

تأثير برنامج مقترح باستخدام قبعات التفكير الست على مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل لدى تلميذات المرحلة الإعدادية

* د/ شيماء عبد العليم عبد الرازق محليس

المقدمة ومشكلة البحث:

يشهد القرن الحالى فى الآونه الأخيرة طفرة هائلة فى كافة العلوم الإنسانية مما ساعد ذلك على التقدم الذى يشهده عصرنا الحالى فى مختلف جوانب الحياة وتعتبر أساليب التدريس هى أحد جوانب هذه العلوم التى تشهد آثار هذه الطفرات وذلك من خلال إستخدام أساليب تعليم جديدة بهدف إتقان المهارات المتعلمة وتطويرها كما أن ليس هناك ما يلزم المعلم بإتباع أسلوب بعينه لأن إستخدام الأسلوب ونجاحه يتوقف على عوامل كثيرة منها المادة المراد تعلمها، الموضوع، كانات المتعلم، لذلك يجب على المعلم أن يختار العديد من الأساليب التى تتناسب مع المتعلم وطبيعة البيئة التدريسية، حيث يُعد الأسلوب التدريسى الذى يراعى الفروق الفردية بين المتعلمين هو الأسلوب الأمثل لتحقيق الأهداف المطلوب تحقيقها من العملية التعليمية. وذلك لمواكبة الإيقاع السريع لعصرنا الحالى، وتعددت هذه الأساليب ومنها أسلوب القبعات الست الملونة، لذلك يجب على المعلم استخدام أساليب التدريس الحديثة فى التعليم للمساهمة فى إعداد جيل مبتكر.

ويعتبر صاحب أسلوب القبعات الست هو طبيب بريطاني يسمى (إدوارد دي بونو Edwrd Dy Bonu) ساعدته مهنته الطبية على التعمق فى أبحاث التفكير و الدماغ فابتكر عدة أساليب فى التفكير منها أسلوب القبعات الست، حين أنه يرى أن للألوان دلالات تضيفى جوا نفسيا على التفكير، وقد تم إختيار الألوان بطريقة تتوافق مع طبيعة تفكير كل قبة، وهذه القبعات ليست قبعات حقيقية يلبسها الفرد إنما هى قبعات نفسية ترمز إلى نوع معين من التفكير ولكل قبة من القبعات مدلول معين، فاللون الأحمر غالبا ما يرتبط بالمشاعر واللون الأصفر لون الشمس مصدر الطاقة واللون الأسود يدل على التشاؤم والتفكير السلبي واللون الأزرق يدل على البرامج والخطط وتلخيص الأفكار والتحكم فى عمليات التفكير واللون الأخضر يدل على الإبداع ففيها حل للمشاكل ووضع البدائل والاقتراحات واللون الأبيض يدل على الاعتناء بالمعلومات المتوفرة والناقصة التى يحتاج إليها الشخص، وربط كل نوع من أنواع التفكير حتى يسهل وصول مدلول التفكير للعامة ويسهل التصنيف وكيفية الإستخدام، فيمكن توضيح دلالة كل قبة من القبعات الست كالتالى :

- * القبة الحمراء: هي قبة تعنى بالمشاعر وترصدها دون أن تحتاج إلى تفسير هذه المشاعر أو الانطباعات كأن يسأل المعلم التلاميذ ما شعوركم عند الفوز بالمنافسة، وهي قبة مهمة حيث أن كثير من مواقفنا من الأشياء تحركها مشاعرنا فعند حننا لشيء لا نرى عيوبه وعند كرهنا لشيء لا نرى محاسنه.
- * القبة الصفراء: هي قبة المحاسن والايجابيات فيسأل المعلم عن فوائد شيء ما والآثار الإيجابية والمحاسن.
- * القبة السوداء: قبة تبحث عن المخاطر والمشاكل والعيوب الظاهرة والباطنة فعند الحديث عن شيء ومناقشة كيفية تعلم احد المهارات مثلا فإننا نتعرف العقبات التي قد تواجهنا فإنها تساعدنا على تفاديها فعند استخدامها يسأل المعلم ماالعواقب، ما المخاطر، ما المشاكل التي يواجهها.
- * القبة الزرقاء: تعنى هذه القبة بالبرامج والخطط وتلخيص الأفكار والتحكم في عمليات التفكير فهي تقوم بتلخيص الأفكار فقد يسأل المعلم ما أهم فوائد كذا ؟ اکتبي ما لا يزيد عن سطرين حول صمم شعارا لفريق كرة السلة، ضع جدولاً لمواعيد المباريات.
- * القبة الخضراء: قبة الإبداع ففيها حل للمشاكل ووضع البدائل والاقتراحات لشيء ما ويفتح مجالات للخيال فيسأل المعلم ماذا لو حدث، ما الاقتراحات الممكنة، ما البدائل.
- * القبة البيضاء: وهي التي تعنى بالمعلومات المتوفرة والناقصة التي يحتاج إليها الشخص فهي قبة جمع المعلومات ودائماً ما تأتي في المقدمة فهي أم القبعات ومصدر المعلومات وعادة ما يستخدم فيها أدوات الاستفهام (من، ماذا، متى، لماذا، كيف، كم) فإجابات الأسئلة تكون معلومات ومعارف نحتاجها دائماً في بدء الحديث عن أي موضوع.

(٩ : ١٢، ١٣)

وتعد القبعات الست هي إحدى أفكار دي بونو Dy Bonu أو نظريات عن عملية التفكير حيث يرى أن هناك نماذج متعددة من التفكير لذا أعطى كل قبة لوناً يعكس طبيعة التفكير المستخدم وهي من الأساليب الشيقة والشائعة لتنمية الإبداع وتحسين التفكير. (١٦ : ٤٩)

كما تُعد قبعات التفكير الست أحد أشكال ومهارات التفكير وأحد الإتجاهات الحديثة في تدريس المهارات فوق المعرفية والتي تسهم في زيادة التحصيل المعرفي للتعلمين واكتساب المهارات وتنميتها فهي تهدف إلى إعداد جيل واعى يفكر بطريقة شمولية وبنحو ناقد ومبدع بدلا من أن يتلقى المعلومة ولا يتفاعل معها ومن مميزاتا السهولة والدقة في التفاصيل

بمجموعة من أفكار وأسئلة منظمة يتبعها المعلم عند تدريسه مهارات التفكير الفعال. (١٩-٢٠١)

وقد إعتمدت الباحثه على أسلوب القبعات الست لمسابقة الوثب الطويل للتلميذات عينة البحث، حيث أن أسلوب القبعات الست أحد الأساليب الحديثة بمجال التربية الرياضية نظرا لملائمته مع طبيعة التدريس في التربية الرياضية بصفة عامة ورياضة ألعاب القوى بصفة خاصة، حيث تختلف مسابقات ألعاب القوى بعضها عن بعض فى الخصائص البدنية والفسيولوجية والنفسية المطلوب توافرها لممارستها.

فرياضة ألعاب القوى بفضل تقاليدھا وشموليتها وما تحتويه من مهارات واسعة المجال تعتبر الرياضة الاساسية المثالية وعصب الألعاب الأولمبية ومقياساً لتقدم الشعوب وحضارتها، وتُعد مسابقة الوثب الطويل من المسابقات التي تتطلب قدرات خاصة من اللاعب حيث يجب أن يتمتع المتسابق بقدر كبير من السرعة وكذلك تمتعه بقدر كبير من التحكم العالي والتوقيت الجيد. (٥: ٥٥)

كما تُعد مسابقة الوثب الطويل إحدى مسابقات الميدان فى رياضة ألعاب القوى والتي شملتها كثيراً من التعديلات والتي خصت " تكنيك الأداء" كما إهتم المعنيون بهذه الرياضة من خلال تسخير كافة النظريات والوسائل العلمية لصالح اللاعب واللاعبة حتى وصلت طريقة الوثب إلي ما هي عليه الآن. (١٢)

ومن خلال قيام الباحثه بتدريس مقرر ألعاب القوى بكلية التربية الرياضية - جامعة المنوفية، والإشراف على طالبات الكلية أثناء فترة التربية العملية بمدرسة المساعى الجديدة بمدينة شبين الكوم - محافظة المنوفية لاحظت إنخفاض مستوى الأداء لمسابقة الوثب الطويل لدى تلميذات الصف الأول الإعدادى بمدرسة المساعى الجديدة، وقد تُرجع الباحثه هذا الإنخفاض في المستوى إلى طريقة التعلم المستخدمة والتي تعتمد غالباً على أسلوب الأوامر وهو الأسلوب الذى يقوم على الشرح وإعطاء النموذج للمهارة ثم تصحيح الأخطاء من قبل المعلمة وتكرار الأداء عدة مرات حتى يتعلمه التلميذات، كما أن فاعلية التلميذات في أسلوب الأوامر غير متوفرة بالقدر الكافي، بالإضافة إلى خوفهن من الأداء الخاطئ للمسابقة، الأمر الذى قد يؤدي إلى حدوث قصور في وصول المعلومات الخاصة بالمسابقة المتعلمة للتلميذات، وبالتالي ضعف مستوى أدائهن لها، لذا يجب تهيئة ظروف نفسية مشجعة ودافعة في جو يثير الإهتمام والتقبل للنشاط، ومن خلال إطلاع الباحثه على العديد من المراجع العلمية وجدت أن

اختيار الأسلوب الأمثل في تعلم أي مسابقة هو الذي يحقق النتائج المطلوبة ويضمن إنتقال أثر التعلم الايجابي والذي يتناسب مع المستوى العمري للتمييزات ومدى صعوبة المسابقة المراد تعلمها، لذا رأَت الباحثة أن أسلوب قبعات التفكير الست يُعد أحد أساليب التعلم والذي قد يكون ذو تأثير إيجابي في تعلم التلميذات مسابقة الوثب الطويل، كما يعمل على مساعدتهن على التحصيل والممارسة وبالتالي رفع مستوى أدائهن المهاري، الأمر الذي دعا الباحثة إلى استخدام أسلوب قبعات التفكير الست والتعرف على تأثيره على مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل لدى تلميذات المرحلة الإعدادية.

أهمية البحث:

- ١- إعطاء فرصة كاملة للطالبات للتعرف على مسابقة الوثب الطويل.
- ٢- تقديم برنامج مقترح لتعلم مسابقة الوثب الطويل من خلال أسلوب قبعات التفكير الست والذي يتيح للطالبات الفرصة للتفكير وإكتشاف المعارف والمعلومات والقيام بالربط بين تلك المعلومات مما يساهم في تحسين مستوي الأداء المهاري لدى الطالبات.

أهداف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على :

- ١- تأثير استخدام أسلوب قبعات التفكير الست على مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل لدى تلميذات المرحلة الإعدادية قيد البحث.
- ٢- تأثير استخدام الأسلوب التقليدي (الأوامر) على مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل لدى تلميذات المرحلة الإعدادية قيد البحث.

فروض البحث :

- ١- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية (أسلوب قبعات التفكير الست) فى مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل لصالح القياس البعدى قيد البحث.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة الأسلوب التقليدي (الأوامر) فى مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل لصالح القياس البعدى قيد البحث.
- ٣- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسيين البعديين لكلا المجموعتين (التجريبية، الضابطة) فى مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل لصالح المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث :

القبعات الست:

تُعرف القبعات الستة بأنها "أساليب ذهنية تجعل التفكير واضحاً وبسيطاً وأكثر فاعلية وإنتاجاً، وبعيداً عن التعقيد والإرباك". (٢٣ : ٣٤)

كما تُعرف القبعات الست بأنها "رموز لنماذج من التفكير، تستعمل كل واحدة بنمط معين حول موضوع ما ثم الانتقال إلى نمط آخر في الموضوع نفسه، إذ إن التفكير عملية نظامية منضبطة". (١٦:٤)

وتُعرف أيضاً بأنها "نشاط تفكيرى تتسع فيه رؤية الإنسان للأشياء لتشمل أنماطاً مختلفة ومتعددة للتفكير عن طريق استخدام لغة رمزية وهيكل تنظيمى لمساعدة المفكر فى تنظيم نشاطه التفكيرى". (٨:٤)

كما تعرف إجرائياً بأنها استراتيجية تدريس توجه الشخص نحو التفكير بطريقة معينة حسب لون كل قبعة من قبعات التفكير الست ثم يتحول إلى التفكير بطريقة أخرى والتي تعتمد على عدة خطوات تم التخطيط لها من قبل بهدف تبسيط التفكير وتعدد أنواعه.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

قامت الباحثة باستخدام المنهج التجريبي لمناسبتها لهذا البحث، وذلك باستخدام التصميم التجريبي ذو القياسين (القبلي - البعدي) لمجموعتين إحداهما مجموعة تجريبية والأخرى مجموعة ضابطة.

مجتمع وعينة البحث:

تمثل مجتمع البحث فى تلميذات الصف الأول الإعدادى بمدرسة المساعى الجديدة بمدينة شبين الكوم، محافظة المنوفية والمسجلين بالعام الجامعي ٢٠٢١م - ٢٠٢٢م، والبالغ عددهن (٢١٧) تلميذه، وقامت الباحثة بإختيار عدد (٦٠) تلميذه من مجتمع البحث ليمثلن عينة البحث الأساسية، وقد تم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداهما مجموعة تجريبية إستخدمت أسلوب (قبعات التفكير الست) وبلغ قوامها (٣٠) تلميذه، والأخرى مجموعة ضابطة إستخدمت أسلوب التعلم بالأوامر (التقليدى) وبلغ قوامها (٣٠) تلميذه، كما تم إختيار عدد (١٥) تلميذه بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث كعينة إستطلاعية، وذلك للتأكد من المعاملات العلمية للمتغيرات قيد البحث، كما هو موضح في جدول (١).

جدول (١) توصيف عينة البحث

النسبة المئوية	العدد		التوصيف
٪١٠٠	تلميذه (٢١٧)		مجتمع البحث
٪١٣،٨٢	تلميذه (٣٠)	مجموعة تجريبية	عينة البحث
٪١٣،٨٢	تلميذه (٣٠)	مجموعة ضابطة	
٪٦،٩١	تلميذه (١٥)	مجموعة استطلاعية	
٪٣٤،٥٥	تلميذه (٧٥)		إجمالي عينة البحث

يتضح من جدول (١) أن إجمالي مجتمع البحث من تلميذات الصف الأول الإعدادى بمدرسة المساعى الجديدة بمدينة شبين الكوم، محافظة المنوفية والمسجلين بالعام الجامعي ٢٠٢١م - ٢٠٢٢م، وبلغ عددهن (٢١٧) تلميذه، كما بلغ إجمالي عينة البحث (٧٥) تلميذه بنسبة مئوية (٣٤،٥٥٪)، ومقسمة إلى ثلاث مجموعات الأولى تجريبية عددها (٣٠) تلميذه بنسبة مئوية (١٣،٨٢٪)، والثانية ضابطة عددها (٣٠) تلميذه بنسبة مئوية (١٣،٨٢٪)، والثالثة استطلاعية عددها (١٥) تلميذه بنسبة (٦،٩١٪).

إعتدالية توزيع عينة البحث :

قامت الباحثة بالتأكد من إعتدالية توزيع عينة البحث الأساسية والإستطلاعية من تلميذات الصف الأول الإعدادى والبالغ عددهن (٧٥) تلميذه، وذلك فى متغيرات (العمر الزمنى- الطول- الوزن - الذكاء)، وكذلك بعض المتغيرات البدنية الخاصة بمسابقة الوثب الطويل، وتم حساب معامل الالتواء له جميع أفراد العينة للتأكد من وقوعها تحت المنحنى الإعتدالى، كما هو موضح بجدول (٢).

جدول (٢)

إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى متغيرات (العمر الزمنى-الوزن-الطول-الذكاء) ن= ٧٥

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابى	الوسيط	الانحراف المعيارى	معامل الالتواء
العمر الزمنى	السنة	١٢،٦٣	١٢،٣٠	١،٠١	٠،٩٨٠
الطول	السنتيمتر	١٤٢،٣٠	١٤١،٠٠	٥،٥٢	٠،٧٠٧
الوزن	الكيلو جرام	٤٠،١١	٣٩،٥٠	٤،٦٩	٠،٣٩٠
الذكاء	الدرجة	٤٢،٧٠	٤١،٤٠	٥،٤٢	٠،٧٢٠

يتضح من خلال جدول (٢) أن معامل الالتواء فى متغيرات (العمر الزمنى- الوزن- الطول- الذكاء). يتراوح بين (٠،٣٩٠،٠٠،٩٨٠) أى إنحصرت بين (٣±) مما يدل على إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث من تلميذات المرحلة الإعدادية فى هذه المتغيرات.

جدول (٣)

إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في بعض المتغيرات البدنية لمسابقة الوثب الطويل ن = ٧٥

الإلتواء	الإحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	الإختبارات البدنية المستخدمة
٠،٠٧٠	١،٢٩	١٠،٧٦	١٠،٧٩	الثانية	إختبار الجرى الزجراجي
٠،٠٣٦	١،٦٧	١،١٩	١،٢٦	المتز	إختبار الوثب العريض من الثبات
٠،٥٥١	٠،٤٩	٥،٦٢	٥،٧١	الثانية	إختبار العدو ٣٠م من البدء العالي
٠،٢٦٧	١،٨٠	٤،٤٠	٤،٥٦	السننيمتر	إختبار ثنى الجذع أماما أسفل
١،٣٣	٠،٧٢	٧،٣٠	٧،٦٢	الثانية	إختبار الدوائر المرقمة

يتضح من خلال جدول (٣) تجانس أفراد عينة البحث في بعض المتغيرات البدنية الخاصة بمسابقة الوثب الطويل، حيث تراوحت قيمة معامل الإلتواء بين (١،٣٣، ٠،٠٣٦) أي انحصرت بين (٣±) مما يدل على إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في تلك المتغيرات. تكافؤ مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في متغيرات (العمر الزمني - الطول - الوزن - الذكاء):

قامت الباحثة بإجراء التكافؤ لعينة البحث الأساسية (الضابطة - التجريبية) من تلميذات المرحلة الإعدادية والبالغ عددهن (٦٠) تلميذه، في متغيرات (العمر الزمني - الطول - الوزن - الذكاء)، كما هو موضح بجدول (٤):

جدول (٤)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في متغيرات (العمر الزمني - الطول - الوزن - الذكاء) ن = ١ ن = ٢ = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة "ت"
		س-	ع±	س-	ع±	
العمر الزمني	السنة	١٢،٣٩	٠،٥٧	١٢،٥٥	٠،٦٢	١،٢٦
الطول	السننيمتر	١٤١،٤٧	٥،١٩	١٤٠،٩٥	٤،٩٨	٠،٥٥٦
الوزن	الكيلو جرام	٣٨،١٣	٤،٢٥	٣٨،٤٠	٤،١٣	٠،٣٥٠
الذكاء	الدرجة	٤٠،٧٤	٤،٩٦	٤١،٣٥	٥،١٠	٠،٦٥٩

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠،٠٥) = (٢،٠٠٠)

يتضح من خلال جدول (٤) وجود فروق غير دالة إحصائياً بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في متغيرات (العمر الزمني - الطول - الوزن - الذكاء) مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في هذه المتغيرات.

تكافؤ مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في بعض المتغيرات البدنية لمسابقة الوثب الطويل:

قامت الباحثة بإجراء التكافؤ لعينة البحث الأساسية (الضابطة - التجريبية) من تلميذات المرحلة الإعدادية والبالغ عددهن (٦٠) تلميذه، وذلك في بعض المتغيرات البدنية لمسابقة الوثب الطويل، كما هو موضح بجدول (٥):

جدول (٥)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في بعض المتغيرات البدنية لمسابقة الوثب الطويل ن = ١ = ٢ = ٣٠

قيمة "ت"	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	الإختبارات البدنية المستخدمة
	س-	ع±	س-	ع±		
٠,٥٢٢	١٠,٨٧	١,٣١	١٠,٧٥	١,١٩	الثانية	إختبار الجري الزجراجي
٠,١٦٠	١,١٩	١,٧٩	١,٢٤	١,٥٩	المتر	إختبار الوثب العريض من الثبات
٠,٢٩٠	٥,٦٩	٠,٣٩	٥,٧١	٠,٣٦	الثانية	إختبار العدو ٣٠م من البدء العالي
٠,٢٢٦	٤,٦٠	١,٦٤	٤,٦٧	١,٧٣	السنتيمتر	إختبار ثني الجذع أماما أسفل
٠,٩٣٨	٧,٥١	٠,٥٠	٧,٦٠	٠,٥٤	الثانية	إختبار الدوائر المرقمة

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٢,٠٠٠)

يتضح من جدول (٥) وجود فروق غير دالة إحصائياً وذلك بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في بعض المتغيرات البدنية لمسابقة الوثب الطويل، مما يدل على تكافؤ المجموعتين في تلك المتغيرات.

تكافؤ مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في مستوى الأداء لمسابقة الوثب الطويل:

قامت الباحثة بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية من تلميذات المرحلة الإعدادية، والبالغ عددهن (٦٠) تلميذه، وذلك في مستوى الأداء الفني والرقمي لمسابقة الوثب الطويل، كما هو موضح من خلال جدول (٦):

جدول (٦)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في مستوى الأداء لمسابقة الوثب الطويل ن = ١ = ٢ = ٣٠

قيمة "ت"	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
	س-	ع±	س-	ع±		
١,٢٢٤	٢,٣٩	٠,٦٠	٢,٥١	٠,٤٦	الدرجة	مستوى الأداء الفني لمسابقة الوثب الطويل
٠,٢٤٨	١,٣٥	١,٤١	١,٢٩	١,٢١	الدرجة	
٠,٤٠٠	١,٢٧	١,٣٩	١,٣٧	١,٣٢	الدرجة	
٠,٢٤٨	١,٤٩	٠,٧٢	١,٤٦	٠,٥٩	الدرجة	
٠,٢٢٦	١,١٢	١,١٩	١,١٧	١,٢١	المتر	المستوى الرقمي لمسابقة الوثب الطويل

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٢,٠٠٠)

يتضح من جدول (٦) وجود فروق غير دالة إحصائياً بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية، مما يدل على تكافؤ المجموعتين في مستوى الأداء لمسابقة الوثب الطويل.

أدوات ووسائل جمع البيانات المستخدمة بالبحث:

جهاز الرستاميتز لإستخدامه في قياس الطول (سم)، ميزان طبي لإستخدامه في تحديد الوزن (كجم)، شريط قياس لإستخدامه في قياس المسافة (متر)، ساعة إيقاف لقياس الزمن بالثانية، عدد من الكرات الطبية المتنوعة، عدد من الصناديق المقسمة.

إستمارات تسجيل البيانات قيد البحث :

قامت الباحثة بتصميم الاستمارات اللازمة لتسجيل القياسات الخاصة بالبحث وذلك من أجل تجميعها وجدولتها تمهيداً لمعالجتها إحصائياً وتتمثل فيما يلي :

- إستمارة تسجيل قياسات التلميذات في متغيرات (العمر الزمني- الطول- الوزن- الذكاء).

مرفق (١)

- إستمارة تقييم مستوى الأداء الفني والرقمي لدى تلميذات المرحلة الإعدادية في مسابقة

الوثب الطويل. مرفق (٢)

- إختبار الذكاء المصور مرفق (٧):

إستخدمت الباحثة إختبار الذكاء المصور لقياس مستوي الذكاء وقام بإعداده أحمد صالح (٣).

إستمارة إستطلاع آراء السادة الخبراء وذلك لتحديد مكونات عناصر اللياقة البدنية الخاصة بمسابقة الوثب الطويل والإختبارات التي تقيسها، حيث قامت الباحثة بتصميم إستمارة إستطلاع آراء الخبراء، وذلك لتحديد مكونات عناصر اللياقة البدنية الخاصة بمسابقة الوثب الطويل قيد البحث مرفق (٤)، حيث تم عرضها على السادة الخبراء، وقد إرتضت الباحثة نسبة (٨٠% فأكثر) من آراء الخبراء لإختيار مكونات عناصر اللياقة البدنية الخاصة بمسابقة الوثب الطويل قيد البحث، وبالتالي تمثلت تلك العناصر في كل من السرعة الإنتقالية، القوة المميزة بالسرعة، التوافق، الرشاقة، المرونة، كما قامت الباحثة بتصميم إستمارة إستطلاع آراء السادة الخبراء، وذلك لتحديد الإختبارات المتنوعة التي تقيس مكونات عناصر اللياقة البدنية الخاصة بمسابقة الوثب الطويل قيد البحث مرفق (٦)، وذلك من خلال إجراء مسح مرجعي للمراجع العلمية المتخصصة والدراسات السابقة في مجال ألعاب القوي وكذلك الإختبارات والمقاييس، والتي من خلالها إستخلصت الباحثة أكثر هذه الإختبارات استخداماً لقياس تلك المكونات البدنية ثم تم وضعها في استمارة مرفق (٦)، وقد روعي في الاستمارة الإضافة والحذف وذلك بما

يناسب رأى الخبير وتم عرضها على السادة الخبراء، وقد ارتضت الباحثة نسبة (٨٠% فأكثر) من آراء الخبراء لإختبار الإختبارات التى تقيس مكونات عناصر اللياقة البدنية الخاصة بمسابقة الوثب الطويل، وبالتالي تمثلت تلك الإختبارات فيما يلى:

جدول (٧)

الإختبارات التى تقيس مكونات عناصر اللياقة البدنية الخاصة بمسابقة الوثب الطويل

الصفة البدنية	الإختبارات البدنية المستخلصة
الرشاقة	إختبار الجرى الزجاجى
القوة المميزة بالسرعة	إختبار الوثب العريض من الثبات
السرعة الإنتقالية	إختبار العدو ٣٠م من البدء العالى
المرونة	إختبار ثنى الجذع أماما أسفل
التوافق	إختبار الدوائر المرقمة

يتضح من خلال جدول (٧) الإختبارات البدنية المستخلصة والتي تقيس مكونات عناصر اللياقة البدنية الخاصة بمسابقة الوثب الطويل قيد البحث.

المعاملات العلمية (الصدق- الثبات) للإختبارات قيد البحث:

١. صدق الإختبارات :

قامت الباحثة بإيجاد صدق الإختبارات البدنية الخاصة بمسابقة الوثب الطويل عن طريق صدق المضمون، حيث قامت الباحثة بعرض الاختبارات على عدد (٣) من السادة الخبراء في مجال ألعاب القوى مرفق (٣)، وذلك لإبداء رأيهم في مناسبة تلك الاختبارات المستخدمة فيما وضعت من أجله وكذلك مناسبتها للمرحلة السنوية المستهدفة قيد البحث، وقد أسفرت نتائج استطلاع رأى الخبراء على موافقتهم بنسبة (١٠٠%)، مما يدل على صدق الإختبارات المستخدمة قيد البحث، وإختبار الذكاء المصور تم إستخدام الصدق الذاتى.

٢. ثبات الاختبارات :

قامت الباحثة بإيجاد معامل الارتباط بين كل من التطبيقين الأول والثانى للاختبارات البدنية الخاصة بمسابقة الوثب الطويل وذلك عن طريق تطبيق الإختبارات البدنية وإعادة تطبيقها Test.Retest بفارق زمنى مقداره (٧) أيام بين التطبيقين، وتم تطبيق الاختبارات على عينة الدراسة الاستطلاعية البالغ عددها (١٥) تلميذه، وبالنسبة لإختبار الذكاء المصور تم حساب معامل الارتباط البسيط بين نتائج التطبيقين الأول والثانى، ويتضح قيم معاملات الارتباط بين التطبيقين من خلال جدول (٨)، (٩):

جدول (٨)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للإختبارات البدنية الخاصة بمسابقة الوثب الطويل

ن = ١٥

قيمة "ر"	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الإختبارات البدنية قيد البحث
	ع±	س-	ع±	س-		
*٠,٨٧٤	١,٢٧	١,٠٨٢	١,٣٠	١,٠٩١	الثانية	إختبار الجرى الزجراجي
*٠,٩٠٥	١,١٩	١,٢٣	١,٣٧	١,٢٢	المتر	إختبار الوثب العريض من الثبات
*٠,٨٤٦	٠,٥٠	٥,٦٩	٠,٥٤	٥,٧٩	الثانية	إختبار العدو ٣٠م من البدء العالي
*٠,٧٩٣	١,٧١	٤,٧٧	١,٦١	٤,٦٦	السنتيمتر	إختبار ثنى الجذع أماما أسفل
*٠,٨٩١	٠,٥٩	٧,٤٩	٠,٦٣	٧,٥٤	الثانية	إختبار الدوائر المرقمة

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٠,٥١٤

يتضح من جدول (٨) وجود إرتباط ذات دلالة إحصائية بين كل من التطبيقين الأول والثاني وذلك في الإختبارات البدنية الخاصة بمسابقة الوثب الطويل قيد البحث عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، مما يدل ذلك على ثبات تلك الإختبارات المستخدمة قيد البحث.

جدول (٩)

المعاملات العلمية (الثبات - الصدق الذاتي) لإختبار الذكاء المصور ن = ١٥

الصدق الذاتي	قيمة "ر"	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات
		ع±	س-	ع±	س-		
٠,٨٢٧	*٠,٧٣٦	٤,٣٦	٤٠,٧٢	٤,٥٩	٣٩,١٣	الدرجة	الذكاء

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٠,٥١٤

يتضح من جدول (٩) أن قيم معامل الثبات لإختبار الذكاء كانت (٠,٧٣٦) والجذر التربيعي لمعامل الثبات (الصدق الذاتي) لإختبار الذكاء كانت (٠,٨٢٧) مما يشير إلى ثبات وصدق الاختبارات المستخدمة قيد البحث.

تقييم مستوى الأداء الفني لمسابقة الوثب الطويل:

قامت الباحثة بالإستعانة بلجنة محكمين مكونة من (٣) محكمين في مجال ألعاب القوى، وذلك لتقييم مستوى الأداء الفني لمسابقة الوثب الطويل لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية من خلال الأداء لكل مرحلة من المراحل الفنية الخاصة بمسابقة الوثب الطويل وإتفقت لجنة التحكيم فيما بينهم أن تكون درجة أداء كل مرحلة من المراحل الفنية لمسابقة الوثب الطويل (الإقتراب. الإرتقاء. الطيران. الهبوط) من (١٠) درجات، ويتم تدوين هذه الدرجات في

الإستمارات التي أعدتها الباحثة، كما تم قياس المسافة التي حققتها كل تلميذه بإستخدام شريط القياس لأقرب سنتيمتر وحساب أفضل محاولة من المحاولات الثلاثة.

البرنامج التعليمي بإستخدام أسلوب قبعات التفكير الست:

- الهدف العام للبرنامج التعليمي:

يهدف البرنامج المقترح إلى تعليم مسابقة الوثب الطويل لتلميذات الصف الأول الإعدادى بمدرسة المساعي الجديدة واللائى يمثلن عينة البحث التجريبية، قامت الباحثة بتقسيم أهداف البرنامج إلى ثلاثة أهداف وفقاً لجوانب التعلم وتمثلت فيما يلي :

الأهداف المعرفية:

- معرفة التلميذه للنواحى القانونية الخاصة بمسابقة الوثب الطويل.
- معرفة التلميذه للمراحل الفنية لمسابقة الوثب الطويل.
- معرفة التلميذه كيف تفرق بين الأداء الفنى الصحيح والأداء الخاطئ لمسابقة الوثب الطويل.

الأهداف المهارية:

- تؤدى التلميذه المراحل الفنية لمسابقة الوثب الطويل بدقة وإتقان.
- تؤدى التلميذه مسابقة الوثب الطويل وفقاً لشروط الأداء الفنى الصحيح.

الأهداف الوجدانية:

- مشاركة التلميذه بايجابية فى الأداء والتخلى عن السلبية.
- تعاون كل تلميذه مع زميلاتها عند أدائهن التدريبات المتعلقة بمسابقة الوثب الطويل قيد البحث.
- تُقبل التلميذه على تعلم مسابقة الوثب الطويل بسعادة.

أسس وضع البرنامج التعليمي :

- أن يتناسب البرنامج مع قدرات التلميذات بما يراعى الفروق الفردية لديهن.
- مراعاة مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب فى عملية التعلم والتميز بالبساطة والتنوع.
- مراعاة توفير الإمكانيات اللازمة والمكان المناسب لتنفيذ البرنامج التعليمي.
- مراعاة تقديم تغذية راجعة للتلميذه من خلال الصور التوضيحية للأداء الفنى لمسابقة الوثب الطويل.
- استخدام عبارات التشجيع والإثابة الفورية.
- ان تكون محتويات البرنامج بسيطة وغير مركبة.

- مراعاة توزيع محتوى البرنامج على عدد الوحدات.
- أن يتمشى البرنامج المقترح مع ميول ورغبات عينة البحث
- عدم الوصول بالتلاميذ إلى مرحلة الإجهاد.

مميزات تطبيق أسلوب قبعات التفكير الست في التدريب:

- سهولة التعليم والتعلم.
- تستخدم على جميع المستويات.
- تغذي بناء التركيز والتفكير الفعال.
- تقضي على أسلوب التفكير المتعكس.

وتعطي للفرد الآتي :

- أفقا واسعا للإستماع الجيد لجميع وجهات النظر من جميع الأشخاص ومن عدة أوجه.
- منطقا علميا ينص ويؤكد على أن التفكير مهارة يمكن تعلمها وممارستها وإتقانها.
- التركيز على أهمية المعلومات والتدقيق الواعي في مصداقيتها .
- إتقان عملية الموازنة بين القبعات الست
- زرع أرض خصبة ومناسبة لممارسة الإبداع و ينسجم مع تطبيقات الإبداع حيث يتضمن تقديم مقترحات وتطوير أفكار جديدة.
- تجعل التلميذ ملما بجميع جوانب الموضوع أو المشكلة فلا ينظر لها من جانب واحد.
- تجعل التلميذ يحس بالآخرين فيتفاعل معهم ويتعاطف معهم ويفهم طريقة تفكيرهم مع قدرة أكبر على فهم الآخرين واحتوائهم والمرونة في مما يجعل التلميذ منفتحاً على آراء الآخرين وأفكارهم.
- التفكير في خطوط متوازية مع الآخرين والخروج من عادة الانتصار للفكرة الواحدة.
- الاعتراف بالمشاعر كجزء من التفكير.

خطوات وضع البرنامج :

- تحديد الخطوات التعليمية الخاصة بمسابقة الوثب الطويل المناسبة للمرحلة السنوية والتي يتم تدريسها بالصف الأول الإعدادي.
- تحديد تدريبات الإعداد البدني.

محتوى البرنامج التعليمي المقترح:

قامت الباحثة بإجراء مسح مرجعي وذلك من خلال المراجع العلمية المتخصصة فى ألعاب القوى وذلك للوقوف على الأداء الفني لمسابقة الوثب الطويل،، وكذلك القواعد القانونية

المنظمة لأداء هذه المسابقة، وقامت الباحثة بوضع الخطة الزمنية لتطبيق البرنامج المقترح لتعلم مسابقة الوثب الطويل، حيث تم توزيع محتوى الوحدات التعليمية لمسابقة الوثب الطويل بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع الواحد، مع العلم بأن زمن الوحدة التعليمية (٤٥ دقيقة)، وتم تقسيمها بواقع (١٥ دقيقة) خاصة بالإحماء والإعداد البدني، ومدة زمنية مقدارها (٢٦ دقيقة) للتطبيق العملي للبرنامج، وأيضاً مدة زمنية مقدارها (٤ دقائق) للجزء الختامي، وقد إستغرق تنفيذ البرنامج التعليمي المقترح أربعة أسابيع، وقامت الباحثة بإستخدام البرنامج التعليمي المقترح (قبعات التفكير الست) مع أفراد عينة البحث التجريبية، كما تم إستخدام أسلوب التعلم بالأوامر (الطريقة التقليدية) مع أفراد عينة البحث الضابطة.

وقامت الباحثة بعرض محتوى البرنامج التعليمي المقترح مرفق (٨) على مجموعة من خبراء ألعاب القوى وطرق التدريس بكليات التربية الرياضية، وذلك لإستطلاع آرائهم حول مدى صلاحية البرنامج المقترح بإستخدام أسلوب (قبعات التفكير الست)، وقد إتفقوا على مناسبة محتوى البرنامج التعليمي وكذلك مناسبته للعينة وصلاحيته للتطبيق مع إجراء بعض التعديلات المقترحة والتي قامت الباحثة بإستكمالها قبل التطبيق.

كما أجرت الباحثة دراسة إستطلاعية على عينة البحث الإستطلاعية والبالغ عددهن (١٥) تلميذه، بغرض تنفيذ وحدة تعليمية من وحدات البرنامج التعليمي المقترح، وذلك لمعرفة مدى ملائمة الوحدة بالبرنامج التعليمي بإستخدام أسلوب (قبعات التفكير الست) وصلاحيتها للتطبيق على العينة الأساسية، وكذلك إكتشاف ما قد يظهر من صعوبات أثناء عملية التطبيق، وأسفرت نتائج التطبيق عن مناسبة الوحدة التعليمية بالبرنامج بإستخدام (قبعات التفكير الست)، والتعرف على الصعوبات والعمل على تذليلها.

وراعت الباحثة ما يلي عند التخطيط للبرنامج التعليمي المقترح بإستخدام قبعات التفكير الست:

- ١- مراعاة وضع الخطوات التعليمية لمسابقة الوثب الطويل على شكل مهام تعليمية وحركية من خلال أسلوب التدريس (قبعات التفكير الست).
- ٢- تصنيف المحتوى تبعاً للقبعة المناسبة: مثال إذا وجد المعلم الدرس متضمناً لفوائد شيء ما إذا فهو يتناسب مع القبعة الصفراء وإذا وجد تعداداً لبعض السلوكيات الخاطئة إذا فهو يتناسب مع القبعة السوداء.
- ٣- تنظيم المعلومات المستخلصة كالأتي:
- يبدأ بتدوين الأسئلة الخاصة بالقبعة البيضاء أي الأسئلة التي تبدأ بمن، ومتى، كيف، لماذا، كم) أي الأسئلة التي تساعد على جمع المعلومات.

- يجمع الأسئلة التي تتكلم عن الجوانب المختلفة كالجانب الحسى والتي تخص القبعة الحمراء وكذلك باقى القبعات.
- يكون قد قام المعلم بتنظيم المعلومات بشكل يساعد على التعلم ويساعدة على البدء السليم فى تنفيذ الدرس.
- وفى مرحلة التنفيذ لأسلوب "قبعات التفكير الست" يقوم المعلم بالبدء فى شرح النقاط التعليمية لمسابقة الوثب الطويل وعند البدء فى مناقشة المحتوى يطلب المعلم من التلاميذ ما يلى:
- أن يلبسو القبعة البيضاء وتذكيرهم بما عليهم فعله وهو (معرفة الحقائق والسؤال عنها والإجابة حولها)
- يطلب المعلم من التلاميذ أن يخلعوا القبعة البيضاء وأن يلبسوا القبعة الحمراء (تخيل ذلك) مذكراً إياهم بأنهم معنيان فقط بالتعبير عن مشاعرهم بالقول: أشعر بـ.
- يطلب المعلم من التلاميذ أن يخلعوا القبعة الحمراء وأن يلبسوا القبعة السوداء (تخيل ذلك) وهذا يذكرهم بأن عليهم ذكر العواقب والتحذير من المخاطر المتوقعة
- يطلب المعلم من التلاميذ أن يخلعوا القبعة السوداء وأن يلبسوا القبعة الصفراء (تخيل ذلك) وهنا يذكرهم بأن عليهم أن يركزوا فقط بالايجابيات والفوائد
- يطلب المعلم من التلاميذ أن يخلعوا القبعة الصفراء وأن يلبسوا القبعة الخضراء (تخيل ذلك) وهنا يذكرهم بالتركيز على الأفكار المبدعة والبدائل المتعددة لمعظم المشكلات التي تم الوقوف عليها سابقاً والنظر إليها من منظور جديد متفائل.
- يطلب المعلم من التلاميذ أن يخلعوا القبعة الخضراء وأن يلبسوا القبعة الزرقاء (تخيل ذلك) وهنا يذكرهم بالاهتمام بتلخيص الأفكار وماذا تعلموا من هذه الأفكار كأن يخلصون أهم الفوائد مثلاً بمعنى أن المعلم يفتح حدود التفكير بالموضوع ليكون التلاميذ أكثر توسعاً وعمقاً وفقاً لتصوراتهم وتخفيفاً للقيود التي يعوقوا في العادة
- موقع القبعات الست من التسلسل الزمني داخل الدرس :
- يتم استخدامها في مرحلة النشاط التعليمي والتطبيقي للدرس.
- عدد القبعات ٦ لكل قبعة ٥ دقائق ماعدا القبعة الحمراء لا يستغرق استخدامها أكثر من دقيقة.
- عدد القبعات $\times ٥$ زمن كل قبعة ٥ دقائق = $٢٥ + ١$ دقيقة (القبعة الحمراء) = ٢٦ دقيقة

خطوات تطبيق البحث:

القياسات القبلية :

قامت الباحثه بإجراء القياسات القبلية علي أفراد مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في متغيرات مستوى الأداء الفنى لمسابقة الوثب الطويل فى الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٠٢١/١١/١٤م وحتى يوم الإثنين ٢٠٢١/١١/١٥م، وتم إجراء القياسات القبلية لمستوى الأداء الفنى لمسابقة الوثب الطويل من خلال المحكمين.

تطبيق البرنامج التعليمى المقترح :

قامت الباحثه بتطبيق محتوى البرنامج التعليمى بإستخدام (قبعات التفكير الست) على تلميذات مجموعة البحث التجريبية، وذلك في الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٠٢١/١١/٢١م، وحتى يوم الأربعاء الموافق ٢٠٢١/١٢/١٥م، كما قامت الباحثه بإستخدام الطريقة المعتادة (الأوامر) مع تلميذات المجموعة الضابطة.

القياسات البعدية :

قامت الباحثه بإجراء القياسات القبلية علي أفراد مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية فى متغيرات مستوى الأداء الفنى لمسابقة الوثب الطويل فى الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٠٢١/١٢/١٩م وحتى يوم الإثنين الموافق ٢٠٢١/١٢/٢٠م، وتم إجراء القياسات القبلية لمستوى الأداء الفنى لمسابقة الوثب الطويل من خلال المحكمين، وراعت الباحثه تنفيذ القياسات البعدية تحت نفس الظروف التى تمت من خلالها إجراء القياسات القبلية.

الأساليب الإحصائية قيد البحث:

قامت الباحثه بمعالجة البيانات إحصائياً، بإستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابى
- الإنحراف المعيارى
- الوسيط
- معامل الإلتواء
- معامل الإرتباط لبيرسون.
- إختبار "ت"

عرض ومناقشة نتائج البحث:

أولاً عرض نتائج البحث:

١- عرض نتائج الفرض الأول :

جدول (١٠)

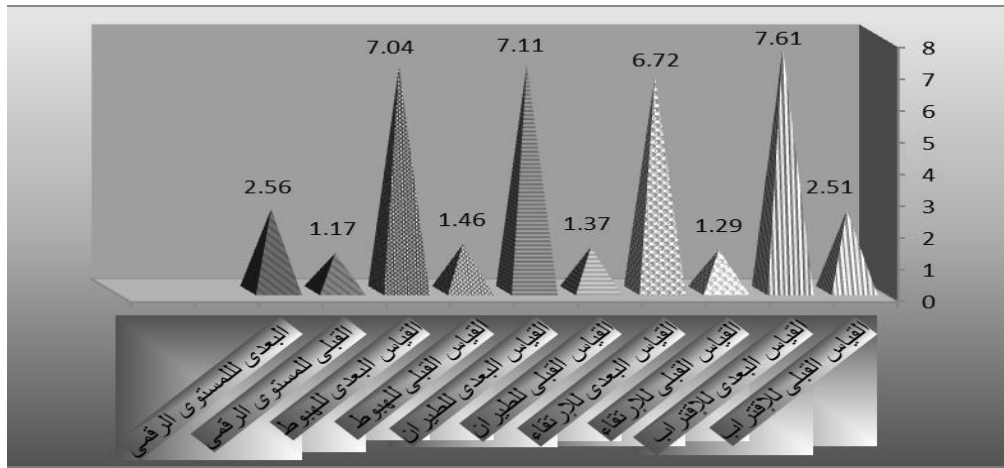
دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى أداء

مسابقة الوثب الطويل ن = ٣٠

قيمة "ت"	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
	±ع	-س	±ع	-س		
٣٨,٦٣٦	٠,٥٤	٧,٦١	٠,٤٦	٢,٥١	الدرجة	مستوى الأداء الفني لمسابقة الوثب الطويل
١٧,٥٧٣	١,١٤	٦,٧٢	١,٢١	١,٢٩	الدرجة	
١٩,٠٧٠	٠,٩٤	٧,١١	١,٣٢	١,٣٧	الدرجة	
٣٠,٤٩٢	٠,٧٩	٧,٠٤	٠,٥٩	١,٤٦	الدرجة	
٤,٥٤٢	١,١٢	٢,٥٦	١,٢١	١,١٧	المتر	المستوى الرقمي لمسابقة الوثب الطويل

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٢,٠٤٥)

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل ولصالح متوسط القياس البعدي.



شكل (١)

متوسط القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل

٢- عرض نتائج الفرض الثاني :

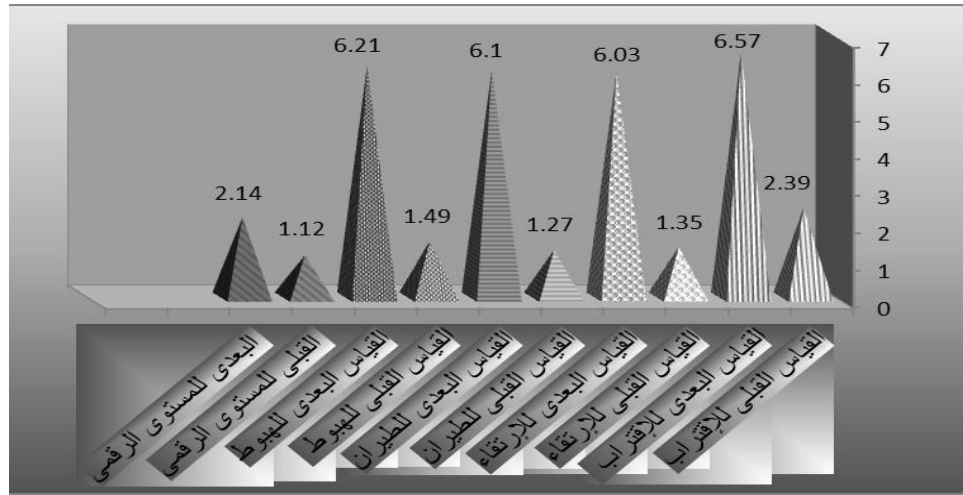
جدول (١١)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل $n = 30$

قيمة "ت"	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
	ع±	س-	ع±	س-		
٢٦,٧٩٥	٠,٥٩	٦,٥٧	٠,٦٠	٢,٣٩	الدرجة	مستوى الأداء الفنى لمسابقة الوثب الطويل
١٤,٤٠٠	١,٠٤	٦,٠٣	١,٤١	١,٣٥	الدرجة	
٨٠٠,١٣	١,٢٧	٦,١٠	١,٣٩	١,٢٧	الدرجة	
٢٥,١٠٦	٠,٧١	٦,٢١	٠,٧٢	١,٤٩	الدرجة	
٣,٣٢٢	١,١٥	٢,١٤	١,١٩	١,١٢	المتري	المستوى الرقمي لمسابقة الوثب الطويل

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية $(0,05) = (2,045)$

يتضح من جدول (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل ولصالح متوسط القياس البعدي.



شكل (٢)

متوسط القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل

٣- عرض نتائج الفرض الثالث :

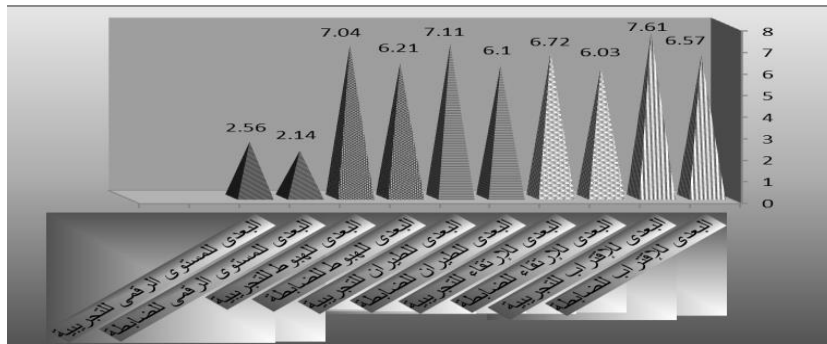
جدول (١٢)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين البعديين لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية
في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل ن=١ ن=٢ = ٣٠

قيمة "ت"	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المتغيرات
	ع±	س-	ع±	س-		
١٠	٠,٥٤	٧,٦١	٠,٥٩	٦,٥٧	الدرجة	الإقتراب
٣,٤٣٣	١,١٤	٦,٧٢	١,٠٤	٦,٠٣	الدرجة	الإرتقاء
٤,٩٠٣	٠,٩٤	٧,١١	١,٢٧	٦,١٠	الدرجة	الطيران
٦,٠١٤	٠,٧٩	٧,٠٤	٠,٧١	٦,٢١	الدرجة	الهبوط
٢,٠١٠	١,١٢	٢,٥٦	١,١٥	٢,١٤	المتر	المستوى الرقمي لمسابقة الوثب الطويل

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٢,٠٠٠)

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين البعديين لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل ولصالح متوسط القياس البعدي للمجموعة التجريبية.



شكل (٣)

متوسط القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل

مناقشة نتائج البحث:

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الباحثه سوف يتم مناقشتها على النحو التالي:

١. مناقشة نتائج الفرض الأول:

يتضح من خلال جدول (١٠)، شكل (١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لتلميذات المجموعة التجريبية في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل

ولصالح متوسط القياس البعدى، حيث كانت قيمة "ت" المحسوبة لمستوى أداء مسابقة الوثب الطويل فى متغيرات (الإقتراب، الإرتقاء، الطيران، الهبوط، المستوى الرقوى)، أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى تلك المتغيرات لصالح القياس البعدى.

وتُفسر الباحثه وجود هذه الفروق بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لطالبات مجموعة البحث التجريبية فى مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل إلى فاعلية البرنامج التعليمى بإستخدام أسلوب قبعات التفكير الست وكذلك إنتظام التلميذات فى الوحدات التعليمية حيث أنهم يؤدون النشاط الاساسى بشكل منتظم طوال فترة تطبيق الدراسة، بالإضافة إلى أن البرنامج التعليمى بإستخدام أسلوب قبعات التفكير الست ساهم فى توفير الفرص الكاملة للتلميذات قيد البحث لتعلم الأداء الفنى لمسابقة الوثب الطويل من خلال تكوين صورة واضحة عن الأداء المطلوب تنفيذه، وكذلك إعطاء المتعلمين مزيد من ثقتهم بأنفسهم، وعدم الشعور بالإحباط واليأس، وتوافر التشويق الذى جعل عملية التعلم سلسلة وسهلة لجميع التلميذات، مما كان له الاثر الأكبر فى تحسين مستوى الأداء لمسابقة الوثب الطويل لدى تلميذات المجموعة التجريبية قيد البحث.

والمتعلم وفقا لاستراتيجية القبعات الست للتفكير هو المحور الرئيسى للعملية التعليمية، حيث يتم تطويع المنهج والتدريس والتقويم بحسب الفروق الفردية بين المتعلمين، واحترام قدراتهم وميولهم ومدى الكشف عن الطاقات الكامنة لديهم ومحاولة استثمارها، كما أنها تتيح للمتعلم أن يفكر بشكل مقصود وإرادى، وإذا أتاحت الفرصة للفرد أن يمارس التفكير بطريقة سليمة تجعله يستطيع أن يقوم بتوليد المعلومات وتقييمها.

ويُعد أسلوب قبعات التفكير الست من الأساليب الشيقة والشائعة لتنمية الإبداع وتحسين التفكير لدى المتعلمين حيث يرى دي بونو Dy Bonu أن هناك نماذج متعددة من التفكير لذا أعطى كل قبعة لونا يعكس طبيعة التفكير المستخدم لدى المتعلمين. (١٦ : ٤٩)

كما أن أسلوب قبعات التفكير الست تمكن التلاميذ من فهم الموضوعات وتحسن تحصيلهم، بالإضافة إلى أن أسلوب القبعات الست توسع أيضاً من خيال وفكر التلاميذ. (٣٤ : ٤)

وتُرجع الباحثه التحسن فى نتائج القياس البعدى إلى استراتيجيه قبعات التفكير الست حيث أنها تجعل المتعلم هو محور العملية التعليمية، وتدريس الوحدة المقدمة للتلميذات فى شكل يجذب انتباههن نتيجة تنوع الأساليب والأنشطة المختلفة التى تخاطب ميول التلميذات

وتستثير دوافعهم وعواطفهم واكتساب المفاهيم والمهارات بشكل بسيط وسهل، بالإضافة إلى أن دورهن يكون فعالاً من خلال المشاركة في الأنشطة لأنها تتيح لهن أن يجربن ويكتشفن ويفرضن الفروض حتى يصلن للإجابة الصحيحة، كما تساعد التلميذات في تحسين قدرتهن على التفكير واتخاذ القرار وحل المشكلات وتنظيم المعلومات بشكل متسلسل وتخزينها بطريقة سهلة يمكنه استرجاعها بسهولة فتصبح ذات معنى، كما أنها استثارت دافعية التلميذات للمشاركة في الإجابة على الأسئلة وجعلها مادة شيقة ومحبة إليهن مما أتاح لهن الفرصة للتفوق والإبداع، حيث تقوم الباحثة بإدارة المحاضرة من خلال طرح الأسئلة المتعلقة بكل مهارة وقيام التلميذات بالإجابة عليها وإبداء آرائهن والتشاور فيما بينهن لإيجاد حلول للمشكلات التي تقوم الباحثة بطرحها.

ويتفق ذلك مع نتائج بعض الدراسات والمراجع والتي أشارت إلى أهمية استخدام قبعات التفكير الست في التدريس لتعلم وإتقان جوانب التعلم المختلفة المهارية والمعرفية. (١)(٢)(٦)(٧)(٩)(١٣)(١٥)(٢٠)(٢٤)

وبهذه النتيجة يتحقق ما جاء بالفرض الأول من فروض البحث والذي ينص على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل لصالح القياس البعدي.

٢- مناقشة نتائج الفرض الثاني :

يتضح من خلال جدول (١١)، شكل (٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلي والبعدي لتلميذات المجموعة الضابطة في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل لصالح متوسط القياس البعدي، حيث كانت قيمة "ت" المحسوبة لمستوى أداء مسابقة الوثب الطويل في متغيرات (الإقتراب، الإرتقاء، الطيران، الهبوط، المستوى الرقمي)، أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تلك المتغيرات لصالح القياس البعدي.

وترجع الباحثة وجود هذه الفروق بين متوسطى القياسين القبلي والبعدي لتلميذات مجموعة البحث الضابطة في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل إلى فاعلية المعلم، ودوره المؤثر والهام في العملية التعليمية من خلال الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي للمراحل الفنية لمسابقة الوثب الطويل المطلوب تعلمها، ثم القيام بتقديم مجموعة من التدريبات المتدرجة

من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب وقيام التلميذات بتنفيذها وتكرار أدائها، وكذلك قيام المعلم بتصحيح الأخطاء لدى المتعلمين وتوجيههم أثناء التطبيق العملي لمسابقة الوثب الطويل مما أدى إلى التعلم بصورة صحيحة، ومن ثم ساهم في حدوث تحسن في نتائج القياسات البعدية مقارنة بالقياسات القبليّة للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء لمسابقة الوثب الطويل قيد البحث.

ويتوقف درجة أداء المتعلم للمهارة على قدرة المعلم على الشرح الجيد للأجزاء المتنوعة للمهارة المطلوب تعلمها من حيث صحة أوضاع أجزاء الجسم أثناء الأداء خلال عملية التعلم. (١٢:١٧)

ويتفق ذلك مع نتائج بعض الدراسات والتي أشارت إلى أن المعلم في هذا الأسلوب يعتبر هو صانع القرار وكذلك المتحكم الرئيسي في العملية التعليمية مما يؤكد نجاح المتعلم، وذلك لأن المعلم هو الذي يحدد خط سيره أثناء العملية التعليمية. (١٢)(١٥)

وبهذه النتيجة يتحقق ما جاء بالفرض الثاني من فروض البحث والذي ينص على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل لصالح القياس البعدى.

٣- مناقشة نتائج الفرض الثالث:

يتضح من خلال جدول (١٢)، شكل (٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين البعديين لمجموعتى البحث الضابطة والتجريبية في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل ولصالح متوسط القياس البعدى للمجموعة التجريبية، حيث كانت قيمة "ت" المحسوبة لمستوى أداء مسابقة الوثب الطويل في متغيرات (الإقتراب، الإرتقاء، الطيران، الهبوط، المستوى الرقوى)، أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تلك المتغيرات لصالح القياس البعدى لتلميذات المجموعة التجريبية.

وترجع الباحثه السبب في تحسن القياسات البعدية لتلميذات المجموعة التجريبية عن القياسات البعدية لتلميذات المجموعة الضابطة في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل إلى أن استراتيجية قبعات التفكير الست ساعدت التلميذات على التفكير بصوت مسموع ومشاركة الأدوار والوعى بما يقومون بتعلمه، إلى جانب الأسئلة التي تطرح عليهن وتساعدهن على

التركيز والانتباه طول زمن المحاضرة والشعور بنوع من التحدى مما يدفعهم إلى البحث والوصول للأفكار التي تفيدهم وتساعدن على حل المشكلات المطروحة بطريقة إبداعية، وإتاحة الفرصة للتلميذات للإعتماد على أنفسهن، كما أنها تتيح للمتعلمة أن تبني معرفتها بنفسها من خلال انتهاكها المباشر مع بيئة التعلم فيحدث ربط للمعرفة الجديدة مع مألوفها من معارف فينتج عن ذلك الربط الإرتقاء بالبنية المعرفية لديها، هذا بالإضافة إلى أن العمل الجماعي للتلميذات يؤدي إلى تحصيل دراسة أفضل من العمل منفردا، حيث أن طبيعة استراتيجيات قبعات التفكير الست تساهم في تحسين عمليات التذكر والإحتفاظ بالتعلم لمدى أطول عن غيرها من الإستراتيجيات، وهذا كله يعد مؤشرا إيجابيا في رفع مستوى التحصيل الدراسي وتعزيز العملية التعليمية، مما أدى إلى سرعة تعلمهن لمسابقة الوثب الطويل قيد البحث، بينما إستخدمت المجموعة الضابطة الطريقة التقليدية والتي تعتمد على الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي وإصلاح الأخطاء الفنية من خلال المعلم، ويكون كل تلميذه دورها التنفيذ فقط مما أسهم ذلك في تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة.

وتوفر استراتيجيات قبعات التفكير الست بيئة تفاعلية تقوم على توليد الأفكار والمشاركة والحوار كما أنها تسهم في اكتساب المعلومات والمعارف المرتبطة بالمقرر المراد تعلمه، واستخدام استراتيجيات قبعات التفكير الست كأحد أشكال ومهارات التفكير وأحد الإتجاهات الحديثة في تدريس المهارات تسهم في اكتساب المهارات وتنميتها فهي تهدف إلى إعداد جيل واعى يفكر بطريقة شمولية وبنحو ناقد ومبدع بدلا من أن يتلقى المعلومة ولا يتفاعل معها ومن مميزات السهولة والدقة في التفاصيل بمجموعة من أفكار وأسئلة منظمة يتبعها المعلم عند تدريسه مهارات التفكير الفعال.

ويتفق ذلك مع نتائج بعض الدراسات والمراجع والتي أشارت إلى فاعلية إستخدام استراتيجيات قبعات التفكير الست في تحسين مستوى أداء المهارات الأساسية فى الرياضيات المتنوعة مقارنة بأسلوب التعلم بالأوامر. (١)(٨)(١٠)(١١)(١٤)(١٧)(١٨)(٢١)(٢٣) وبهذه النتيجة يتحقق ما جاء بالفرض الثالث من فروض البحث والذي ينص على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى القياسين (البعدين) لمجموعتى البحث الضابطة والتجريبية في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية.

الإستنتاجات:

- في ضوء أهداف وفروض البحث وإستناداً إلى المعالجات الإحصائية وما أشارت إليه من نتائج توصلت اليه الباحث إلى الإستنتاجات التالية:
- ١- أثر إستخدام أسلوب (قبعات التفكير الست) تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل لدى تلميذات المجموعة التجريبية وذلك من خلال وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل ولصالح القياس البعدي.
 - ٢- أثر إستخدام أسلوب (قبعات التفكير الست) تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل لدى تلميذات المجموعة الضابطة وذلك من خلال وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل ولصالح القياس البعدي.
 - ٣- تفوق البرنامج المقترح بإستخدام أسلوب (قبعات التفكير الست) لتلميذات المجموعة التجريبية، عن الأسلوب التقليدي المُتبع لتلميذات المجموعة الضابطة وذلك في تعلم مسابقة الوثب الطويل مما يدل على فاعليته وتأثيره الإيجابي في العملية التعليمية، وذلك من خلال وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين البعديين لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

التوصيات :

- في ضوء نتائج البحث وإستخلاصاته توصى الباحث بما يلي:
- ١- ضرورة إستخدام (قبعات التفكير الست) لتحسين مستوى الأداء لمسابقة الوثب الطويل لتلميذات المرحلة الإعدادية.
 - ٢- تزويد القائمين على تعليم مسابقات ألعاب القوى المتنوعة بكيفية استخدام (قبعات التفكير الست) في تعليم تلك المسابقات.
 - ٣- إجراء دراسات مشابهة بإستخدام (قبعات التفكير الست) ومعرفة تأثيره على تعليم المسابقات المتنوعة في ألعاب القوى.

- فى التعليم العالى جامعة أسيوط- مركز تطوير التعليم الجامعى العدد ١٠، يناير.
- ٩- عبد الرحيم الجمعان (٢٠٠٤م): التفكير بطريقة القبعات الست، مركز رعاية الموهوبين.
- ١٠- عزة جابر عبد العزيز (٢٠١٩م): تأثير استخدام قبعات التفكير الست على التحصيل المعرفى وبعض المهارات الحركية لتلميذات المرحلة الابتدائية،المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، جامعة حلوان.
- ١١- على الوردانى على (٢٠١٤م): فاعلية إستخدام استراتيجيتى الذكاءات المتعددة والقبعات الست فى تنمية مستوى التحصيل ومهارات التفكير الناقد لدى طلاب جامعة الدمام، مجلة البحث العلمى فى التربية، العدد ١٥.
- ١٢- عفاف عبد الكريم (١٩٩٤م): التدريس للتعلم فى التربية البدنية والرياضة، أساليب - إستراتيجيات- تقويم، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- ١٣- كوثر كوجك (٢٠٠١م): إتجاهات حديثة فى المناهج وطرق التدريس، ط ٢، القاهرة.
- ١٤- ماهيتاب عزت عقل (٢٠١٩م): " توظيف إستراتيجية قبعات التفكير الست فى فهم تكوين الإيقاعات المركبة فى الصولفيج الإيقاعى "، جامعة القاهرة.
- ١٥- محمود عبد الحليم (٢٠٠٦م): " ديناميكية تدريس التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١٦- محمود محمد علي (٢٠٠٧م): نظرية الذكاء الناجح،الذكاء التحليلي والإبداعي، برنامج تطبيقي.
- ١٧- مشيرة مطاوع بلبوش، عبير ثروة عبد الحميد (٢٠٢٠م): "برنامج قائم على استخدام قبعات التفكير الست لتنمية بعض عادات ومهارات التعبير الفنى لدى طلبة المرحلة الثانوية"، كلية التربية جامعة اسيوط، المجلد ٢٦، أغسطس.
- ١٨- منال عباس حسين (٢٠١٨م): "برنامج إرشادى مقترح قائم على قبعات التفكير الست لتحسين مهارات التفكير، مجلة الإرشاد النفسى، جامعة عين شمس، العدد ٥٣.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 19- **Gable (2014):** The impact of strategy in the conceptual understanding of student " the journal of educational psychology vol "15
- 20- **Oznur Gocmena , Hamit Coskunb (2019):** The effects of the six thinking hats and creativity in brainstorming ,Thinking Skills and Creativity.
- 21- **Ying Hu ,Zhenzhen Ren ,ShiraoYang (2021):** Coordination role of six – hat thinking technique in design team during idea – generation phase of service design , Thinking Skills and Creativity.
- 22- **Ying Hu ,Zhenzhen Ren ,ShiraoYang (2021):** The shifting patterns based on six thinking hats and its relationship with designcreativity, Thinking Skills and Creativity.
- 23- **Yu- Ren Li (2019):** Student position and web –rt of the six thinking hats, Combased argumentation with the suppoputers.
- 24- **Zhang , Xiao Chi , Rudner, Joshua (2019):** Anovel Approach to Debriefing Medical Simulations : The Six thinking Hats Science Reseachar id and orcid (provided by Clarivate) cureus journal article.