

تأثير استخدام الخرائط الذهنية عبر الويب لتحسين مستوى الاداء فى التمرينات الفنيه الايقاعيه

أ.م.د / أمل السيد سليم إبراهيم

أستاذ مساعد بقسم التمرينات و الجمباز والتعبير الحركي بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الرقازيق.

مقدمة البحث :

يشهد العالم الان تغيرات كبيرة في مختلف مجالات الحياة، مما دعى إلى ضرورة إصلاح النظام التربوي بجميع مدخلاته ومخرجاته ، لهذا تتسابق كثير من الأمم لإصلاح نظمها التربوية بهدف إعداد مواطنيها لمواجهة هذه التحديات والتحولت فلا بد من التحرر من تقليديه التربيه والتعليم فى مناهجنا التربويه والذي أصبح اليوم أمراً ضرورياً، ويرجع ذلك الى الثورة التكنولوجية الهائلة في مختلف العلوم، وهذا ادي الي ظهور مستحدثات تقنية وعلمية، أدت الى تغير حياة الانسان وكذلك الارتقاء بالجوانب العلميه والتربويه للعملية التعليميه.

ويشير كلا من "ضياء الدين زاهر وكمال اسكندر"(2014م)،"فاليري فودوف, واخرون **Valery Vodovozov, et al**" (2015م) "**مجدي عزيز**" (2014م) الى أن تكنولوجيا التعليم تحسن الجوانب المختلفة للتعليم والتعلم من أجل تحقيق الارتقاء بالعملية التعليمية وتطبيق الفكر وأساليب تدريسها بهدف الوصول الي اعلي المستويات في الأداء وفقاً لقدرات الطالبات في مختلف المستويات التعليمية، وقد أدي استخدام تكنولوجيا التعليم في مجال التربية الرياضية الي تحرير نظم التعليم من سيطرة الاليات التقليدية وتغيير النظرة الي التليفزيون التعليمي والحاسب الآلي والافلام التعليمية من اعتبارها مجرد وسائل اتصال أو وسائل تعليمية الي كونها مجرد عناصر عضوية في منظومة تكنولوجيا التعليم والتدريب كنظام داخل اطار النظام التربوي العام (8: 49) (32 : 78) (15 : 26)

ومن هنا توضح "أميرة طه"(2011م) وليو واخرون **Leu, D. Jr & Kinze**"(2000م) الى أن التعلم الإلكتروني لا يعنى إلغاء دور المعلم بالعكس يصبح دوره أكثر أهميه وأكثر صعوبه فلا بد أن يكون مبدع ذو كفاءة عاليه يدير العملية التعليميه بإقتدار، ومن المؤكد أن تقنيات الإتصالات والتعليم الإلكتروني أصبح أمراً حتمياً ، وجزءاً أساسياً من التعليم الإلكتروني وما به من تقنيات حديثه لتمكن الطالبه من الاستفاده من المستحدثات فى مجال المواد التعليميه. (1 : 10) (29 : 127)

ويرى أيضا " **السعيد عبد الرزاق**" (2016م) أن الخرائط الذهنية الإلكترونية عبر جوجل درايف إحدى استراتيجيات التعلم النشط ومن الأدوات الفعالة في تدعيم المستويات العليا لمهارات التفكير، حيث تعمل بنفس الخطوات التي يعمل بها العقل البشرى بما يساعد على تنشيط واستخدام شقي المخ وترتيب المعلومات بطريقة

تساعد الذهن على قراءة وتذكر المعلومات بدلا من التفكير الخطى التقليدي لدراسة المشاكل ووضع استراتيجيات بطريقة غير خطية ويتم اعدادها عن طريق برامج الحاسب الآلي وجوجل درايف . (2: 216)

ويشير "طارق عامر" (2013م) "سلمي رستم" (2021م) الى أن أسلوب الخرائط الذهنية تعد من الضروريات الأساسية لتطوير النظم التربوية والتعليمية التي تتيح للطالبه التعلم بطرق ابداعية وتقديم نظرة شمولية والتركيز بشكل كبير أثناء التعلم , فهي تعمل علي زيادة نشاط الطالبة داخل البيئة التعليمية ومشاركتها وتحفيزها وتنمية قدراتها الشخصية وقدرتها علي التعلم الذاتي من خلال المناقشة والاسئلة, فالخرائط الذهنية هدفها مساعدة الطالبات على أن يصبحوا مستقلين في تعلمهم ومعرفة كيفية التعلم دون الرجوع إلى المعلم ولذلك فهي أداة فعالة لمساعدة المتعلمين منخفضي التحصيل للوصول إلى المستوى المطلوب. (9: 50, 33) (7: 5)

ومن هنا تشير "توره عبدالله" (2016م) "مكارم حلمي ومحمد زغلول ورضوان محمد" (2001م) إلى أن خلق بيئة تعليمية مناسبة تساعد الطالبه أثناء تعلم الجملة الحركية ، ولن يتم ذلك إلا من خلال استخدام تكنولوجيا التعليم بأشكالها المختلفة التي تعمل على خلق تلك البيئة ، وتتمكن الطالبه خلالها من تكوين خبراتها التعليمية عن طريق تعلمها كيفية استخدام كافة مصادر المعرفة والوسائل التكنولوجية الحديثة المساعدة جوجل درايف لكي تصل إلى المعلومة بنفسها. (22: 22) (19: 25)

ويؤكد "موسى إبراهيم ، عادل حسن" (1999م), "فراج توفيق" (2007م) "عطيات خطاب" (2006م) على أن مادة التمرينات تعد من المواد التعليمية التي تحظى بجانب كبير من الاهتمام حيث أنها تتميز بالطابع الجمالي والانفعالي المحبب الى النفس الى جانب الاداء المهارى المتميز, بالاضافه الى سلاستها وانسيابها فى الحركات والمهارات وتكسب الطالبات القدره على التذوق الجمالى للاداء الحركى ، كما انها عامل أساسى فى تكوين كافة التصورات التى تسهم بصورة فعالة فى رفع قدراتها البدنية . (20: 23) (13: 28) (12: 40)

مشكلة البحث وأهميته:

من خلال خبرة الباحثة خلال تدريسها لطالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق فقد لاحظت وجود صعوبات في فهم الطالبات ومقدار استيعابهن لمتطلبات الاداء فى الجملة الحركيه ، مع عدم القدرة على الاحتفاظ بالمعلومات أو استخدامها وتوظيفها فى الاداء الحركى أثناء المحاضره أو الامتحان ، إضافة إلى عدم القدرة على الربط بين المهارات الاساسيه والحركات الرابطة والشكل الجمالى للحركه خلال الاداء ؛ كما لاحظت الباحثة أن أسلوب التدريس المستخدم حالياً يعتمد علي التعليم المهارى فقط مما يزيد من العبء الملقى على المعلمه ويجعل الطالبه متلقي سلبي للجملة الحركيه ، وهو ما يؤكد عدم قدرة الطالبات على تطبيق المفاهيم التي تم تدريسها بالكلية حتى يتسنى لها التطبيق العملي للجملة الحركيه.



وهذا ما دفع الباحثة إلى استخدام الخرائط الذهنية عبر جوجل درايف الذى يعتمد على اشتراك الطالب بصورة إيجابية في العملية التعليمية ، كما أنها تساعد الطالب على تعلم أفضل وتحقيق التفاعل بين الطالبات ؛ وإذا فإن البحث الحالي هو محاولة لتجريب تقنية جديدة من التقنيات التكنولوجية الحديثة والتي يمكن من خلالها تقديم محتوى برنامج تعليمي باستخدام شبكة المعلومات الدولية Internet يعمل على دمج الفيديو والنصوص المكتوبة والمؤثرات الصوتية والرسومات الخطية والصور الثابتة والمتحركة لكل مهارة وحركه واداء للجمله الحركيه قيد البحث عبر جوجل درايف وصولاً إلى التعلم الأمثل بأسلوب جديد يغلب عليه عامل الجاذبية والتشويق والإثارة وتقديم تصور ذهني كامل لكل حركه تدريسية للطالبه مما يساعد على سرعة وإتقان التعلم ، وكذلك تعريف الطالبات (الطالبة المعلمة) كيفية استخدام شبكة المعلومات الدولية Internet في التواصل مع الطالبات ، حتى تتمكن من استخدامها فيما بعد عند تخرجها، وذلك من خلال بناء وتصميم وإنتاج برمجية كمبيوتر تعليمية باستخدام الخرائط الذهنية ومعرفة تأثيرها على تعلم بعض المهارات التدريسية للطالبة المعلمة.

ثانياً: هدف البحث:

يهدف البحث إلى إعداد برنامج تعليمي باستخدام الخرائط الذهنية عبر الويب لتحسين مستوى الأداء الحركي ، لدى طالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية جامعة الزقازيق فى التمرينات الفنيه الايقاعيه.

ثالثاً: فروض البحث:

- 1- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعه الضابطة فى مستوى الاداء فى التمرينات الفنيه الايقاعيه لصالح القياس البعدى.
- 2- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعه التجريبية فى مستوى الاداء فى التمرينات الفنيه الايقاعيه لصالح القياس البعدى.
- 3- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين للمجموعه الضابطة والمجموعه التجريبية فى مستوى الاداء فى التمرينات الفنيه الايقاعيه لصالح المجموعه التجريبية.
- 4- توجد نسب تحسن بين القياس القبلي والبعدي لمجموعتى البحث الضابطه والتجريبية لصالح المجموعه التجريبية فى مستوى الاداء فى التمرينات الفنيه الايقاعيه.

رابعاً: مصطلحات البحث

التعليم الإلكتروني:

هو استخدام كافة الأوعية الإلكترونية المتاحة (من شبكة المعلومات الدولية العنكبوتية Internet أو الأقمار الصناعيه أو الإذاعة أو الأفلام أو الأقراص المدمجة أو الفيديو) في العملية التعليمية. (18 : 5)

الخرائط الذهنية:

هى التخطيط الذهني الذى يمكن الفرد من توليد الأفكار وتنظيمها ، وتقديمها للآخرين فضلاً عن اكتساب القدرة على التلخيص الفعال للأفكار التى يقدمها الآخرون خلال المحادثات والعروض التقديمية والاجتماعات. (21): (17).

الانترنت:

هو نظام يتألف من مجموعة من أجهزة الكمبيوتر المتصلة بعضها ببعض بحيث تتمكن من المشاركة في المعلومات لأنها أكبر شبكة كمبيوترات في العالم وهي مفتوحة للجميع ممن يملكون الاتصال. (3: 66-67) **مستوى الاداء:**

هى الدرجة او الرتبة التى تصل اليها الطالبه من السلوك الحركى الناتج عن عمليه التعلم لاكتساب واتقان حركات النشاط الممارس (11: 168) **التمرينات الايقاعيه:**

هى الحركات البدنيه التى توحد بين العقل والروح والجسد والتى تؤدى بغرض تربوى متبعه الاسس والقواعد بهدف تنمية عناصر اللياقه البدنيه سواء لتحقيق هدف تدريبي رياضى او ابداعى تنافسى او ترويحى نفسى او تعويض مهنى او وقائى علاجى. (6: 32) **الدراسات السابقه:**

❖ أجرى "محمد عاطف, محمد رمضان"(2020م) (16) دراسه بعنوان "تأثير الخرائط الذهنية على تعلم بعض المهارات الأساسية فى رياضة الجمباز", وتهدف الى التعرف على تأثير الخرائط الذهنية على تعلم بعض المهارات الأساسية فى الجمباز, واستخدم الباحثين المنهج التجريبي , وأشارت أهم النتائج الى ان استخدام برنامج الخرائط الذهنية اظهر تأثيرا ايجابيا على تعلم المهارات الاساسية فى رياضة الجمباز قيد البحث.

❖ أجرى "نوره على خليفة (2019م) (23) دراسه بعنوان " تأثير الخرائط الذهنية الالكترونية على تعلم بعض مهارات العاب القوى بدرس التربية الرياضية, وتهدف الى اعداد برنامج تعليمى باستخدام الخرائط الذهنية لاكساب الطالبات المعلومات والمعارف عن بعض مهارات العاب القوى , تحسين مستوى اداء بعض مهارات العاب القوى, واستخدم الباحث المنهج التجريبي , وأشارت أهم النتائج الى ان الخرائط الذهنية لها تأثيرا واضحا على تعلم المهارات الحركية فى ألعاب القوى والتحصيل المعرفى للعينة التجريبية.الخرائط الذهنية تعد من أفضل الاستراتيجيات التى يتم التعلم بها ولها أثر أكبر من الاسلوب التقليدى..

❖ اجرت " هاريكرات ومكاريمي Harkirat,Makarimi (2010م) (30) دراسه بعنوان "الخرائط الذهنية البنائية كمنهج تعليمى ونوعية التركيبية الذهنية للطلبة", وتهدف الى التعرف على مقارنة تأثير الخرائط الذهنية البنائية والمنهج التقليدى على نوعية التركيبية الذهنية للطلبة وتصورات الطلبة الذين يدرسون باستخدام الخرائط الذهنية وكذلك الذين يدرسون باستخدام المنهج التقليدى على المدى الذى يمكن ان تستمر فيه البيئة التعليمية البنائية, واستخدمت الباحثان المنهج التجريبي , وأشارت اهم النتائج التى توصل اليها الباحثان ان الخرائط الذهنية لها تأثيرا واضح على التعلم. **التعليق على الدراسات السابقه:**

= اجريت هذه الدراسات العلميه فى الفتره الزمنيه من عام 2010م الى عام 2020 م .
= استخدمت الدراسات العلميه المنهج التجريبي لتنفيذ تجربة البحث.

= معظم الدراسات استخدمت التصميم التجريبي القبلي البعدى لمجموعتين تجريبية وضابطة.
= تنوعت عينات الدراسات السابقة حيث اشتملت على طلاب بالمرحلة الجامعية المختلفة والتعليم قبل الجامعي الثانوي والإعدادي والابتدائية بمختلف المراحل السنوية.
= تراوحت المدة الزمنية لتطبيق البرامج التدريبية المقترحة ما بين (6: 12) اسبوع.
= استخدمت معظم الدراسات السابقة الاساليب الاحصائية التالية: المتوسط الحسابي- الوسيط- الانحراف المعياري - الالتواء- معامل الارتباط البسيط- اختبار "ت"

الاستفادة من الدراسات السابقة:

= استفادة الباحثه التعرف على افضل الاجراءات المناسبه لهذا البحث والتي يمكن ان تؤدي الى تحقيق اهداف البحث

= توجيه اهتمام الباحثه فى اختيار عينة البحث من حيث (طريقة الاختيار - العدد المناسب).

= مساعدة الباحثه فى ترتيب وضبط الاجراءات الخاصه بالقياسات المستخدمه فى برنامج الخرائط الذهنيه
= اختيار الاساليب الاحصائية المناسبه لطبيعة البحث.

= الرجوع الى نتائج الدراسات السابقه فى الاستشهاد العلمى فى الاتفاق والاختلافات فيما يتعلق بنتائج الدراسه الحاليه مع تفسير سبب حدوث الاتفاق والاختلاف.

إجراءات البحث

منهج البحث:

استخدمت الباحثه المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة باستخدام القياس (القبلي - البعدى).

مجتمع وعينة البحث:

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقه العمدية العشوائيه من بين طالبات الفرقة الثالثه بكلية التربيه الرياضيه بنات - جامعة الزقازيق للعام الجامعي (2023- 2024) والبالغ عددهم (980) طالبه، وقد اشتملت عينة البحث على (56) طالبه، وتم تقسيمهن الى مجموعتين متساويتين احدهما مجموعه تجريبية قوامها (23) طالبه ، والثانيه مجموعه ضابطه قوامها ايضا (23) طالبه، وقد تم اختيار عدد (10) طالبات من مجتمع البحث للدراسه بالاختيار العشوائى ليمثلن العينه للدراسه الاستطلاعيه، و(10) طالبات مميزات من الطالبات لايجاد صدق التمايز، وتم اجراء عملية التجانس بين افراد عينة البحث فى بعض المتغيرات التى تؤثر على المتغير التجريبي وهى: العمر الزمنى-الطول-الوزن وبعض المهارات (قيد البحث)، ومتغيرات اللياقه البدنيه (قيد البحث) والجدولين رقمى (1)، (2) يوضحان ذلك.

جدول رقم (1)

تجانس افراد عينة البحث في معدلات النمو والمتغيرات البدنية قيد البحث

ن=56

المتغيرات	القياسات والاختبارات البدنية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
النمو	- الطول	سم	177.51	1.32	177.00	0.52
	- الوزن	كجم	66.21	0.25	66.00	0.11
	- السن	سنة	18.52	0.65	18.50	0.62
المتغيرات البدنية	- القوة العضلية	درجة	31,33	1,75	31,00	0,32
	- مرونة	درجة	10.90	0.71	11.00	0.10
	- توافق	درجة	2.29	0.83	3.00	-0.59
	- رشاقه	درجة	9,95	0,64	10,00	0.47

يشير جدول رقم (1) الى أن قيم معاملات الالتواء لطالبات عينة البحث تراوحت بين (± 3) ، مما يشير إلى اعتدالية مجتمع البحث في معدلات النمو والمتغيرات البدنية ومستوى الاداء قيد البحث.

جدول رقم (2)

تكافؤ افراد عينة البحث في المتغيرات قيد البحث

ن=46

المتغيرات	المقاييس والاختبارات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة "ت"
			ع	م	ع	م	
البدنية	- قوة العضليه	درجة	1,80	31,20	1,86	32,40	1,41
	مرونة	درجة	0,65	11,00	0,71	10,95	1,45
	توافق	درجة	0,98	2,60	0,99	3,69	1,15
	رشاقه	درجة	0,62	9,90	0,68	10,86	1,05

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 2,14$

يشير جدول رقم (2) الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في جميع المتغيرات قيد البحث مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث.

أدوات جمع البيانات :

أولاً : الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- جهاز الرستامير لقياس الطول الكلي للجسم بالسنتيمتر .

- ميزان طبي معايير لقياس الوزن بالكيلو جرام .

- عدد من الأجهزة اللوحية الشخصية Tablet PC .

- صندوق خشبي
- مسطره خشبيه مدرجه
- سبوره
- ساعة إيقاف.
- مقياس معدنى مدرج بالسنتيمتر
- طباشير

ثانيا: استطلاع رأى الخبراء : مرفق (3)

قامت الباحثة باجراء مسح مرجعى للدراسات العلميه التى تناولت المتغيرات البدنيه، وكذلك المراجع العلميه المتخصصه فى التمرينات الفنيه الايقاعيه، لتحديد اهم المتغيرات البدنيه المرتبطه بأداء الاداء الحركى فى التمرينات الفنيه الايقاعيه ، وتم وضع هذه المتغيرات فى استماره خاصه تم عرضها على الخبراء . وأختارت الباحثة المتغيرات البدنية التى تزيد نسبتها المئوية عن 80% ، حيث بلغ عددهم (4) متغيرات هى كما يلى:

ثانيا: الاختبارات البدنية:مرفق (4)

- 1- اختبار قوة عضلات الرجلين " الوثب العمودى لسارجنت "
- 2- اختبار المرونه " ثنى الجذع للامام من الوقوف
- 3- اختبار التوافق " التوافق بين الذراع والعين والكرة "
- 4- اختبار الرشاقه لبارو.

ثالثا: تقييم مستوى أداء الجملة الحركيه فى التمرينات الفنيه الايقاعية قيد البحث:

تم تقييم مستوى الأداء عن طريق لجنة مكونة من عدد (3) أعضاء هيئة التدريس (شعبة التمرينات) بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركى بالكلية على أن تحسب الدرجة من (10) درجات للاداء الحركى للجملة الحركيه فى التمرينات الفنيه الايقاعيه قيد البحث ، وتم قسمة مجموع الدرجات على ثلاثة لحساب درجة الطالبة فى المهارات قيد البحث. مرفق(6)

ثالثاً : المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات قيد البحث:

أولاً: معامل الصدق:

قامت الباحثة بحساب معامل الصدق ، والاختبارات البدنية عن طريق صدق التمايز بأسلوب المقارنة بين المجموعة المميزة ، وهن طالبات بالفرقة الرابعة بالكلية وبلغ عددهن (10) طالبة ، والأخرى مجموعة غير مميزة ، وهى عينة البحث الاستطلاعية وقوامها (10) طالبة من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية ، وجدول (3) يوضح.

جدول رقم (3)

دلالة الفروق بين المجموعتين غير المميزه والمميزه فى الاختبارات المستخدمه قيد البحث

ن=20

المتغيرات	المقاييس والاختبارات	وحدة القياس	المجموعة المميزه		المجموعة غير المميزه		قيمة "ت"
			ع	م	ع	م	
البدنية	- قوة عضلات الرجلين	درجة	1,15	38,26	1,80	31,25	0,65
	مرونة	درجة	0,75	13,25	0,65	11,00	0,59
	توافق	درجة	0,94	1,70	0,83	2,99	0,95
	رشاقه	درجة	0,70	7,39	0,64	9,90	0,85

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 2,14

يتضح من جدول (3) توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين المجموعتين المميزه وغير المميزه فى الإختبارات قيد البحث ولصالح المجموعة المميزه مما يشير إلي صدق الإختبارات فيما تقيس.
ثانياً: معامل الثبات:

تم حساب معامل الثبات للإختبارات قيد البحث عن طريق تطبيق الإختبارات وإعادة التطبيق على أفراد العينة الاستطلاعية وعددهم (10) طالبات ، وبفارق زمنى قدره (5) أيام فى الفترة من 2023/2/26 وحتى 2023/3/2 ، وجدول (4) يوضح ذلك.

جدول (4)

معاملات الإرتباط بين التطبيقين الأول والثانى فى الإختبارات قيد البحث

ن=10

المتغيرات	المقاييس والاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الاول		التطبيق الثانى		قيمة ر
			ع	م	ع	م	
البدنية	- قوة عضلات الرجلين	درجة	1,89	31,20	1,90	33,50	0,781
	مرونة	درجة	0,65	11,00	0,85	11,15	0,930
	توافق	درجة	0,71	2,30	0,80	2,29	0,880
	رشاقه	درجة	0,62	9,89	0,71	10,59	0,780

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 0,496

يتضح من جدول (4) توجد علاقة إرتباطية دال إحصائياً عند مستوى 0.05 بين نتائج التطبيقين الأول والثانى للإختبارات لبدنيه قيد البحث مما يشير إلي ثبات الإختبارات قيد البحث.

سادسا: البرنامج المقترح باستخدام الخرائط الذهنية: مرفق (5)
سابعا: خطوات تصميم برنامج التمرينات المقترح باستخدام الخرائط الذهنية:
اولا : الهدف من البرنامج المقترح:

يهدف البرنامج المقترح الى تصميم برنامج باستخدام الخرائط الذهنية عبر الويب لإكساب الطالبات عينة البحث بعض المعارف ، وتحسين مستوى أدائهن فى التمرينات الفنيه الابقاعيه .
ثانيا : أغراض البرنامج:

وبعد تحديد الأهداف العامة للبرنامج تم صياغتها في صورة إجرائية على شكل سلوك نهائي يمكن ملاحظته وقياسه ووصفها وصفاً إجرائياً يوضح شكل الأداء المتوقع ، وقد تم صياغة الأهداف السلوكية لكل هدف عام .

ثالثا: أسس وضع البرنامج:

راعت الباحثة الاسس التاليه عند بناء البرنامج وهى:

- 1- أن يتميز البرنامج بالبساطه وسهولة الفهم
- 2- أن يراعي التسلسل المطلوب للجمله الحركيه.
- 3- توفير المكان والامكانيات اللازمه لتنفيذ البرنامج
- 4- أن يتناسب المحتوى مع هدف البرنامج .
- 5- مراعاة الفروق الفرديه بين الطالبات.
- 6- أتقان مستوى الاداء وفقا للجدول الزمنى الموضوع ومراعاة مبدأ التدرج فى الصعوبه.
- 7- مراعاة ان يحقق البرنامج الشعور بالتشويق والاثاره والدافعيه.

رابعا: محتوى البرنامج:

قامت الباحثة بتحديد محتويات البرنامج المقترح باستخدام الخرائط الذهنية عبر الويب من خلال المحاضرات التى تسهم فى تحسن مستوى الاداء لطالبات الفرقة الثالثه بكلية التربيه الرياضيه من خلال الاطار النظرى المرجعى ، ونتائج الدراسات والبحوث السابقه والمرتبطة بموضوع البحث الحالى .

الخرائط الذهنية :

قامت الباحثة بتصميم الخرائط الذهنية التي تشتمل على الحركات الرابطه والاساسيه للجمله الحركيه في التمرين فى المحاضره والتي على أساسها قامت الباحثة بوضع البرنامج التعليمي قيد البحث ، وهذا ما يوضحه مرفق (8) .

أساليب التدريس المستخدمة في تنفيذ البرنامج التعليمي :

قامت الباحثة بتحديد الخرائط الذهنية لكل جزء من أجزاء البرنامج التعليمي قيد البحث ثم قامت بتحديد محتويات البرمجية التعليمية باستخدام الويب من خلال التطبيق العملي لما تمت مشاهدته من خلال برنامج تكنولوجيا التعليم مع المجموعة التجريبية بحيث يتم مشاهدة كل جزء البرمجية قيد البحث كما هو محدد بالبرنامج لمعرفة التعليمات المطلوبة للتطبيق العملي خلال المحاضرة .

التوزيع الزمني للبرنامج التدريبي المقترح:

- مدة تطبيق البرنامج التدريبي المقترح (6) اسبوع بناء على رأى الخبراء مرفق (1)
- عدد الوحدات فى الاسبوع وحدتين .

- زمن الوحدة (60) دقيقة .

خامساً: الخطوات التنفيذية للبحث

تم إجراء القياسات القبلية للمجموعه التجريبية والضابطه فى الطول- السن - الوزن- والمتغيرات البدنيه قيد البحث وذلك فى يوم الاحد (2023/3/5م) ويوم الاثنين (2023/3/6).

تطبيق البرنامج المقترح لبرنامج الخرائط الذهنيه:

تم تطبيق البرنامج المقترح للخرائط الذهنيه فى المدة من الثلاثاء(2023/3/7) إلى الاحد(2023/4/30)

القياسات البعدية:

تم إجراء القياسات البعدية للمجموعه التجريبية والضابطه بنفس طريقة القياس القبلي مع استبعاد الطول- السن - الوزن- ومستوى الاداء والاختبارات البدنيه وذلك فى يوم الثلاثاء (2023/5/2) ويوم الاربعاء (2023/5/3).

سادساً: المعالجات الإحصائية:

فى ضوء أهداف البحث وفى حدود فروضه تم اجراء المعالجات الاحصائية التالية:

1- المتوسط الحسابى .

2- الانحراف المعياري

3- معامل الالتواء .

4- معامل الارتباط .

5- اختبار (ت) لدلالة الفروق .

وقد تم اختيار مستوى معنوية (0.05) فى عرض ومناقشة النتائج .

أولاً : عرض النتائج:

جدول رقم (5)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث
ن = 23

المتغيرات	المقاييس والاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ت
			ع	م	ع	م	
مستوى الاداء	درجة		0.80	2.89	3.02	1.30	5,66

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 2.14$

يتضح من الجدول رقم (5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في مستوى الاداء في

التمرينات الفنية الايقاعية قيد البحث للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي

جدول رقم (6)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد البحث
ن = 23

المتغيرات	المقاييس والاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ت
			ع	م	ع	م	
مستوى الاداء	درجة		0.82	3.03	6.03	0.95	16.24

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 2.14$

يتضح من الجدول رقم (6) وجود فروق دلالة احصائية عند مستوى 0.05 بين القياسين القبلي

والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الاداء في التمرينات الفنية الايقاعية قيد البحث لصالح القياس البعدي.

جدول رقم (7)

دلالة الفروق بين القياسين البعدين للمجموعة الضابطة والتجريبية (قيد البحث)

ن = 23

المتغيرات	المقاييس والاختبارات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة "ت"
			ع	م	ع	م	
مستوى الاداء	درجة		1,30	3,02	0,95	6,03	9,70

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 2.14$

يتضح من الجدول رقم (7) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدين لكل من

المجموعة التجريبية والضابطة في مستوى الاداء في التمرينات الفنية الايقاعية قيد البحث ولصالح

المجموعة التجريبية.

جدول رقم (8)

نسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية

ن = 23

معدل التغير	نسبة التحسن	المجموعه التجريبية		نسبة التحسن	المجموعه الضابطه		وحدة القياس	المقاييس والاختبارات	المتغيرات
		بعدي	قبلي		بعدي	قبلي			
27,65	50,39	6.03	3.03	11,11	2,00	1,80	درجة	مستوى الاداء	

يتضح من الجدول رقم (8) وجود تغير في نسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي في مستوى الاداء في التمرينات الفنيه الايقاعيه قيد البحث لصالح القياس البعدي .

مناقشة النتائج:

بناء على التحليلات الأحصائية التي استخدمتها الباحثة وفي ضوء أهداف البحث وحدود القياسات التي تم إجراؤها في الإطار المحدد لعينة البحث تم التوصل الى النتائج وفقا للترتيب التالي:

- مناقشة الفرض الأول الذي ينص على أنه:

" توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعه الضابطة في مستوى الاداء في التمرينات الفنيه الايقاعيه لصالح القياس البعدي.

ترجع الباحثة التحسن في مستوى أداء الجملة الحركيه في التمرينات الفنيه الايقاعيه للفرقه الثالثه قيد البحث لطايات المجموعه الضابطه الى استخدام أسلوب التعلم بالامر, والذي يتأسس على الممارسه المنتظمه , وتزويد الطالبه بالمعارف والمعلومات من خلال الشرح اللفظي, الامر الذي يسهم في اكتساب الطالبه التصورات اللازمه للاداء الحركي للجملة الحركيه وزيادة فاعليه التعلم , ومن ثم التغير في السلوك وفقا للاهداف التعليميه الموضوعه, وان درجة أداء الطالبه تتوقف على قدرة المعلمه على الشرح الجيد, والاداء المهارى, وهذا يتوفر في أسلوب التعلم بالامر (الطريقه التقليديه) , وذلك من خلال قيامها بشرح المهارة وعرض نموذج لها وتصحيح الأخطاء بإعطاء تغذية راجعيه باستمرار خلال مراحل التعلم مما ساعد على تحسن ورفع مستوى الاداء الحركي واكتساب قدر لا بأس به من المعارف والمعلومات لدى الطالبات.

وتتفق هذه مع ما أشارت اليه "وفيقه سالم" (2007م) على أن الطريقه التقليديه في التعليم تعودت عليها الطالبات خلال مراحل التعليم المختلفه , ومن خلالها يسهل عليهن تحصيل بعض المقررات النظرية والتطبيقية لقيام المعلمه بهذه المهمه , وفيها يتم تعديل سلوك الطالبه بالممارسه والتمرين حتى يحدث التكيف في المواقف الجديده.(24: 54)

وتتفق هذه النتائج مع دراسة " هاريكرات ومكاريمي Harkirat, Makarimi " (2010م) والمنهج التقليدي يعتمد على نوعيه التركيبية الذهنية للطالبه وتصورات الطلبة في البيئه التعليميه .

• مناقشة الفرض الثاني الذي ينص على:

"توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعه التجريبية في مستوى الاداء في التمرينات الفنيه الايقاعيه لصالح القياس البعدي.

ترجع الباحثه ذلك الى أن البرنامج المقترح للخرائط الذهنيه عبر الويب المتبع مع المجموعه التجريبيه ادى الى رفع مستوى الاداء الحركى فى التمرينات الفنيه الايقاعيه , وذلك لان برنامج الخرائط الذهنيه الذى اشتمل على توضيح البرنامج بصوره شيقه تساعد فى خلق جو الابهار لدى الطالبه, وذلك بسبب قدرة الباحثه على جذب انتباه الطالبات للاداء عليها , كما تعتبر الخرائط الذهنيه من أحد أنماط التعلم الفردي والتي توفر ظروف التعلم الأمثل والأكثر مناسبة لقدرات ومعدلات تعلم كل طالبه من حيث التوضيح لمكونات المادة التعليمية المراد تعلمها.

ويوضح كل من "عبدالحميد شرف" (2000م) ، و"كمال عبدالحميد" (2004م) Linda (Walker, 2014م) أن استخدام الكمبيوتر في التعليم يساعد فى التغلب علي العديد من المشكلات الموجودة في الحقل التعليمي كما أنه يساعد على تجزئة المهارة ووضوحها ويعمل على تحليل الأداء للوصول إلى مرحلة الآلية خلال التعلم ، حيث يمد الطالبه بالتغذية الراجعة ويجعلها في تفاعل نشط ويقدم الأداء البدني والمهاري الجيد وتتوافر به العديد من الاستخدامات الأخرى كحفظ وتسجيل وتحليل وتصحيح وتقييم البيانات. (10: 117-119)(14: 200)(31: 342)

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كلا من "محمد عاطف, محمد رمضان"(2020م)(16) ، نوره على (2019م) (23) ، والتي أكدت نتائجهم إلى أن الخرائط الذهنيه الالكترونيه لها تأثير إيجابي على مستوى التعلم والتحصيل المعرفي والمهارى لبعض الأنشطة الرياضية.

• مناقشة الفرض الثالث الذى ينص على:

"توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية فى مستوى الاداء فى التمرينات الفنيه الايقاعيه لصالح المجموعه التجريبية.

وترجع الباحثه هذه النتائج إلى التأثير الإيجابي للبرنامج التعليمي باستخدام الخرائط الذهنيه مع طالبات المجموعه التجريبية إلى مناسبة هذا البرنامج والذي جعل عملية التعلم سهلة وشيقة وجذابة , فطريقة التعلم باستخدام الخرائط الذهنيه أتاحت الفرصة للطالبات على تنمية المهارة الفنيه والتصوير البصري لديهم مما يزيد من ثقتهم بأنفسهم ويطلق العنان لإبداعاتهم والحد من الضغوط التي تواجههم وتساعد على الاسترخاء واكتشاف الذات، والإحساس بالمتعة وتحقيق أعلى قدر من الفهم كما ساهمت الخرائط الذهنيه إسهاماً كبيراً في توفير الوقت والجهد سواء في تدوين الكلمات الهامة وقراءتها ومراجعتها وإدارة الوقت وتنظيمه, كما أن تقديم المادة العلميه داخل البرنامج تسهل معرفة حركات الجسم وعرضها بشكل تدريجى مبسط مع مصاحبة المؤثرات الصوتيه والموسيقيه , أما التأثير الايجابي للمجموعه الضابطه يرجع التحسن البسيط الى تعود الطالبات على ممارسة الجملة الحركيه والاسلوب التقليدى المتبع .

وهو ما أكده "محمد السيد" (2000م), "فد جولاً وجيرى Gary, FD Juli" (2013م) "رونج واخرون Rong Wen" (2012م) علي أهمية استخدام الوسائل التعليمية والتكنولوجية في توفير مزايا عديدة داخل العملية التعليمية وتعمل علي إثارة الانتباه والتشويق وتنمية الإدراك كما تبني مواقف تربوية

جديدة تبعد عن الجمود والتقليد وتقرب روح التطور العلمي والتكنولوجي الخاص بالعمليات التعليمية , وأهمها توفير الوقت والجهد والتغلب علي عامل الزمان والمكان والاهتمام بالفروق الفردية والتغلب علي الأعداد الكبيرة للمتعلمين كما توفر مجموعة من الخبرات المباشرة والغير مباشرة.(17: 52)(26: 3) (28: 224)

مناقشة الفرض الرابع الذى ينص على:

"توجد نسب تحسن بين القياس القبلى والبعدى لمجموعتى البحث الضابطه والتجريبيه لصالح المجموعه التجريبيه فى مستوى الاداء فى التمرينات الفنيه الايقاعيه .

ترجع الباحثه تفوق أفراد المجموعة التجريبية إلى أن التعلم باستخدام الخرائط الذهنية قد أتاح الفرصة للطالبة المعلمة لتعلم واتقان المهارات التدريسية وبالتالي ارتفاع مستوى أدائهن ، كما ترى الباحثة أن هذا التحسن يرجع إلى تسجيل الأداء للطالبة المعلمة وعرض الأداء الصحيح مع حذف الأخطاء قد ساعدها على الالمام بالأداء الصحيح للجمله الحركيه وكيفيه تدريسيها والتي تستطيع استرجاعها فى أي موقف مشابه , وبذلك فقد أصبح أدائها إيجابياً نحو المواقف الطارئة التى قد تتعرض إليها أثناء تنفيذ اداء الجمله الحركيه بجانب الكفاءة التدريسية.

وفى هذا الصدد يذكر " الن وجيمس Allan, James (2014م), "زينب عمر وغادة جلال" (2007م), "زكيه كامل ونوال شلتوت" (2007م) أن استراتيجيه الأداء تزود الطالبات بالمعلومات اللازمه بعد العمل الذاتى التى تكلف به تساعدهم على تركيز الانتباه واستدعاء نفس الاستجابة الصحيحة فى مواقف مشابه ,تؤدى إلى بلوغ الأهداف المنشودة بفاعلية وكفاءة , لذا كان على الطالبه المعلمه أن تلجأ إلى التخطيط لمواجهة الموقف التعليمى بكل عوامله ومتغيراته بطريقة عملية تؤدى إلى تحقيق الأهداف.(25: 5) (5: 224 ، 225)(4: 61)

الاستخلاصات:

وفى ضوء اهداف البحث وفروضه وفى حدود طبيعة العينه والمنهج المستخدم والمعالجات الاحصائيه والنتائج توصلت الباحثه الى:

1- البرنامج المقترح باستخدام الخرائط الذهنيه اثر تأثيرا ايجابيا على تحسين مستوى الاداء لطالبات الفرقة الثالثه فى التمرينات الفنيه الايقاعيه.

2- الخرائط الذهنية تعد من الاستراتيجيات الهامة التي يتم التعلم بها وكان لها الأثر الأكبر والأكثر فعالية من الأسلوب التقليدي على مستوى أداء الطالبات المعلمات في التمرينات الفنية الايقاعية مما يدل على مدى فاعليتها.

3- تفوق المجموعه التجريبيه التى أستخدمت البرنامج المقترح على المجموعه الضابطه التى أستخدم الاسلوب التقليدى المتبع.

التوصيات:

استنادا الى ما اسفرت عنه مناقشة وتفسير نتائج هذا البحث وفى ضوء الاستخلاصات التى تم التوصل اليه توصى الباحثه بما يلى:

- 1- اهمية تطبيق هذه البرامج على الطالبات فى ماده التمرينات الفنية الايقاعية بكليات التربيه الرياضيه.
- 2- إستخدام الخرائط الذهنية في العملية التعليمية بكليات التربية الرياضية لما لها من أثر إيجابي في التمرينات الفنية الايقاعية .
- 3- القيام بإجراء المزيد من البحوث والدراسات التي تسعى للتعرف على أثار استخدام استراتيجية الخرائط الذهنية على مستوى المستوى الحركى والمهارى في كل السنوات الدراسية ومختلف المقررات بكليات التربية الرياضية.
- 4- الاهتمام بالدمج بين الخرائط الذهنيه والتدريب المهارى لمحاولة تحقيق أقصى استفاده من قدرات الطالبه الكامنه والوصول لنتائج افضل.

قائمة المراجع:-

المراجع العربيه:

- 1 أميرة محمود طه (2011م): "إستراتيجية التعلم الخليط وتأثيرها على تعلم مادة طرق التدريس لطالبات كلية التربية الرياضية" ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم -جامعة حلوان ، المجلد الثاني ، العدد الثالث والستون
- 2 السعيد السعيد عبدالرازق (2016م) : "الخرائط الذهنية الإلكترونية، مجلة التعليم الإلكتروني" ، العدد التاسع، جامعة المنصورة.

- 3 **حسين حسن موسى (2008م)** : "استخدام الوسائط المتعددة في البحث العلمي - التعليم الالكتروني ودور الوسائط المتعددة في العملية التعليمية" ، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- 4 **زكية إبراهيم كامل ، نوال إبراهيم شلتوت ، ميرفت على خفاجه (2007م)** : طرق التدريس فى التربية الرياضية (أساسيات فى تدريس التربية الرياضية)، الجزء الأول، دار الوفاء للطباعة والنشر، الإسكندرية .
- 5 **زينب علي عمر، غادة جلال عبد الحكيم (2008م)**: طرق تدريس التربية الرياضية (الأسس النظرية والتطبيقات العملية) ، دار الفكر العربي ، القاهرة . .
- 6 **ساميه احمد كامل الهجرسى (2004م)**: التمرينات الايقاعيه والجمباز الايقاعى " ، مكتبة ومطبعة الغد، القاهرة.
- 7 **سلمي رستم محمود محمد (2021م)** : "فعالية المدخل المنظومي في تحسين المهارات التدريسية للطالبة المعلمة أثناء تعليم مهارات كرة السلة" ، مدرس بكلية التربية الرياضية بنات، جامعة الاسكندرية.
- 8 **ضياء الدين زاهر وكمال يوسف اسكندر (2014م)** : "التخطيط لمستقبل تكنولوجيا التعليم في النظام التربوي" ، مقالة تربوية ، مؤسسة الخليج العربي ، القاهرة.
- 9 **طارق عبد الرؤوف عامر(2013م)** : "الخرائط الذهنية ومهارات التعلم " ، ط1 ، المجموعة العربية للتدريب والنشر ، القاهرة
- 10 **عبد الحميد شرف (2001م)** : "تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية"، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- 11 **عصام الدين عبد الخالق (2003م)**: "التدريب الرياضى (نظريات - تطبيقات)"، دار المعارف، القاهرة،.
- 12 **عطيات محمد خطاب (2006م)**: "التمرينات للبنات"، ط8، دار المعرفة، القاهرة،.
- 13 **فراج عبد الحميد توفيق(2007م)**: "تمرينات جمل العروض الرياضية"، نظريات التمرينات ، دار الوفاء للطباعة والنشر ، الاسكندرية.
- 14 **كمال عبد الحميد زيتون (2004 م)** : "تكنولوجيا التعليم في عصر المعلومات والاتصالات"، عالم الكتب، القاهرة.
- 15 **مجدي عزيز إبراهيم (2014م)** : "استراتيجيات التعليم وأساليب التعلم" ، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- 16 **محمد عاطف محمد رمضان (2020م)** : تأثير الخرائط الذهنيه على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الجمباز رساله ماجستير، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الزقازيق.
- 17 **محمد لطفى السيد (2006م)**: "الانجاز الرياضى وقواعد العمل التدريبي" ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة،.



- 18 محمد نبيل العطروري (2002م) : التعليم الالكتروني - أحد نماذج التعليم الجامعي بجامعة عين شمس ، التعليم الجامعي عن بعد، رؤية مستقبلية في الفترة من 17-18 ديسمبر .
- 19 مكارم أبو هرجه ومحمد سعد زغلول ورضوان محمد(2000م): "موسوعة التدريب الميداني للتربية الرياضية"، القاهرة، مركز الكتاب للنشر .
- 20 موسى فهمى إبراهيم ، عادل على حسن (1991م): "التمرينات والعروض الرياضية " ،دار المعارف ، القاهرة.
- 21 نانسى مارجيوليز ونوزا مال (2004م) : تخطيط الذهن ، دار الميمان ، جدة.
- 22 نوره بنت احمد بن عبدالله المقرن(2016م) : "أثر التعليم الإلكتروني باستخدام نظام إدارة التعلم إدمودو علي تحصيل طلاب الصف الثاني الثانوى في مقرر الأحياء كلية التربية"، المجلة الدولية التربوية المتخصصة ,المجلد 5, العدد9, جامعة الملك سعود, السعوديه
- 23 نورا علي خليفه (2019م) : "تثير الخرائط الذهنيه الالكترونيه على تعلم بعض مهارات العاب القوي بدرس التربه الرياضيه, رساله دكتوراه كليه تربيه رياضيه بنات, جامعه الزقازيق.
- 24 وفيقه مصطفى سالم(2007م): "تطبيقاتت تكنولوجيا التعليو وتفعيل العملية التعليمية فى التربية البدنية والرياضيه", الجزء الثنى , منشأة المعارف, الاسكندريه.

المراجع الاجنبيه:

- 25 -Allan, S, James, B.(2014): An Enriched Multimedia eBook Application to Facilitate Learning of Anatomy, Anatomical Sciences Education, v7 n1 p19-27 Jan-Feb 26- Jia
- 26 - FD Juli Low Brinkerhoff & Gary Booth (2013): the effect of concept mapping on student achievement in an introductory non- majors biology class Eur open international journal of science and technology eel, 2no, 8 octoper
- 27 - Joan, M., et al. (2006) "3-D Graphical Hypermedia Meets Interactive E-Books: A New Paradigm for Experiential Learning" Center for Visualization and Virtual Environment University of Kentucky. V 3942 pp 233-242
- 28 -Rong Wen, Ming Kuang Chuang and Sheng-Huang Kuo (2012) : The learning effectiveness of integrating e-books into elementary school science and technology classes, International Journal of Humanities and Arts Computing, Volume 6 Issue 1-2, Page 224-235, ISSN 1753-8548 Available Online Feb



- 29 - **Leu, D. Jr & Kinzer , C.K. (2000):** The conver gene of Literacy instruction With ne worked technologies in formation and communication reading research quarter, ly, vol, 35, pp, 108-127
- 30 –**Harkirat, S., Dhindsa; Makarimi, Kasim ; Anderson, Roger. (2010) :** constructivist – risual mind map teaching approach and the quality of students cognitive structures .Journal of science Eeducation And teachology , 20 (2),186
- 31 - **Linda De George-Walker and Mark A. Tyler (2014):** Maps cooperative, communicate with the capabilities of the team of research team
- 32 **Valery Vodovozov, Zoja Raut (2015):** Concept maps for teaching , learing, and assessment in electronics , education research international, volume, article id 84,96,78, and 9 bages