخفوت وأن من دونها يصبح العمل لأروح له.

رابعاً: الوسائل المستخدمة

(آلة البيانو، المدونات الموسيقية، التسجيلات العزفية).

خامساً: خطوات سير الدرس : (التمهيد من خلال الإسترخاء)

ضرورة البعد عن التوتر والضغط العصبي فيما يتعلق بالباحثه ضبط بيئة التعلم من إضاءه وتهوية والبعد عن الإزعاج بالإضافة إلى إستخدام حلزونة الإسترخاء وفيما يتعلق بالطالب المعلم وذلك من خلال:

1. التخلص من الساعات والإكسسوارات.

2. غلق العينان .

3. أخذ نفس عميق (شهيق وزفير).

4. التحكم في التنفس.

التمهيد من خلال التصور العقلي الغير مباشر

1. يطلب من المتعلم استحضار الصوره العقلية لعزف ألوان الشده والخفوت التي سبق وأن اكتسابها.

2. دفع الطالب إلي استدعاء ألوان الشده والخفوت كما تم عزفها ودراستها في الأعوام السابقه أو من خلال تسجيل عزفي لكبار العازفين لأداء هذه المهارة.
3. التعرف من الطالب هل ماتم انتقاؤه من هذا التصور هل هو إنتقاء صوره ام صوت أم حركه.
4. دفع الطالب إلي أداء المهارة عقلياً قبل ادائها .
5. التأكيد علي تصور الأسلوب الصحيح للأداء الفني .

شرح الدرس

1. يتم تجميع كافة الاجزاء التي تحتوي علي رموز القوه والخفوت من (مقطوعات العينه)
2. عزف سلم المقطوعه بالتدرج في القوه والتدرج بالخفوت.
3. تحضير تسجيلات عزفيه لكبار العازفين لعزف مقطوعات العينه وقص أجزاء الخفوت والقوه كي يكون الانتباه موجه علي مهاره بعينها.ومن ثم شرح الأداء القوي والأداء الخافت وكيفية أدائه.

التقويم :

أذكر كيف تم إستدعاء عزف مهارت الشده والخفوت عقلياً من خلال برنامج التدريب العقلي الذي سبق دراسته ؟

الدرس السابع: اللمس في الأداء والضغط التعبيري بأشكاله

الهدف العام

يهدف هذا الدرس إلي إكساب الطالب المعلم مفهوم عام حول المهارات العزفية المرتبطة باللمس في الأداء .

- العزف المتصل Legato، العزف المنقطع Staccato.

أولاً: الأهداف المعرفية

1. أن يتعرف الطالب علي الرموز والأشكال الموسيقية التي تمثل أساليب اللمس والتي تتمثل في (العزف المنقطع staccato ، المتصل legato ،المنقطع بتقل Tenuto)
2. أن يتعرف الطالب علي أشكال الضغط التعبيري وأهميتها في مجال لغة الموسيقى وكيفية أدائها.

3. أن يتعرف علي تصنيفات النبر وفقاً لتصنيف دالكروز
4. أن يحدد نوع الموسيقي من خلال ضغطها القياسي .
5. التمييز بين العلامة الرأسية والأفقية للـ accent > ^ ومعرفه الأقوي منهم في التأثير.

ثانياً: الأهداف النفس حركية

1. أن يميز الطالب في الأداء العزفي بين أنواع اللمس الثلاث السابق ذكرها
2. أن يميز الطالب بين العلامة الرأسية والأفقية للـ accent > ^ ومعرفه الأقوي منهم في الأداء.

ثالثاً: الأهداف الوجدانية:

1. أن يشعر الطالب بأهمية مهارات العزف المرتبطه باللمس وأن من دونها يصبح العمل لأروح له.
2. أن يقدر الطالب ان مهارات العزف المرتبطه باللمس ما هي إلا رسالة من مؤلف المدونة يقتضي علي المتعلم إرسالها إلي المستمعين كما هي.

رابعاً: الوسائل المستخدمة

(آلة البيانو، المدونات الموسيقية، التسجيلات العزفية).

خامساً: خطوات سير الدرس

قبل البدء في الدرس وبعد نهاية الدرس السابق هناك مجموعه من الانشطه العزفية سوف يتم تكليف الطلاب بها :

- يكلف الطلاب بالقراءة عن معرفة الأصل اللغوي لكلمة ACCent
- يكلف الطلاب بالقراءة عن معرفة الأصل اللغوي لكلمة accent
- يطلب من الطلاب تحديد ميزان المقطوعة ومذاكرة السطر الأول من كل مقطوعة من مقطوعات العينة .وذلك لتوضيح النبر القياسي.

شرح الدرس:

التمهيد من خلال برنامج التدريب العقلي من خلال مهارات الاسترخاء والتصور الذهني والانتباه:

أولاً: مهاره الإسترخاء من خلال

- تهيئة بيئة التعلم من خلال البعد عن التوتر والإزعاج .
- التخلص من الضغط العصبي للمتعلم من خلال حلزونة الاسترخاء.

التمهيد من خلال التصور العقلي الغير مباشر

1. يطلب من المتعلم استحضار الصورة العقلية لعزف اللمس في الأداء التي سبق وأن اكتسابها.
2. دفع الطالب إلي استدعاء أشكال الضغط التعبيري ورموزه كما تم عزفها ودراستها في الأعوام السابقة أو من خلال تسجيل عزفي لكبار العازفين لأداء هذه المهارة.
3. التعرف من الطالب هل ماتم انتقاؤه من هذا التصور هل هو إنتقاء صوره ام صوت أم حركه (أي التعرف علي شكل التصور هل هو سمعي بصري حركي).
4. دفع الطالب إلي أداء المهارة عقلياً قبل ادائها .
5. التأكيد علي تصور الأسلوب الصحيح للأداء الفني للمس وللضغط التعبيري.

التمهيد من خلال الإنتباه

- التحكم في السيطره علي ادائه حتي لا يؤثر عليه التشتت بالسلب.
- التأكيد علي التركيز الذهني وذلك من خلال التأمل.
- أحد متطلبات هذا الدرس هو الإنتباه الداخلي وهو التركيز علي الذات أي ان الإنتباه هنا غير موجه وهو ما يسمى بالإيحاء الذي يعتمد علي تركيز الإنتباه بشده حيث سوف تعتمد الباحثه علي العوامل الذهنية التي قد تكون دافع وراء انتباه الطالب والتي تتمثل في :
 1. الدوافع والميول والسمات النفسية.
 2. حاله المزاجيه للمتعلم وما يرتبط بها من شدة أو بطء الإستجابات الإنفعالية والتي قد تؤثر علي مستوي الإنتباه لدي المتعلم نحو الإستماع او العزف.
- هذا بالإضافة إلي توجيه الإنتباه إلي المهارات الحركية وأهم ما يميزه هو التركيز علي الجوانب الخارجية من حركات المتعلمين والمتعلم في مهارات اللمس ومهارات الضغط التعبيري بأشكاله.

- ومن ضمن متطلبات هذا الدرس التركيز علي الذات والأفكار والشعور حيث إن الانتباه هنا غير موجه وهو مايسمي بالإيحاء الذي يعتمد علي تركيز الانتباه بالشده.
- أخيراً قدره علي تثبيت الإنتباه علي الهدف لمدته طويله من الزمن.

شرح الدرس

1. التعرف علي معني كلمة Accent والرجوع إلي أمهات الكتب في مجال تاريخ الموسيقى الغربية والقواعد النظرية للصولفيج.

2. توضيح الحالات الإستثنائية للنبر والتي تتمثل في :

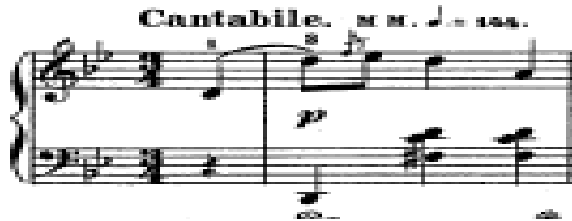
- التعرف علي الحالات الاستثنائية للنبر مثل:
- شرح مفهوم الأداء المتصل legato والأداء المتقطع staccato والأداء المتقطع بثقل tenuto من خلال سلاام عينة البحث ومن خلال بعض الأجزاء العزفية لمقطوعات العينة

شرح مفهوم الأداء المتصل وإعطاء مثال له من مازوركا رقم (1) مصنف (6) مثل :



شكل رقم(10)

عزف الجزء أمام الطلاب وتكليفهم بعزفه ببطئ وذلك لإتقان الأداء المتصل مثال (2)



شكل رقم(11)

الأداء المتقطع : مثال (1) مصنف (7) رقم (1) سبق التعرف علي المصنف



شكل رقم (12)



شكل رقم (13)

الاداء المنقطع بنقل مثل tenuto

مثال ذلك مازوركا رقم (2) مصنف (30)



شكل رقم (14)

- الرباط أو والسينكوب **Syncope** :حيث ينتقل الضغط القوي من موضعه الطبيعي إلي الوحدة الضعيفة " من خلال مقطوعات العينه " .
- ترقيم العبارات للنفس الموسيقي **phrase** : حيث يشعر المؤدي ببداية عبارة ونهاية عبارة
- التحضير **I, anacrouse** :حيث يأتي الإحساس بالضغط الطبيعي نتيجة لأداء الضغط القوي.
- التعرف علي تصنيف دالكروز : للنبر أو الضغط الموسيقي : الضغط القياسي، الضغط الإيقاعي،الضغط العاطفي .
- تجميع أجزاء من مقطوعات العينه (المازوركا) التي تحتوي علي ألوان الأداء الخاصة باللمس
- عرض التسجيلات العزفية للكبار العازفين ومن عزف عزف سلايم العينه هاما الطلاب لشرح انواع اللمس الثلاث.

التقويم : أذكر ماهي طريقة الإسترخاء المناسبه لك كمتعلم؟ ولماذا ؟

الدرس الثامن : الزخارف اللحنيه من خلال برنامج التدريب العقلي

الهدف العام

يهدف هذا الدرس إلي أداء الزخارف اللحنية " الحلويات " من خلال برنامج التدريب العقلي وبعد الإنتهاء من هذا الدرس ينبغي أن يكون الطالب المعلم قادراً علي أن :

- يتمكن من أداء حلية Trill وحلية Arpeggio ، وحلية Acciaccatura، وحلية الموردينت

Mordent

أولاً: الأهداف المعرفية:

- أن يستدل الطالب علي مدلول مصطلحات الزخارف اللحنية من أشكال ورموز.

ثانياً: الأهداف النفس حركية

- أن يؤدي الطالب مفهوم الحلويات المدونه في المقطوعه وفقاً لمعناها الصحيح .
- أن يعزف الطالب المقطوعه الخاصه به بالحليات بزمن أبطئ من الزمن المطلوب .
- أن يتدرج عزف الطالب من البطء حتي يصل إلي السرعة المطلوبه مع أداء الحلويات بالشكل اللائق .

ثالثاً: الأهداف الوجدانية

- أن يقدر الطالب أهمية الإلتزام بالحليات في عزف المدونات الموسيقية.
- أن يشعر الطالب أن العزف بدون حليات يجعل المدونة الموسيقية خالية من أي أثر فني أو روح.

رابعاً: الوسائل المستخدمة :

(ألة البيانو، المدونات الموسيقية، التسجيلات العزفية).

الأنشطة المستخدمة

- يكلف الطلاب القراءة عن النشأة التاريخية للحليات.
- يكلف الطلاب بعمل جدول عن شكل الحلية وكيفية أدائها من خلال ما يدون أسفل المدونة الموسيقية .
- تكليف الطلاب بتوضيح نماذج من عينات البحث التي تناولت كافة انواع الحلويات التي سبق تدريسها .

خطوات سير الدرس أولاً التمهيد من خلال برنامج التدريب العقلي (الإسترخاء)

- إتخاذ بعض أوضاع الإسترخاء وفقاً لرغبة كل طالب .
- تهيئة بيئة التعلم من اضاءه وتهويه وبعد عن كافة مصادر الازعاج والتشتت.

التصور الذهني: في هذا الدرس سوف تستخدم الباحثة التصور الذهني المباشر حيث توجه الباحثة الطلاب إلي استحضار الصورة العقلية للأداء الحليات التي سبق وأن اكتسبها أو شاهدها أو تعلمها وذلك بهدف أن يتمكن الطالب من إنتقاء مايريد مشاهدته عند تنفيذ المهارة هل ماتم استحضاره هو استحضار للصورة أم للأداء الحركي وشكل عزف الحليه وأدائها أم صوت الحليه عزفياً " وبالطبع سوف يتم التعرف علي هذا من خلال سؤال الطالب .

شرح الدرس بعد التمهيد للدرس من خلال برنامج التدريب العقلي يأتي دور الشرح

1- حيث تقوم الباحثة بشرح المهارة الحركية بوضوح كل حليه علي حدا من خلال مقطوعات العينة مع مراعاة الفروق الفردية (دراسة الحالة) حتي وإن لزم الأمر الاستعانة بعينات وأمثلة خارج نطاق العينة." وذلك لضمان القدره علي التصور الصحيح للمهاره الحركية الأدائية لكل حلية".

2- يراعي في الأمثلة التي سوف تقوم الباحثة بشرحها مراعاة دقة الأداء أمام الطلاب بحيث لا تكون عائق كبير للاستدعاء التصور الصحيح للمهارة .

3- سوف تراعي الباحثة ربط التصور البصري بالشرح اللفظي للمهاره الحركية وذلك من خلال عزف مثال للحلية مع الشرح اللفظي .

4- التأكيد علي مبدأ البطء في عزف وأداء الزخارف اللحنية حتي يتم ترسيخ الصورة الذهنية لدي الطلاب .

5- يطلب من كل طالب عزف السطر الموجود فيه الحليه بدون حليه.

يطلب من كل طالب عزف بحليه والتدرج في العزف ببطء حتي يصل إلي درجة إتقان الزخارف اللحنيه .

عند وصول الطلاب إلي مرحلة الإتقان لابد من عقد مقارنه بين عزفهم وعزف التسجيلات العزفية .

التقويم

هل إستطاع التدريب العقلي للحليات ترسيخ الأداء الفني للحليه لديك وإن كانت الإجابة بنعم
اذكر أنماط التصور الذهني التي لجأت لها في هذا الدرس ؟
الدرس الثامن: تدريب العقل علي أداء المسافات اللحنية (النغمات المزدوجه والأوكتافات
والنغمات السلمية والأربيجات)

الهدف العام

إكساب الطالب المعلم خلفيه جديدة عن أداء المسافات اللحنية والتي تتضمن النغمات
المزدوجه والاوكتافات من خلال التدريب العقلي ، وبعد الانتهاء من هذا الدرس يتوقع أن
يصبح الطالب قادراً علي أن :

الأهداف المعرفية

- أن يتعرف الطالب علي المسافات اللحنية .
- أن يتعرف الطالب علي المسافات اللحنية بشكلها المزدوج.
- أن يتعرف الطالب علي مسافة الأوكتاف وكيفية أدائها .
- أن يتعرف الطالب علي النغمات السلمية وكيفية أدائها .

الأهداف النفس حركية

- أن يؤدي الطالب المسافات اللحنية (النغمات المزدوجه، والاوكتاف) وفقاً للتدريب
الذهني للأداء العزفي لتلك المهارة ودون الخلل بالزمن الأصلي للمقطوعه.
- أن يعزف الطالب كافة المسافات اللحنية الموجوده بمقطوعات العينة.

الأهداف الوجدانية

- أن يتغلب الطالب علي عزف واداء مشكلات الأداء المتعلقة بالمسافات اللحنية.
- أن يمتلك الطالب قدره علي إنتقاء الصوره الذهنية المناسبه لأداء المسافات اللحنية
ما تتضمنه من النغمات السلمية والأوكتاف والمسافات المزدوجه.

الوسائل المستخدمة :

(آلة البيانو، المدونات الموسيقية، التسجيلات العزفية)

خطوات سير الدرس :التمهيد من خلال الإسترخاء

- حلزونة الإسترخاء .

- اختيار وضع استرخاء مناسب يتناسب مع كل طالب.

التمهيد من خلال التصور الذهني المباشر

• حيث يطلب من كل طالب علي حدا إستحضار الصورة العقلية للأداء المسافات اللحنية التي تم إكتسابها منذ دراسته للفرقة الاولي من خلال مادة الصولفيج وبالتالي يستطيع الطالب المعلم إنتقاء مايريد مشاهدته عند أداء المسافات اللحنية. وبالتالي يتم التصور من خلال مجموعه من الخبرات.

• مراجعة المهارة (المسافات اللحنية عقلياً) حيث التخلص من الأخطاء بتصور الأسلوب الصحيح للأداء الفني التكنيكي.

• مقارنة إستجاباتهم للصورة الذهنية التي تم استرجاعها حتي يمكن الوصول إلي الأداء الأمثل.

التمهيد من خلال الإنتباه

• إنتقاء الإنتباه للتمييز بين المسافات اللحنية وكافة النغمات المزدوجه .

• التأكيد علي تحويل الإنتباه حيث من المتوقع ان يصادفنا مسافات لحنية سريعة ومتعاقبه ومختلفه من ثم التأكيد علي تركيز الإنتباه ، ويتم تركيز الإنتباه من خلال (العزل وتحرير الإنتباه والتأمل).

شرح الدرس بعد التمهيد من خلال التدريب العقلي تقوم الباحثه

• حث الطلاب بمساعدة الباحثه بإسترجاع المسافات اللحنية وما ترتبط به من اغاني.

• شرح المسافات الهارمونية المزدوجه وكيفية ادائها ومذاكرتها كما أشار الباحثه في التحليل العزفي للمدونات.

• عمل مسح لكافة المسافات الهارمونية الموجوده في مقطوعات العينة (عينة الدراسة).

• عزف سلازم مقطوعات العينه بأكثر من شكل إيقاعي وبشكل سلمي وبشكل متتابع .

• يطلب من الطلاب تحضير بعض الموازير من منهج البيانو الخاص بهم وعزفها امام الباحثه ومن ثم تجميع كافة المسافات وتصنيفها وأدائها من خلال مقطوعات العينه .

• التأكيد علي أن تتساوي الأصابع في القوه بحيث تعزف كل نغمه بنفس قوة النغمه التي تيقها " النغمات السلمية " حيث يستعمل مفصل الأصابع في عزف النغمات السلمية السريعه مع مراعاة إستقلالية كل أصبع عن الأخر في العزف .

التقويم

في تصورك الشخصي هل للتدريب العقلي فائده في عزف النغمات السلمية ؟

نتائج البحث عرضه وتحليلها وتفسيرها

هدف هذا البحث لتنمية ألوان التعبير العزفي من خلال التدريب العقلي لدي طلاب الفرقة الثالثة شعبة التربية الموسيقية بكلية التربية النوعية جامعة الزقازيق

تساؤل البحث

ما أثر استخدام التدريب العقلي كمدخل لتنمية ألوان التعبير العزفي لدي طلاب الفرقة الثالثة شعبة التربية الموسيقية بكلية التربية النوعية جامعة الزقازيق؟

ويتفرع من هذا التساؤل الأسئلة الفرعية التالية:

- ما ألوان التعبير العزفي اللازمة لطلاب شعبة التربية الموسيقية بكلية التربية النوعية؟
- ما مستوى إتقان طلاب شعبة الموسيقى بالفرقة الثالثة لألوان التعبير العزفي ؟
- ما صورة التدريب العقلي التي يمكن استخدامه في تنمية بعض مهارات التعبير العزفي ؟
- ما أثر استخدام التدريب العقلي علي تنمية مهارات التعبير العزفي ؟

تحليل النتائج وتفسيرها

أثبتت الدراسة التحقق من الفروض وذلك من خلال جمع البيانات ومعالجتها إحصائياً وقد يرجع تقدم طلاب العينة في تنمية ألوان التعبير العزفي إلي : برنامج التدريب العقلي وتحديد الصعوبات العزفية لعينة البحث (مقطوعات المازوركا والتغلب عليها) والإطلاع علي الدراسات والبحوث السابقة التي تناولت التدريب العقلي وألوان التعبير العزفي.

جدول رقم (1)

الرتب	العدد	متوسط الرتب	قيمة Z	الدالة
الرتب الموجبة	6	3.50	0.028	دالة
الرتب السالبة	صفر			

يتضح من الجدول السابق وجود فرق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0,05, وذلك من خلال اختبار ويلكسون وهذا الفرق يتجه نحو درجات أفراد المجموعة التجريبية قليلاً وبعدياً وهذا الفرق لصالح درجات المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي .

وترجع الباحثة هذه النتيجة إلي :

1- دراسة برنامج التدريب العقلي والتمهيد لكل مهاره من خلال مهارات العقل الاسترخاء والإنتباه والتصور الذهني.

3- التدريب الفردي للارتقاء بمستوي أداء كل طالبة وصولاً إلي إتقان كل لون من ألوان التعبير العزفي

توصيات البحث ومقترحاته :

- يجب الإهتمام بتنمية ألوان التعبير العزفي لدي الطلاب للإسهام في النهوض والإرتقاء بمستوي العزف في المناهج الدراسية لدي الطلاب؟؟
- عمل دورات تدريبية للقائمين علي تدريس مادة البيانو للتعرف علي طرق التدريس الجديده والتي منها التدريب لعقلي وكيفية توظيفه في كافة مجالات التربية الموسيقية.

قائمة المراجع

اولا- المراجع العربية:

ابنسام ربيع علي حسين (2008): "دراسة تحليلية عزفية لبعض مؤلفات الفالس ليوهان شتراوس وإمكانية إفادة الطالب المعلم في عزفها، رسالة دكتوراه غير منشوره، كلية التربية الموسيقية، جامعة حلوان، القاهرة.

سلوى حسن محمد محمود (1999): " دراسة مسحية عزفية لمجموعة أنا مجدالينا ليوهان سبستيان باخ لألة البيانو"، رسالة ماجستير غير منشوره ، كلية التربية الموسيقية، جامعة حلوان ، القاهرة .

سمر سعد الدين أحمد (1995): " صوناتا البيانو عند فريدريك شوبان ، رسالة ماجستير غير منشوره، كلية التربية الموسيقية ، جامعة حلوان، القاهرة .

سهير مصطفى الشعبيني (1999): "تحسين أداء التعويض الزمني في مؤلفات" شوبان"، باستخدام شرائط الفيديو لكبار عازفي البيانو، مجلة علوم وفنون الموسيقي ، كلية التربية الموسيقية، جامعة حلوان ، القاهرة .

سيد شحاتة (2006): "علم جمال الموسيقي"، دار المعارف، القاهرة .

نجوى أبو النصر (2001): "أسلوب أداء حلية الزغردة trill لألة البيانو في الطبقات المختلفة"، بحث منشور مجلة علوم وفنون الموسيقي، كلية التربية الموسيقية، جامعة حلوان، القاهرة .

نفيسة حسن زغلول (1981): "دراسة لبعض الموسيقىة العناصر التي تلعب دورا هاما في الإخراج الفني للعزف علي آلة البيانو لطلبة كلية التربية الموسيقية"، كلية التربية الموسيقية، جامعة حلوان 1981م .

ثانيا- المراجع الاجنبية :

Miller, Willis Glen dissertation Of Houston:"The effect Of Unequal Temperament on Chopin's Mazourka", D, M, A.

Lathm, Alison: "The Oxford Companion to music", Oxford University press , New York, 2002