

تأثير الرحلات المعرفية على مستوى الاداء المهارى لمسابقة الوثب الطويل لتلميذات المرحلة
الاعدادية

The effect of Web Quest on the level of skill performance in the long jump competition for middle school students

أ.د/ ماجدة السيد محمود

أستاذ طرق تدريس التربية الرياضية المتفرغ بقسم مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية
للبنين والبنات جامعة بورسعيد

Prof. Dr. Magda El Sayed Mahmoud

**Full-time Professor of Physical Education Teaching Methods, Department of Curricula and
Teaching Methods of Physical Education, Faculty of Physical Education for Boys
and Girls, Port Said University**

أ.د/ مصطفى محمد نصر الدين

أستاذ طرق تدريس التربية الرياضية بقسم مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية للبنين
والبنات جامعة بورسعيد

Prof. Dr. Mustafa Mohamed Nasr El-Din

**Professor of methods of teaching physical education, Department of Curricula and Methods
of Teaching Physical Education, Faculty of Physical Education for Boys and Girls, Port Said
University**

الباحثة/ شروق يسري محمد ابراهيم البطوط

مدرسه تربيه رياضيه بمعهد الزهور النموذجي

Researcher/ Shorouk Yousry Muhammad Ibrahim Al-Batot

School of physical education at the Zohour Model Institute

المستخلص

يهدف هذا البحث إلى محاولة التعرف على تأثير الرحلات المعرفية على مستوى الاداء المهاري لمسابقة الوثب الطويل لتلميذات المرحلة الاعدادية، واستخدم الباحثين المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين احدهما ضابطة والاخرى تجريبية واختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من تلميذات الصف الاول الاعدادي للعام الدراسي ٢٠٢٢م/٢٠٢٣م بمعهد الزهور النموذجي الاعدادي فتيات ببورسعيد وقد بلغ عددهم (١٢٥) تلميذه، وبلغ عدد العينة الاساسية (٢٠) تلميذه ومقسمين لمجموعتين عدد كل مجموعة (١٠) تلميذات للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية، وأوضحت النتائج أن طريقة الشرح والنموذج المتبعة أثرت تأثير ملحوظاً في مستوى الاداء المهاري في مسابقة الوثب الطويل بدرس التربية الرياضية لتلميذات الصف الأول الاعدادي، كما ساهمت استراتيجية الرحلات المعرفية بصورة ايجابية في مستوى الاداء المهاري في مسابقة الوثب الطويل بدرس التربية الرياضية لتلميذات الصف الأول الاعدادي، وحققت تلميذات المجموعة التجريبية نتائج ايجابية عند استخدامها استراتيجية الرحلات المعرفية عبر الويب في مستوى الاداء المهاري في مسابقة الوثب الطويل عن تلميذات المجموعة الضابطة والمستخدمه أسلوب الاوامر بدرس التربية الرياضية لتلميذات الصف الأول الاعدادي.

الكلمات المفتاحية: الرحلات المعرفية- مسابقة الوثب الطويل- تلميذات المرحلة الاعدادية.

Abstract

The aim of this research is to try to identify the The effect of Web Quest on the level of skill performance in the long jump competition for middle school students. Girls in Port Said, numbering (١٢٥) students The number of the basic sample was (٢٠) students, divided into two groups, the number of each group was (١٠) students for the control group and the experimental group. The strategy of cognitive trips also contributed positively to the level of skillful performance in the long jump competition in the physical education lesson for female first grade middle school students. Orders to study physical education for first year middle school students.

Keywords: Web Quest - long jump competition - middle school students.

- مقدمة البحث:

نحن نواكب اليوم تقدماً علمياً هائلاً في مختلف المجالات وبخاصة تكنولوجيا التعليم، الأمر الذي يستلزم العمل الجاد لجعل التكنولوجيا عنصراً أساسياً في تطوير التعليم وادخال تعديلات علي طرق التدريس الحالية، لأنها لا تتسجم مع بيئة المتعلم خارج المدرسة حيث تشغل التكنولوجيا فيها جزءاً كبيراً، فهذا الجيل في حاجة لتسخير التكنولوجيا لإضافة الأثارة والتشويق والفضول لعناصر البيئة التعليمية المتعددة.

ويرى عبد العاطي (٢٠١٤) أن "الاستراتيجيات الحديثة في التدريس تعمل على دمج التكنولوجيا بالمنهج الدراسي وتساعد على تنمية مهارات التفكير وتجمع بين التخطيط التربوي المحكم لاستخدام الحاسب الآلي عن طريق الرحلات المعرفية عبر الويب، حيث يتغير فيها هدف التربية من نقل المعرفة عن طريق إعادة بنائها من الداخل وليس استقبالها من الخارج، وتساهم في عملية النمو العقلي للمتعلم، وهنا يأتي دور التعلم المبني على شبكة المعلومات الدولية في التوظيف العلمي المناسب لتكنولوجيا التعليم" (ص، ١٨).

ويتفق كل من أحمد (٢٠١٢)؛ الملاح (٢٠١٧)، على "أنه يجب العمل على تطوير استراتيجيات تربوية محددة تتوخي الاستخدام الأمثل للانترنت للتعلم ولتنظيم عملية الابحار المعرفي، حيث تعتبر الرحلات المعرفية بدون منازع أهم نموذج يجمع بين التخطيط التربوي المحكم والاستخدام الأمثل للحاسب الآلي، وتعد الرحلات المعرفية أحد أهم أدوات التعلم الالكترونية الموجهة والتي تساعد المتعلمين علي استخدام الانترنت بطريقة صحيحة للوصول إلي المعلومات بأسرع وقت ممكن من خلال المصادر المباشرة كونها تعتمد علي المصادر المتاحة عبر الانترنت، فهي تقوم بتوظيف تلك المصادر بطريقة موجهة لتيسير عملية التعلم للمتعلمين ووفقاً لقدرات كل متعلم على حدا" (ص، ١٤)، (ص، ٣١٠).

بينما تشير خميس (٢٠١٦) إلى أن الرحلات المعرفية عبر الويب تهدف للوصول الصحيح والمباشر للمعلومات بأقل جهد ممكن، وهذه الطريقة تعمل على تحويل عملية التعلم إلى عملية ممتعة تزيد دافعية المتعلمين وتجعلهم أكثر مشاركة حيث تعتمد على التساؤل والبحث والاكتشاف، كما تهدف إلى تنمية القدرات العقلية المختلفة كالتذكر والفهم لدى المتعلمين، كما وتعتمد جزئياً أو كلياً على المصادر الإلكترونية الموجودة على الويب والمنتقاة مسبقاً مع إمكانية دمج مجموعة أخرى من المصادر كالمجلات والكتب والأقراص المدمجة وأي مصادر أخرى للمعرفة.

ويتفق كل من بسطويسي (١٩٩٧)؛ وشولك Schulek (٢٠٠٢) علي "أن مسابقة الوثب الطويل تمر خلال الأداء الحركي بمراحل فنية متلاحقة تتمثل في (الاقتراب والارتقاء والطيران والهبوط) ولكل مرحلة من تلك المراحل واجباتها الحركية الخاصة والتي لايمكن فصلها عن بعضها من الناحية العملية، وأن أحدث طرق الطيران في الوثب الطويل هي طريقة المشي في الهواء، ومع صعوبتها في التعليم، ينصح بتعليمها للمبتدئين بطريقة الخطوة أولاً، ثم نتابع تعلم الطيران بطريقة المشي في الهواء بخطوة ونصف ثم خطوتين ونصف خطوة" (ص، ٢٩٩)، (ص، ٣٨).

- مشكلة البحث:

وفي ظل التقدم الحادث في العصر الحالي، واستخدام الإساليب التكنولوجية الحديثة في عمليتي التعليم والتعلم في مجال التربية الرياضية، ولأهمية الحاسب الآلي ومساعدته في العملية التعليمية من خلال أنماطه المختلفة والتي من ضمنها الرحلات المعرفية، ويرى الباحثين أن المسابقات التعليمية المختلفة إذا تم تنفيذها وتدريبها باستراتيجية الرحلات المعرفية وباستخدام الحاسب الآلي قد يلعب دوراً هاماً في المجال التعليمي.

حيث تعتبر مسابقات الميدان والمضمار إحدى الرياضات الأساسية التي تتضمنها مناهج التربية الرياضية المدرسية وبرامجها التنفيذية والتي تدرس لمدة عام دراسي كامل بالتبادل مع رياضة الجمباز لجميع المراحل التعليمية المختلفة طبقاً للنشرة التوجيهية العامة الصادرة من التوجيه المركزي للتربية الرياضية.

كما لاحظ الباحثين بصورة متكررة انخفاض مستوى التلميذات في مسابقة الوثب الطويل، وتؤكد ذلك أثناء تقييم التلميذات من خلال مجموعة من الاختبارات المهارية في نهاية الفصل الدراسي والذي اثبت انخفاض درجات تلك التلميذات في الاختبارات الخاصة بمسابقة الوثب الطويل، وهذا ما دعي إلى التعرف على تأثير الرحلات المعرفية على مستوى الاداء المهارى لمسابقة الوثب الطويل لتلميذات المرحلة الاعدادية.

- هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على " تأثير الرحلات المعرفية على مستوى الاداء المهارى لمسابقة الوثب الطويل لتلميذات المرحلة الاعدادية".

- فرضيات البحث:

- 1-توجد فروق عند مستوي دلالة احصائية (٠,٠٥) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة (أسلوب الاوامر) في مستوى تعلم مسابقة الوثب الطويل ولصالح القياس البعدي.
- 2-توجد فروق عند مستوي دلالة احصائية (٠,٠٥) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (الرحلات المعرفية) في مستوى تعلم مسابقة الوثب الطويل ولصالح القياس البعدي.
- 3-توجد فروق عند مستوي دلالة احصائية (٠,٠٥) بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي في مستوى تعلم مسابقة الوثب الطويل لصالح المجموعة التجريبية.

- مصطلحات البحث:

الرحلات المعرفية: Web Quest

ويعرفها إيلون eline, L (٢٠٠٧) بأنها "أنشطة تربوية تعتمد في المقام الأول علي عمليات البحث في شبكة الويب بهدف الوصول الصحيح والمباشر للمعلومة بأقل جهد ممكن، وتهدف في ذات الوقت إلي تنمية القدرات الذهنية المختلفة لدي المتعلمين" (ص، ٤٢).

- الدراسات السابقة:

د. الدراسات السابقة العربية:

١-دراسة فهمى (٢٠٢٠)، واستهدفت التعرف على تصميم برنامج تعليمي باستخدام الرحلات المعرفية عبر الويب ومعرفة تأثيره على نواتج التعلم لسباقات الميدان والمضمار المنهجية لطلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الوادى الجديد، واستخدم الباحث المنهج شبه التجريبي لمجموعة واحدة ذات القياس القبلي البعدي، وبلغ عدد العينة (٤١) طالب من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الوادى الجديد واشتملت ادوات جمع البيانات على (اختبار التحصيل المعرفي، اختبار القدرات العقلية، استمارة تقييم الاداء المهارى) وكانت أهم النتائج أن البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الرحلات المعرفية عبر الويب أدى إلى تحسين مستوى الاداء المهارى للمجموعة التجريبية للمسابقات المنهجية قيد البحث.

٢-دراسة عبدالحميد (٢٠٢١)، واستهدفت التعرف على تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام التعلم المدمج على تعلم الوثب الطويل لتلاميذ المرحلة الابتدائية، واستخدم الباحث المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لمجموعتين احدهما ضابطة والاخرى تجريبية لمناسبتة لطبيعة البحث، وبلغ عدد العينة (٦٠) تلميذاً مقسمين على المجموعتين بالتساوي، وكانت أهم النتائج تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج التعليمي باستخدام اسلوب (التعلم المدمج) المدعم الكترونياً على المجموعة الضابطة التي استخدمت الطريقة التقليدية، مما يدل على فاعلية استخدام اسلوب (التعلم المدمج) المستخدم برمجية الهيبريميديا على تعلم مهارة الوثب الطويل قيد البحث.

٣-دراسة مصطفى (٢٠٢١) استهدفت التعرف على تاثير استخدام الرحلات المعرفية على تعلم مهارات الانقاذ فى السباحة والتحصيل المعرفى للمبتدئين، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وبلغ عدد العينة (٥٠) طالب ومقسمين على مجموعتين قوام كل منهما (٢٥) طالب، وكانت أهم النتائج ساهمت تكنولوجيا التعليم باستخدام الرحلات المعرفية عبر الانترنت فى تحسن مستوى التحصيل المعرفى ومستوى الاداء المهارى للمهارات قيد البحث لطلاب المجموعة التجريبية.

٥. الدراسات السابقة الاجنبية:

١-دراسة وانج ؛ ومايكل ج Wang, Michael J (٢٠٠٩) واستهدفت التعرف على فاعلية استراتيجية الرحلات المعرفية عبر الويب فى تنمية التحصيل المعرفى لدى طلاب قسم تكنولوجيا التعليم، واستخدمت المنهج التجريبي بالتصميم ذو المجموعتين إحداها ضابطة والأخرى تجريبية، وبلغ عدد العينة (٣٥) طالب وطالبة من طلاب الفرقة الرابعة قسم تكنولوجيا التعليم، وكانت أهم النتائج ارتفاع مستوى التحصيل المعرفى لدى طلاب المجموعة التجريبية بعد دراسة المقرر من خلال موقع الرحلة المعرفية عبر الويب.

٢-دراسة هالت ؛ ويكر Halat & Peker (٢٠١١) واستهدفت التعرف على مقارنة تأثير التعلم باستخدام أنشطة الويب كويست مع تأثير أنشطة تعليمية تقليدية على دوافع المعلمين قبل الخدمة، واستخدمت المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي ذو المجموعتين إحداها ضابطة والأخرى تجريبية، وبلغ عدد العينة (٧٠) معلماً قبل الخدمة للمدارس الابتدائية، وكانت أهم النتائج أنشطة الويب كويست كان لها تأثير إيجابي على تحفيز المعلمين قبل الخدمة فى القيام بأنشطة متنوعة.

٣-دراسة فيتريانتو وآخرون Fitrianto, et al (٢٠١٦) واستهدفت التعرف على تأثير تصميم موقع الرحلات المعرفية على القدرة لقراءة اللغة الإنجليزية، واستخدمت المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي ذو المجموعتين إحداها ضابطة والأخرى تجريبية، وبلغ عدد العينة (٥٣) طالباً من طلاب الفصل الخامس بقسم اللغة الإنجليزية فى معهد جومبانغ بإندونيسيا، وكانت أهم النتائج موقع الرحلات المعرفية (الويب كويست) هو بيئة قيمة لنشاط واسع النطاق للقراءة، تطور الإستقلال الذاتى لدى الطلاب فى حل المشكلات.

٦. التعليق على الدراسات السابقة:

٦. المنهج المستخدم: أستخدم المنهج التجريبي كمنهجاً علمياً بينما اختلفت نوعية التصميم التجريبي المستخدم فى البحث باستخدام مجموعة أو أكثر، ونظراً لطبيعة كل بحث.

٧. العينة: إتفقت غالبية الدراسات السابقة على أن يكون إختيار العينة بالطريقة العمدية العشوائية وهذا ما يتفق مع الدراسة الحالية، وتراوحت عدد العينة من (٢٥ إلى ٧٠)، بالإضافة إلى إختلاف العينات بإختلاف المستوى التعليمي وكذلك الإختلاف في العمر والجنس.
٨. الأدوات والأجهزة المستخدمة: استخدمت الدراسات السابقة استراتيجيات الرحلات المعرفية عبر الويب، كما ركزت أغلب الدراسات على مستوى الاداء المهاري وقياس التحصيل المعرفي لمسابقة الوثب الطويل.
٩. الأساليب الإحصائية: استخدمت أغلبية الدراسات (المتوسط الحسابي - الإتحراف المعياري - معامل الالتواء - النسبة المئوية - اختبارات).
١٠. أهم النتائج: أظهرت نتائج الدراسات السابقة تفوق أفراد المجموعة التجريبية والتي خضعت للبرنامج التعليمي المقترح باستخدام الرحلات المعرفية عبر الويب على أفراد المجموعة الضابطة والتي خضعت للبرنامج التعليمي المُتبع في مستوى الاداء المهاري للمهارات المختلفة قيد الدراسات السابقة.

- إجراءات البحث

- منهج البحث:

تم استخدام المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية بإستخدام القياس القبلي والبعدي لمناسبته لهدف وطبيعة البحث.

- مجتمع البحث:

يتمثل مجتمع البحث في تلميذات المرحلة الاعدادية بمعهد الزهور النموذجي الاعدادي فتيات ببورسعيد من تلميذات الصف الاول الاعدادي للعام الدراسي ٢٠٢٢م/٢٠٢٣م وقد بلغ عددهم (١٢٥) تلميذه، وقد تم اختيار تلميذات الصف الاول الاعدادي بمعهد الزهور النموذجي الاعدادي فتيات ببورسعيد

- عينة البحث:

تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية وذلك بعد أن حصلت على موافقة التلميذات على الإشتراك في البحث وإجراء القياسات عليهم، وقد تم اختيار عدد (٢٠) تلميذه لإجراء التجربة عليهم وتم تقسيمهم كما يلي:

- العينة الأساسية:

بلغ عدد العينة الأساسية (٢٠) تلميذه وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية، حيث بلغ عدد المجموعة الضابطة (١٠) تلميذات مستخدمة أسلوب الاوامر (الشرح والنموذج)، والمجموعة التجريبية (١٠) تلميذات مستخدمة (الرحلات المعرفية عبر الويب).

- العينة الإستطلاعية:

تم إختيار العينة الاستطلاعية بالطريقة العشوائية من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية وقوامها (٦٠) تلميذه، وذلك للتأكد من دقة القياسات الخاصة بالبحث

- جدول (١) توصيف مجتمع وعينة البحث

مجتمع البحث			عينة البحث		
البيان	العدد	النسبة المئوية	البيان	العدد	النسبة المئوية
إجمالي مجتمع البحث	١٢٥	%١٠٠	المجموعة الضابطة	١٠	%٨
			المجموعة التجريبية	١٠	%٨
			العينة الاستطلاعية	٦٠	%٤٨
			إجمالي عينة البحث	٨٠	%٦٤

يتضح من جدول (١) أن إجمالي عينة البحث (٨٠) تلميذه بنسبة مئوية (٦٤%)، وتم تقسيمهم إلى عينة البحث الأساسية وبلغ عددها (٢٠) تلميذه بنسبة مئوية (١٦%) مقسمين إلى مجموعتين إحداهما ضابطة وعددها (١٠) تلميذات بنسبة مئوية (٨%)، والآخرى تجريبية وعددها (١٠) تلميذات بنسبة مئوية (٨%)، وعينة استطلاعية بلغ عددها (٦٠) تلميذه بنسبة مئوية (٤٨%) من إجمالي مجتمع البحث.

- تجانس عينة البحث في متغيرات البحث:

تم إجراء التجانس على عينة البحث الأساسية لمجموعتي البحث قيد البحث والبالغ عددهم (٢٠) تلميذه من تلميذات معهد الزهور النموذجي الاعدادي فتيات ببورسعيد، في الفترة من يوم الاثنين الموافق ١٧ / ١٠ / ٢٠٢٢م إلى يوم الخميس الموافق ٢٠ / ١٠ / ٢٠٢٢م في الآتي:

د- معدلات النمو ودرجة الذكاء: عن طريق حساب متغيرات (السن- الطول- الوزن- الذكاء).

هـ- مستوى الاداء المهارى: عن طريق اختبار الوثب الطويل من الجرى، دليل المعلم للصف الاول الاعدادي (١٩٩٧/١٩٩٨م).

و- الاختبارات البدنية: استخدمت الباحثة الاختبارات البدنية التالية:- اختبار القدرة (الوثب العريض من الثبات)، اختبار السرعة الإنتقالية (٣٠ متر عدو)، اختبار المرونة (ثنى الجذع أماما أسفل من الوقوف)، واختبار التوازن (الوقوف على قدم واحدة)، اختبار الرشاقة (الجرى الزجراجى).

- جدول (٢) معامل الالتواء للمجموعتين الضابطة والتجريبية في السن والطول والوزن والذكاء ن=١ ن=٢ =١٠

م	المتغيرات	الإحصاء			المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية		
		س-	ع±	معدل الالتواء	س-	ع±	معدل الالتواء	س-	ع±	معدل الالتواء
١	السن	١٢,٦٥	٠,٤٨	١٣,٠٠	١٢,٧٥	٠,٤٥	١٣,٠٢	١٢,٧٥	٠,٤٥	١٣,٠٣
٢	الطول	١٥٥,٠٠	٤,٧٨	١٥٤,٠٠	١٥٥,٦٠	٣,٨١	١٥٥,٥٠	١٥٥,٦٠	٣,٨١	١٥٥,١٠
٣	الوزن	٤٦,٤٠	٣,٥٣	٤٥,٥٠	٤٧,٧٠	٥,٤٦	٤٧,٥٠	٤٧,٧٠	٥,٤٦	٤٧,٢٨
٤	الذكاء	٦٤,٨٠	٣,٣٩	٦٤,٥٠	٦٤,٩٠	٣,٣١	٦٤,٥٠	٦٤,٩٠	٣,٣١	٦٤,٢٢

الخطأ المعياري لمعامل الالتواء = (٠,٦٩)

يتضح من جدول (٢) أن معامل الالتواء في السن والطول والوزن والذكاء للمجموعة الضابطة قد تراوح من (-٠,٤٨) الى (٠,٤٦)، وللمجموعة التجريبية من (-١,٠٣) الى (٠,٢٨) حيث بلغ الخطأ المعياري لمعامل الالتواء (٠,٦٩)، وجميع تلك القيم قد انحصرت ما بين (± 3) مما يدل على تجانس أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في تلك المتغيرات.

- جدول (٣) معامل الالتواء للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار المهاري قيد البحث ن=١ ن=٢ =١٠

م	الاختبارات	الإحصاء				المجموعة الضابطة				المجموعة التجريبية			
		س-	ع±	الوسيط	معامل الالتواء	س-	ع±	الوسيط	معامل الالتواء	س-	ع±	الوسيط	معامل الالتواء
١	الوثب الطويل من الجرى	١,٣٢	٠,٠٧	١,٣٣	٠,٦٠-	١,٣١	٠,١٠	١,٣٣	٠,٨٦-				

يتضح من جدول (٣) أن معامل الالتواء في الاختبار المهاري للمجموعة الضابطة قد بلغا (-٠,٦٠)، وللمجموعة التجريبية من (-٠,٨٦) حيث بلغ الخطأ المعياري لمعامل الالتواء (٠,٦٩)، وتلك القيم قد انحصرت ما بين (± 3) مما يدل على تجانس أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في تلك الاختبار.

- جدول (٤) معامل الالتواء للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البدنية قيد البحث ن=١ ن=٢ =١٠

م	الاختبارات	الإحصاء				المجموعة الضابطة				المجموعة التجريبية			
		س-	ع±	الوسيط	معامل الالتواء	س-	ع±	الوسيط	معامل الالتواء	س-	ع±	الوسيط	معامل الالتواء
١	الوثب العريض من الثبات	١,١٧	٠,٠٨	١,١٨	٠,٦٩-	١,١٨	٠,٠٩	١,١٩	٠,٧٣-				
٢	٣٠ متر عدو	٨,٢٢	٠,٨٢	٨,٢٥	٠,٠٦-	٧,٧٨	٠,٨٧	٧,٣٨	٠,٣٧				
٣	ثنى الجذع أماماً أسفل من الوقوف	٥٣,٨٥	٠,٧٥	٥٤,٠٠	٠,٣٦-	٥٤,٢٠	١,٠٣	٥٤,٢٥	٠,٠١-				
٤	الوقوف على قدم واحدة	٠,٥٢	٠,٠٨	٠,٥٥	٠,٨٠-	٠,٥٤	٠,٠٤	٠,٥٦	٠,٢٦-				
٥	الجرى الزجاجي	٥٣,٦٢	٥,١٦	٥٥,٣٠	٠,٤٠-	٥٢,٧٨	٦,٣٢	٥٥,٣٥	٠,٤٦-				

يتضح من جدول (٤) أن معامل الالتواء في الاختبارات البدنية قيد البحث للمجموعة الضابطة الوثب العريض من الثبات، ٣٠ متر عدو، ثنى الجذع أماماً أسفل من الوقوف، الوقوف على قدم واحدة، الجرى الزجاجي قد تراوح من (-٠,٨٠) الى (-٠,٠٦)، وللمجموعة التجريبية من (-٠,٧٣) الى (٠,٣٧) حيث بلغ الخطأ المعياري لمعامل الالتواء (٠,٦٩)، وجميع تلك القيم قد انحصرت ما بين (± 3) مما يدل على تجانس أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في تلك الاختبارات.

- تكافؤ عينة البحث في متغيرات البحث:

تم إجراء التكافؤ على عينة البحث الأساسية لمجموعتي البحث قيد البحث والبالغ عددهم (٢٠) تلميذه من تلميذات معهد الزهور النموذجي الاعدادي فتيات ببورسعيد، في الفترة من يوم الاثنين الموافق ١٧ / ١٠ / ٢٠٢٢م إلى يوم الخميس الموافق ٢٠ / ١٠ / ٢٠٢٢م.

- جدول (٥) تكافؤ مجموعتي البحث في السن والطول والوزن والذكاء ن=١ ن=٢ = ١٠ =

مستوى الدلالة الإحصائية	(U)	متوسط الرتب		مجموع الرتب		الإحصاء المجموعات		م المتغيرات
		٢ ت	١ ت	٢ ت	١ ت	٢ ت	١ ت	
٠,٣٤	٣٧,٥٠	١١,٧٥	٩,٢٥	١١٧,٥٠	٩٢,٥٠	١٠	١٠	١ السن
٠,٧٣	٤٥,٥٠	١٠,٩٥	١٠,٠٥	١٠٩,٥٠	١٠٠,٥٠	١٠	١٠	٢ الطول
٠,٦٢	٤٣,٥٠	١١,١٥	٩,٨٥	١١١,٥٠	٩٨,٥٠	١٠	١٠	٣ الوزن
٠,٩٤	٤٩,٠٠	١٠,٦٠	١٠,٤٠	١٠٦,٠٠	١٠٤,٠٠	١٠	١٠	٤ الذكاء

قيمة مان ويتني (U) الجدولية = (٢٣,٠٠) عند مستوى دلالة احصائية (٠,٠٥)

يتضح من جدول (٥) أن قيم مان ويتني (U) لدلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في السن والطول والوزن والذكاء قد تراوحت من (٣٧,٥٠) الى (٤٩,٠٠) وتلك القيم اكبر من قيمة مان ويتني (U) الجدولية البالغة (٢٣,٠٠) عند مستوى دلالة احصائية (٠,٠٥) وان مستوى الدلالة الاحصائية قد تراوح من (٠,٣٤) الى (٠,٩٤) وتلك القيم أكبر من مستوى الدلالة الاحصائية (٠,٠٥) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وتكافؤ المجموعتين في تلك المتغيرات.

- جدول (٦) تكافؤ مجموعتي البحث في الاختبار المهاري قيد البحث ن=١ ن=٢ = ١٠ =

مستوى الدلالة الإحصائية	(U)	متوسط الرتب		مجموع الرتب		الإحصاء المجموعات		م الاختبارات
		٢ ت	١ ت	٢ ت	١ ت	٢ ت	١ ت	
٠,٩١	٤٨,٥٠	١٠,٣٥	١٠,٦٥	١٠٣,٥٠	١٠٦,٥٠	١٠	١٠	١ الوثب الطويل من الجري

يتضح من جدول (٦) أن قيمة مان ويتني (U) لدلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار المهاري قد بلغت (٤٨,٥٠) وتلك القيم أكبر من قيمة مان ويتني (U) الجدولية البالغة (٢٣,٠٠) عند مستوى دلالة احصائية (٠,٠٥) وان مستوى الدلالة الاحصائية قد بلغ (٠,٩١) وتلك القيم أكبر من مستوى الدلالة الاحصائية (٠,٠٥) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وتكافؤ المجموعتين في تلك الاختبار.

- جدول (٧) تكافؤ مجموعتي البحث في الاختبارات البدنية قيد البحث ن=١ ن=٢ = ١٠ =

مستوى الدلالة الإحصائية	(U)	متوسط الرتب		مجموع الرتب		الإحصاء المجموعات		م الاختبارات
		٢ ت	١ ت	٢ ت	١ ت	٢ ت	١ ت	
٠,٨٢	٤٧,٠٠	١٠,٨٠	١٠,٢٠	١٠٨,٠٠	١٠٢,٠٠	١٠	١٠	١ الوثب العريض من الثبات
٠,٣١	٣٦,٥٠	٩,١٥	١١,٨٥	٩١,٥٠	١١٨,٥٠	١٠	١٠	٢ ٣٠ متر عدو
٠,٤٠	٣٩,٠٠	١١,٦٠	٩,٤٠	١١٦,٠٠	٩٤,٠٠	١٠	١٠	٣ ثنى الجذع أماماً أسفل من الوقوف
٠,٥٤	٤٢,٠٠	١١,٣٠	٩,٧٠	١١٣,٠٠	٩٧,٠٠	١٠	١٠	٤ الوقوف على قدم واحدة
٠,٧٦	٤٦,٠٠	١٠,١٠	١٠,٩٠	١٠١,٠٠	١٠٩,٠٠	١٠	١٠	٥ الجري الزجراجي

يتضح من جدول (٧) أن قيم مان ويتني (U) لدلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في السن والطول والوزن والذكاء قد تراوحت من (٣٦,٥٠) الى (٤٧,٠٠) وتلك القيم اكبر من قيمة مان ويتني (U) الجدولية البالغة (٢٣,٠٠)

عند مستوى دلالة احصائية (٠,٠٥) وان مستوى الدلالة الاحصائية قد تراوح من (٠,٣١) الى (٠,٨٢) وتلك القيم أكبر من مستوى الدلالة الاحصائية (٠,٠٥) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وتكافؤ المجموعتين في تلك الاختبارات.

أدوات ووسائل جمع البيانات:

أ- القياسات الخاصة بمعدلات النمو :

٤) السن (الرجوع إلى تاريخ الميلاد).

٥) الطول باستخدام جهاز الرستاميتير لأقرب سنتيمتر.

٦) الوزن باستخدام الميزان الطبي لأقرب كيلو جرام.

ب- اختبار الذكاء المصور الإلكتروني:

تم إجراء اختبار الذكاء المصور الإلكتروني لاحمد صالح (١٩٨٣م) وهو من الاختبارات الخاصة بقياس الذكاء للأعمار قيد البحث، وتتكون من (٦٠) سؤال كل منها يسأل المفحوص أن يبحث عن الشكل المخالف في كل مجموعة والتي تتكون من (٥) أشكال.

ج- المسح المرجعي:

تم إجراء مسح مرجعي في حدود ما تم التوصل إليه من الدراسات والمراجع والبحوث العلمية وذلك بهدف :-

٦) تحديد الشكل العام لهذا النوع من البحوث وكيفية تطبيقه.

٧) تجهيز الإطار النظري للبحث.

٨) التعرف على أسس وقواعد تصميم الرحلة المعرفية عبر الويب وكيفية تطبيقها.

٩) التعرف على الأدوات والاختبارات المناسبة لقياس معدلات النمو ومستوى الذكاء والصفات البدنية والمهارية (قيد البحث).

١٠) تحديد الاختبارات البدنية والمهارية المستخدمة قيد البحث.

د- الاختبارات البدنية:

تم استخدام اختبارات الصفات البدنية بناء على المسح المرجعي والاطلاع على الدراسات والمراجع العلمية المتخصصة التي تناولت الاختبارات المستخدمة في قياس الصفات البدنية والأكثر ارتباطاً بالمهارة قيد البحث، والتي استخدمت في دراسات أجريت على عينات مشابهة للبحث الحالي ومنها بحث كل من هبة الله الحديدي (٢٠١٣)، الحسيني ندا (٢٠١٥)، شروق البطوط (٢٠١٧).

المعاملات العلمية للاختبارات البدنية:

صدق الاختبارات البدنية:

تم الاستدلال بقيمة (ت) المحسوبة بين مجموعتين واحدة مميزة والأخرى غير مميزة في الاختبارات البدنية لإيجاد قيمة الصدق بدلالة تلك القيمة وفقاً لما أشار إليه جاكارد (Jaccard) (١٩٨٣م) حيث يري انه يمكن التوصل لقيمة الصدق بدلالة قيمة (ت) المحسوبة عن طريق إيجاد الجذر التربيعي لابتا ٢ ($\sqrt{ETA^2}$) والجدول (٨) يوضح ذلك:

جدول (٨) قيمة معامل الصدق للاختبارات البدنية قيد البحث ن=١ ن=٢=١٥

م	الاختبار	الإحصاء	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت المحسوبة	قيمة الصدق
			س-	ع±	س-	ع±			
١	الوثب العريض من الثبات		٢,٤٥	٠,١٣	١,١٦	٠,٠٩	١,٢٩	٣٠,٢٨	٠,٩٩
٢	٣٠ متر عدو		٤,٧٥	٠,٢٧	٧,٩٩	٠,٨٥	-٣,٢٥	١٣,٨٩	٠,٩٧
٣	ثنى الجذع أماماً أسفل من الوقوف		٥٦,٩٠	٠,٨١	٥٤,٣٠	١,٠٣	٢,٦٠	٦,٦٥	٠,٨٨
٤	الوقوف على قدم واحدة		١,٥٧	٠,٠٣	٠,٥٣	٠,٠٣	١,٠٤	٧٩,٢١	٠,٩٩
٥	الجرى الزجراجي		٣١,٥٣	١,٥٢	٥٢,١٥	٥,٣٢	-٢٠,٦٢	١٤,٠٩	٠,٩٧

قيمة (ت) الجدولية = (٢,٠٥) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥)

يتضح من جدول (٨) أن الاختبار البدنية قيد البحث تتمتع بقيمة عالية لمعامل الصدق حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة من (٦,٦٥) الى (٧٩,٢١)، وتلك القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢,٠٥) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥)، مما يدل على أن تلك الاختبارات صادقة فيما وضعت من أجله، وتراوحت قيم معامل الصدق بدلالة اختبار (ت) من (٠,٨٨) الى (٠,٩٩).

■ ثبات الاختبارات البدنية:

تم حساب ثبات الاختبارات البدنية في الفترة من يوم الاحد الموافق ١٠/٢ / ٢٠٢٢م إلى يوم الخميس الموافق ١٣/١٠/٢٠٢٢م باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه وذلك باستخدام معامل الارتباط بين نتائج التطبيقين على عينة بلغ عددها (٢٠) تلميذة من خارج العينة الأساسية ولهن نفس مواصفاتها بفارق زمني مدته أسبوعاً وفقاً لما أشار اليه محمد حسانين (٢٠٠١م) إلى أنه يمكن إيجاد معامل الثبات عن طريق تطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه بعد مضي اسبوع من التطبيق الأول ويوضح ذلك جدول (٩).

جدول (٩) معامل الثبات للاختبارات البدنية قيد البحث ن=٢=٢٠

م	الاختبار	الإحصاء	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة ر المحسوبة
			س-	ع±	س-	ع±	
١	الوثب العريض من الثبات		١,١٨	٠,٠٨	١,٢١	٠,٠٦	٠,٩٦
٢	٣٠ متر عدو		٧,٧٨	٠,٨٥	٧,٩٣	٠,٧٣	٠,٩٤
٣	ثنى الجذع أماماً أسفل من الوقوف		٥٤,٢٠	١,٠١	٥٤,٦٠	٠,٩١	٠,٩٢
٤	الوقوف على قدم واحدة		٠,٥٤	٠,٠٤	٠,٥٥	٠,٠٣	٠,٩٨
٥	الجرى الزجراجي		٤٩,٩٠	٥,٩٢	٥١,٣٨	٦,٦٢	٠,٩٥

قيمة (ر) الجدولية = (٠,٣٦) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥)

يتضح من جدول (٩) ان قيم معامل الارتباط الدالة على معامل الثبات بين التطبيقين الأول والثاني للاختبارات البدنية قيد البحث قد تراوحت من (٠,٩٢) الى (٠,٩٨) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية البالغة (٠,٣٦) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥) مما يدل على ثبات تلك الاختبارات.

ه- مسابقة الوثب الطويل:

تم اختيار مسابقة الوثب الطويل من الجرى من خلال المسح المرجعي للدراسات والأبحاث التي قام بها كل من هبة الله الحديدي (٢٠١٣)، الحسيني ندا (٢٠١٥)، شروق البطوط (٢٠١٧).

المعاملات العلمية لاختبار مسابقة الوثب الطويل من الجرى:

صدق اختبار مسابقة الوثب الطويل من الجرى:

تم الاستدلال بقيمة (ت) المحسوبة بين مجموعتين واحدة مميزة والأخرى غير مميزة في اختبار مسابقة الوثب الطويل من الجرى لإيجاد قيمة الصدق بدلالة تلك القيمة وفقا لما أشار اليه جاكارد (Jaccard) (١٩٨٣م) حيث يري انه يمكن التوصل لقيمة الصدق بدلالة قيمة (ت) المحسوبة عن طريق إيجاد الجذر التربيعي لايضا $2\sqrt{ETA}$ والجدول (١٠) يوضح ذلك:

جدول (١٠) قيمة معامل الصدق لاختبار مسابقة الوثب الطويل قيد البحث ن=١ ن=٢=١٥

م	الاختبار	الإحصاء	المجموعة		المجموعة غير		الفرق بين	قيمة ت	قيمة
			المميزة		المميزة				
			س-	ع±	س-	ع±			
١	مسابقة الوثب الطويل من الجرى	١,٧٥	٠,٠٧	١,٥٠	٠,٠٨	٠,٢٥	٢٩,٥٨	٠,٩٩	

قيمة (ت) الجدولية = (٢,٠٥) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥)

يتضح من جدول (١٠) أن اختبار مسابقة الوثب الطويل من الجرى قيد البحث يتمتع بقيمة عالية لمعامل الصدق حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٢٩,٥٨)، وتلك القيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢,٠٥) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥)، مما يدل على ان هذا الاختبار صادق فيما وضع من أجله، وبلغت قيمة معامل الصدق بدلالة اختبار (ت) (٠,٩٩).

ثبات اختبار مسابقة الوثب الطويل من الجرى:

تم حساب ثبات اختبار مسابقة الوثب الطويل من الجرى في الفترة من يوم الاحد الموافق ١٠/٢ / ٢٠٢٢م إلى يوم الخميس الموافق ١٣/١٠/٢٠٢٢م باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه وذلك باستخدام معامل الارتباط بين نتائج التطبيقين على عينة بلغ عددها (٢٠) تلميذة من خارج العينة الأساسية ولهن نفس مواصفاتها بفارق زمني مدته أسبوعاً وفقاً لما أشار اليه محمد حسانين (٢٠٠١م) إلى أنه يمكن إيجاد معامل الثبات عن طريق تطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه بعد مضي اسبوع من التطبيق الأول ويوضح ذلك جدول (١١).

جدول (١١) معامل الثبات لاختبار مسابقة الوثب الطويل من الجرى قيد البحث ن=١ ن=٢=٢٠

م	الاختبار	الإحصاء	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة ر
			المحسوبة		المحسوبة		
			س-	ع±	س-	ع±	
١	مسابقة الوثب الطويل من الجرى	١,٣١	٠,٠٧	١,٣٣	٠,٠٧	٠,٩٠	

قيمة (ر) الجدولية = (٠,٣٦) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥)

يتضح من جدول (١١) ان قيمة معامل الارتباط الدالة على معامل الثبات بين التطبيقين الأول والثاني لاختبار مسابقة الوثب الطويل من الجرى قيد البحث قد بلغ (٠,٩٠) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية البالغة (٠,٣٦) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥) مما يدل على ثبات هذا الاختبار.

ز- الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

- (١) ميزان.
- (٢) مسطرة مدرجة من الخشب ام١.
- (٣) مقعد بارتفاع ٥٠ سم .
- (٤) حفرة وثب .
- (٥) ساعة إيقاف .
- (٦) أقماع.
- (٧) شريط قياس.

- خطوات بناء البرنامج التعليمي المقترح بتصميم الرحلات المعرفية عبر الويب.

١- الأهداف العامة للرحلة المعرفية:

تم تحديد الأهداف العامة وفقاً لجوانب التعلم الثلاثة، وهي:

- هدف معرفي: يتمثل في اكساب التلميذات المعارف والمعلومات المرتبطة بمسابقة الوثب الطويل (أسسها، كيفية أدائها، أساليبها، أجزائها) من خلال الرحلة المعرفية عبر الويب.
- هدف مهاري: يتمثل في اكساب التلميذات الأداء المهاري الصحيح بمسابقة الوثب الطويل وتنفيذ الأساليب المناسبة لأدائها خلال الموقف التعليمي التي تتناسب مع أهداف المقرر ومحتواه من خلال الرحلة المعرفية عبر الويب.
- هدف وجداني: يتمثل في اكساب التلميذات الاتجاهات الإيجابية نحو التعلم الذاتي، والثقة بالنفس عند أداء مسابقة الوثب الطويل من خلال الرحلة المعرفية عبر الويب.

٢- صياغة الأهداف العامة للرحلة المعرفية:

بعد تحديد الأهداف العامة للرحلة المعرفية وتم صياغتها في صورة أهداف إجرائية على شكل سلوك نهائي ووصفها وصفاً إجرائياً يوضح طرق إبحار التلميذات المتوقعة في الرحلة المعرفية، وقد تم صياغة الأهداف السلوكية والتي يكتسبها التلميذات من خلال الرحلة المعرفية وتم تحديدها في أهداف معرفية وأهداف مهارية وأهداف وجدانية.

٣- أسس وضع الرحلة المعرفية:

تم مراعاة مجموعة من الأسس العلمية عند تصميم الرحلات المعرفية، وتتلخص في الآتي:

- أن يتناسب محتوى الرحلة المعرفية مع الهدف المراد تحقيقه.
- أن يتناسب محتوى الرحلة المعرفية مع خصائص المرحلة السنوية للتلميذات.
- أن يكون محتوى الرحلة المعرفية متعدد التساؤلات والمشكلات التي يتطلب من التلميذات التوصل إلى حلول لها.
- يخدم التلميذات في الوصول إلى مزيد من مصادر المعرفة.
- يربط المعلم بالتلميذات داخل وخارج الصف الدراسي.
- يهدف إلى تبسيط إدارة العملية التعليمية وجعلها ممتعة ومُشجعة على التعلم.
- يوفر أدوات تقنيّة حديثة وحلول ذكية وعصرية تُساعد في العملية التعليمية.
- أن تحقق الرحلة المعرفية القدرة على استخدام الحاسب الآلي وشبكة المعلومات الدولية.
- يوفر أدوات مُتطورة وسهلة الاستخدام وتفاعلية ذات طابع إجتماعي.
- أن تحقق الرحلة المعرفية مبدأ التفاعل والتعاون بين التلميذات أثناء استخدام الرحلة المعرفية عبر الويب.
- أن يُراعي الرحلة المعرفية عرض المهارة التعليمية بصورة متسلسلة.

- يوظف عدداً من الأدوات الحديثة لتسهيل مهمة المعلم.

٤- سيناريو الرحلة المعرفية:

تم إعداد السيناريو المقترح في ضوء الأهداف المطلوب تحقيقها بالمهارة التعليمية قيد البحث من خلال استخدام الرابط <https://WWW.Longjumb.com> لتصميم الرحلة المعرفية، حيث اشتمل السيناريو على وصف المحتوى المقترح للرحلة المعرفية مسموع ومقروء ويحتوي على كل ما يقابل التلميذات أثناء الرحلة والتعليمات والإرشادات التي يتم مشاهدتها في بداية الرحلة المعرفية، وكذلك الأهداف العامة والسلوكية للبرنامج مع مراعاة التغذية الراجعة لكل إبحار، وأيضاً دقة المعلومات وصياغتها بلغة واضحة، وتم العرض على مجموعة من السادة الخبراء في مجال تكنولوجيا التعليم والمناهج وطرق التدريس بهدف إستطلاع رأيهم في الرحلة المعرفية المقترحة وأهداف وطريقة الإبحار لتقرير مدى صلاحيته للتطبيق.

٥- عناصر الرحلة المعرفية:

- **التمهيد:** يتم فيها شرح الفكرة العامة للرحلة المعرفية عبر الويب، ثم توضيح مهارة الوثب الطويل مع توضيح (فكرة الدرس، عناصره) بطريقة مشوقة وجذابة لإثارة دافعية التلميذات نحو التعلم، وكذلك وضع التلميذات في تصور مسبق حول تعلم الدرس.

- **المهام:** فيها يتم عرض الأهداف التعليمية الواجب تحقيقها في الرحلة المعرفية لمهارة الوثب الطويل وصياغة تلك الأهداف بصورة إجرائية سلوكية، ثم عرض هذه المهام المطلوب إنجازها أثناء الرحلة المعرفية على التلميذات وتذكيرهم بأن إنجازها سوف يمكنهم من تعلم المهارة، ويجب أن تكون تلك المهام قابلة للتنفيذ ومثيرة لإهتمام ودافعية التلميذات.

- **العمليات:** وفيها يتضح أسلوب العمل المتبع في تعلم مهارة الوثب الطويل ومتابعة سير العمل وتقديم التغذية الراجعة الفورية والمستمرة والعمل على تشجيع التلميذات في حال سير الرحلة كما هو مخطط لها.

- **المصادر:** تُحدد الباحثة المواقع ذات الصلة الوثيقة بمهارة الوثب الطويل وأنشطتها بحيث تكون مواقع موثوقة ووتتناول المهارة التعليمية بصورة هادفة ومقتنة، ولا بد من على تنوع مصادر المعلومات التي تقوم التلميذات بزيارتها لإتمام عملية تعلم المهارة وأيضاً إيجاد حلول للأسئلة المحددة لكل نشاط.

- **التقييم:** يُعتبر معيار للمهارات والاستنتاجات المكتسبة عن مهارة الوثب الطويل من قبل التلميذات، وفيه تتضح عملية التقييم بشكل جيد للتلميذات قبل بداية شرح المهارة داخل الرحلة المعرفية ويُنتج عن ذلك زيادة دافعية التلميذات نحو التعلم قبل البدء بالرحلة في جميع محاور التقييم المختلفة.

- **الاستنتاجات:** هي ختام الرحلة المعرفية وفيها يتم عرض ملخص لأهم النقاط التي تم التعرف عليها من خلال الرحلة المعرفية في مهارة الوثب الطويل، وكذلك تذكير التلميذات بالمهام التي كُلفوا بها وتشجيعهم على الاستمرار في الحصول على المعرفة.

- الإجراءات التنفيذية للبحث.

بعد التأكد من توافر كافة الشروط والمعاملات العلمية للإختبارات قيد البحث وأيضاً الرحلة المعرفية المقترحة عبر الويب لدى التلميذات قيد البحث، وكذلك إستكمال كافة الإجراءات لتنفيذ تجربة البحث تم ما يلي:

٥- القياسات القبليّة:

تم إجراء القياسات القبليّة في كل من اختبار الذكاء واختبار الصفات البدنية والمهارية لمجموعتين البحث الضابطة والتجريبية يوم الاثنين الموافق ١٧ / ١٠ / ٢٠٢٢م.

٦- تطبيق الرحلة المعرفية:

بعد إجراء التجانس والتكافؤ لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية تم تطبيق الرحلة المعرفية طويلة المدى على المجموعة التجريبية حيث استغرقت مدة تزيد عن ثلاث اسابيع وهي ماتتناسب مع موضوع البحث والدراسة وذلك يوم الاثنين الموافق ٢٣/١٠/٢٠٢٢م حتى يوم الاثنين الموافق ٢٦/١٢/٢٠٢٢م بواقع درس تعليمي أسبوعياً (الاثنين) ولمدة (١٠) أسابيع، وتم تجهيز معمل الحاسب الآلي بالمعهد بعد أخذ الموافقة الإدارية من إدارة المعهد حتي تستطيع تلميذات المجموعة التجريبية التفاعل مع الرحلة المعرفية المُصممة على الموقع التعليمي حيث تم بكل لقاء عرض درس عن طريق خطوات الرحلة المعرفية.

٧- القياسات البعدية:

بعد انتهاء مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية من تطبيق البرامج المناسبة لكلا المجموعتين، في اختبار مستوى الاداء المهارى لمسابقة الوثب الطويل على جميع أفراد مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية وذلك يوم الخميس الموافق ٢٩/١٢/٢٠٢٢م.

٨- الأساليب الإحصائية.

للتحقق من أهداف البحث واختبار فرضياته، تم استخدام جهاز الحاسب الآلي بالاستعانة بالبرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعى (SPSS) (Statistic Program For Social Scinces).

عرض ومناقشة نتائج البحث

أولاً: عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى

- جدول (١٢) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدى للاختبار المهارى قيد البحث

الاختبارات	الإحصاء		القياس القبلي		القياس البعدى	
	م	الاختبارات	س	ع ±	س	ع ±
١ الوثب الطويل من الجرى	١		١,٣٢	٠,٠٧	٢,٠٧	٠,١٨

يتضح من جدول (١٢) أن المتوسط الحسابي في القياس القبلي للاختبار المهارى للمجموعة الضابطة قد بلغا (١,٣٢)، وفى القياس البعدى بلغا (٢,٠٧)، مما يدل على أفضلية القياس البعدى في تلك الاختبار.

- جدول (١٣) دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى للاختبار المهارى قيد البحث للمجموعة الضابطة $n=1$ $n=2$ $10 =$ قيمة ويلكسون الجدولية $(Z) = 8$ عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥)

الاختبارات	الإحصاء		القياسات		مجموع الرتب		متوسط الرتب		مستوى الدلالة الإحصائية
	م	الاختبارات	١ ت	٢ ت	١ ت	٢ ت	١ ت	٢ ت	
١ الوثب الطويل من الجرى	١		٠	١٠	٠	٥٥	٠	٥,٥٠	٢,٨١-

يوضح جدول (١٣) أن قيمة (z) المحسوبة بتطبيق اختبار الإشارة لويلكسون لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في درجة الاختبار المهاري قد بلغت (-٢,٨١) وتلك القيمة أصغر من قيمة (z) الجدولية البالغة (٨)، وبمستوى دلالة إحصائية أصغر من (٠,٠٥) بلغ (٠,٠١)، مما يدل على أن الفروق بين القياسين حقيقية ولصالح القياس البعدي إذا متوسط الرتب الأفضل.

ويرجع الباحثين ظهور تلك النتائج إلى الممارسة العملية من جانب تلميذات المجموعة الضابطة لمسابقة الوثب الطويل ومعرفتهم لمضمون الأداء، كما وترجع أيضا ظهور تلك النتائج إلى أن الطريقة التقليدية (أسلوب الأوامر) لها تأثير إيجابي في تعليم مسابقة الوثب الطويل لتلميذات المجموعة الضابطة قيد البحث إلى جود باحثين مؤهلين لتعليم التلميذات والذي أعطى فكرة واضحة عن كيفية الأداء بتقديم النموذج عن المهارة موضوع الدرس التعليمي وكذا قدرته على تصحيح الأخطاء وما له من خبرة في تعليم مسابقة الوثب الطويل وفهمه لمتطلبات الأداء من حيث الشرح والأداء وتصحيح الأخطاء، الأمر الذي ساعد على تكوين الصورة الواضحة لفهم كيفية الأداء والذي أدى في النهاية إلى الأداء الفعال الذي أحدث فروقا بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة.

ويتفق ذلك مع دراسة كل من هالت وبيكر (٢٠١١)؛ محي الدين (٢٠١٩)؛ عبد الحميد (٢٠٢١)؛ عبد الرحمن (٢٠٢١) والتي أكدت على استخدام الطريقة المتبعة (أسلوب الأوامر) والتي لها تأثيراً إيجابياً على مستوى الاداء المهاري وتعلم بعض المهارات الأساسية في الانشطة الرياضية المختلفة.

ويشير أبو رشيد؛ والسبر (٢٠٠٧) إلى "أن الأسلوب المتبع في التدريس للمجموعة الضابطة (أسلوب الأوامر) هو أول أسلوب من أساليب موسكا مستون للتدريس، وتعتمد بنية هذا الأسلوب على الأوامر فحسب حيث يدفع المعلم تلاميذه إلى ما يراه مناسباً، حيث إن أي حركة أو عمل تقوم بها التلميذات يجب أن تسبقه إشارة الأمر من المعلم ويتخذ المعلم في هذا الأسلوب جميع القرارات، وهذا الأسلوب هو الأسلوب التقليدي الذي يستخدم عادة في كثير من دروس التربية الرياضية ويسهم في حدوث عملية التعلم لمنهاج التربية الرياضية وهذا يؤكد الفروق بين القياسين للمجموعة الضابطة" (ص، ٢١).

ومما سبق تتحقق الفرضية الأولى والتي تنص على: توجد فروق عند مستوي دلالة إحصائية (٠,٠٥) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة (أسلوب الأوامر) في مستوى تعلم مهارة الوثب الطويل ولصالح القياس البعدي.

ثانياً: عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية

- جدول (١٤) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي للاختبار المهاري قيد البحث

الإحصاء		القياس القبلي		القياس البعدي	
م	الاختبارات	س-	ع ±	س-	ع ±
١	الوثب الطويل من الجرى	١,٣١	٠,١٠	٢,٥٩	٠,١٢

يتضح من جدول (١٤) أن المتوسط الحسابي في القياس القبلي للاختبار المهاري للمجموعة التجريبية قد بلغا (١,٣١)، وفي القياس البعدي بلغا (٢,٥٩)، مما يدل على أفضلية القياس البعدي في تلك الاختبار.

- جدول (١٥) دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للاختبار المهاري قيد البحث للمجموعة التجريبية ن=١ ن=٢ = ١٠ =

م	الاختبارات	الإحصاء		القياسات		مجموع الرتب		متوسط الرتب		(Z)	مستوى الدلالة الإحصائية
		١	٢	١	٢	١	٢	١	٢		
١	الوثب الطويل من الجرى	٠	١٠	٠	٥٥	٠	٥٥	٠	٥٥	-٢,٨١	٠,٠١

يوضح جدول (١٥) أن قيمة (z) المحسوبة بتطبيق اختبار الإشارة لويلكسون لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في درجة الاختبار المهاري قد بلغت (-٢,٨١) وتلك القيم أصغر من قيمة (z) الجدولية البالغة (٨)، وبمستوى دلالة إحصائية أصغر من (٠,٠٥) بلغ (٠,٠١) مما يدل على أن الفروق بين القياسين حقيقية ولصالح القياس البعدي ذا متوسط الرتب الأفضل.

ويرجع الباحثين التأثير الإيجابي في استخدام الرحلات المعرفية والتي خضعت لها تلميذات المجموعة التجريبية والتي تضمن استخدام أكثر من وسيط تعليمي كعرض المهارة التعليمية من عرض لصور ثابتة ومتحركة واستخدام النصوص المكتوبة والمؤثرات الصوتية والتسجيلات الموضحة لكيفية أداء المهارة التعليمية واستخدام الموسيقى والفيديوهات التعليمية لمسابقة الوثب الطويل لتلميذات الصف الأول الإعدادي، كل ماسبق ساعد التلميذات على فهم واستيعاب شكل المسابقة التعليمية ومساها الحركي الصحيح بكل وضوح ورعى في ذلك توضيح للنقاط الفنية والإداءات التعليمية عند تجزئة مسابقة الوثب الطويل قيد البحث، كما ساعدت الرحلة المعرفية التلميذات من سهولة التوصل للمعلومات بالإضافة إلى التغذية الراجعة والمستمرة عند التعلم من الرجوع في أي وقت لمتابعة الأداء الحركي الصحيح والتفاعل مع الرحلة واكتساب الثقة بالنفس والاعتماد على الذات.

ويتفق هذا مع ما أشار إليه دراسة كل من وانج؛ ومايكل (٢٠٠٩)؛ فيترانتو وأخرون (٢٠١٦)؛ عبد النبي (٢٠٢٠)؛ عبد الوهاب (٢٠٢١)، مصطفى (٢٠٢١) والتي أكدت جميعها على التأثير الإيجابي في استخدام الرحلات المعرفية في التعليم.

وفي هذا الصدد تؤكد الخولى (٢٠١٨) على أن "الرحلات المعرفية تعتمد على أنشطة استقصائية موجهة من خلال شبكة المعلومات الدولية تُفيد في تدعيم التعلم الفعال وزيادة نشاط التلميذ الذهني القائم على مهارات التفكير العليا وذلك من خلال دمج مجموعة من المصادر كالمجلات والكتب والأقراص المدمجة والفيديوهات تسمح لهم بتعلم واكتساب خبرات جديدة في المواقف التعليمية" (ص، ١٠٣).

ومما سبق تتحقق الفرضية الثانية والتي تنص على: توجد فروق عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (الرحلات المعرفية) في مستوى تعلم مهارة الوثب الطويل ولصالح القياس البعدي.

ثالثاً: عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة

- جدول (١٦) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي للاختبار المهاري قيد البحث
 $n_1 = n_2 = 10$

الاختبارات	الإحصاء		المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية	
	م	س	ع ±	س-	ع ±	س-
١	الوثب الطويل من الجرى		٢,٠٧	٠,١٨	٢,٥٩	٠,١٢

يتضح من جدول (١٦) أن المتوسط الحسابي في القياس البعدي للاختبار المهاري للمجموعة الضابطة قد بلغا (٢,٠٧)، وللمجموعة التجريبية (٢,٥٩)، مما يدل على أفضلية القياس البعدي للمجموعة التجريبية في تلك الاختبار.

- جدول (١٧) دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار المهاري في القياس البعدي $n_1 = n_2 = 10$

الاختبارات	المجموعات		مجموع الرتب		متوسط الرتب		مستوى الدلالة الإحصائية
	م	س	١ ت	٢ ت	١ ت	٢ ت	
١	الوثب الطويل من الجرى	٩	١٠	٤٥,٥٠	١٤٤,٥٠	٥,٠٦	١٤,٤٥
							٠,٥٠
							٠,٠٠

يتضح من جدول (١٧) أن قيمة مان ويتنى (U) لدلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار المهاري في القياس البعدي قد بلغت (٠,٥٠) وتلك القيم أصغر من قيمة مان ويتنى (U) الجدولية البالغة (٢٣,٠٠) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥) وإن مستوى الدلالة الإحصائية قد بلغ (٠,٠٠) وهو أصغر من مستوى الدلالة الإحصائية (٠,٠٥) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في ذلك الاختبار لصالح القياس البعدي ذا متوسط الرتب الأفضل.

ويرجع الباحثين هذه النتيجة إلى استخدام الرحلات المعرفية والتي تعد من التقنيات الحديثة في التعليم، واحد ابداعات وتطبيقات تكنولوجيا التعليم في تدريس المهارات الحركية المتعددة في التربية الرياضية وذلك بأسلوب مشوق وجذاب لانتباه حواس التلميذات، حيث انتقل التركيز من طريقة الشرح والنموذج والامرار في التعليم إلى التركيز على عمليات الاتصال بمشاهدة مسابقة الوثب الطويل قيد البحث عن طريق الصور المتسلسلة والفيديوهات التعليمية وأيضاً من خلال قراءة النصوص التعليمية الموضحة لاداء مسابقة الوثب الطويل قيد البحث والاستماع إلى الموسيقى، كما أن مشاهدة الاداء الحركي عند التعلم يساعد في تسببت صورة واضحة وكاملة عن الاداء الصحيح ويساعد أيضاً في دافعتهم للتعلم ومحاكاة ما تم مشاهدته بطريقة صحيحة.

ويتفق هذا مع ما أشارت إليه دراسة كل من هالت؛ وبيكر (٢٠١١)؛ صبري والجهني (٢٠١٣)؛ حسن (٢٠٢٠)؛ خليفة (٢٠٢١)؛ محمد (٢٠٢٢) والتي أكد على أن استراتيجية الرحلات المعرفية قد وفرت للتلميذات مجالاً للبحث والاستقصاء واكتشاف عالم شبكة المعلومات الدولية عبر البحث والتأمل في مجال مُحدد وفق خطوات معرفية مُحددة، مما مكنهم من تحقيق أهداف البحث والاستقصاء بأقل وقت وجهد بعيداً عن التشتت على أفراد المجموعة الضابطة والتي استخدمت أسلوب الاوامر.

ويرى حماد (٢٠١٧) أن "إستراتيجية الرحلات المعرفية عبر الويب تُعتبر نمط تربيوي بناي متمحور حول نموذج المتعلم الرحال والمُستكشف وتعمل على تنمية القدرات الذهنية المُتقدمة لدى المتعلمين والتعامل مع المصادر المتنوعة للمعلومات وتستغل التقنيات الحديثة بما فيها الشبكة العنكبوتية لأهداف تعليمية" (ص، ١٧٦).

ومما سبق تتحقق الفرضية الثالثة والتي تنص على: توجد فروق عند مستوى دلالة احصائية (٠,٠٥) بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي في مستوى تعلم مهارة الوثب الطويل لصالح المجموعة التجريبية.

الإستنتاجات والتوصيات

أولاً: الإستنتاجات:

في ضوء هدف البحث وفرضياته وحدود عينة البحث والمعالجات الاحصائية المستخدمة فقد تم التوصل الى النتائج التالية:

- ١- طريقة الشرح والنموذج المتبعة أثرت تأثير ملحوظاً في الاداء المهاري لمسابقة الوثب الطويل بدرس التربية الرياضية لتلميذات الصف الأول الأعدادي.
- ٢- ساهمت استراتيجيات الرحلات المعرفية بصورة ايجابية في الاداء المهاري لمسابقة الوثب الطويل بدرس التربية الرياضية لتلميذات الصف الأول الأعدادي.
- ٣- حققت تلميذات المجموعة التجريبية نتائج ايجابية عند استخدامها استراتيجيات الرحلات المعرفية في مستوى الاداء المهاري لمسابقة الوثب الطويل عن تلميذات المجموعة الضابطة والمستخدمه أسلوب الاوامر بدرس التربية الرياضية لتلميذات الصف الأول الأعدادي.

ثانياً : التوصيات :

بناء على الإستنتاجات الخاصة بموضوع البحث فقد تم التوصل الى التوصيات التالية:

- ١- تطبيق استراتيجيات الرحلات المعرفية في تعلم الاداء المهاري لمسابقة الوثب الطويل بدرس التربية الرياضية لتلميذات المرحلة الأعدادية.
- ٢- عمل دورات تدريبية بالتعاون مع قطاع المعاهد الأزهرية وكلليات التربية الرياضية علي كيفية التدريس باستخدام استراتيجيات الرحلات المعرفية عبر الويب.
- ٣- تطبيق استراتيجيات الرحلات المعرفية علي أنشطة رياضية اخري بدرس التربية الرياضية في المراحل التعليمية المختلفة.

قائمة المراجع

أولاً - المراجع العربية:

أبورشيد، رشيد، والسبير، خالد. (٢٠٠٧). *أساليب التعليم في التربية البدنية، الرياض، مكتبة الملك فهد الوطنية.*

Abu Rashid, Rashid, and Al-Saber, Khaled. (٢٠٠٧). *Teaching methods in physical education, Riyadh, King Fahd National Library.*

أحمد، أكرم. (٢٠١٢). *تعليم الرياضيات باستخدام فعاليات الويب كويست للصف التاسع الاساسي (الجانب العاطفي)، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، فلسطين، جامعة النجاح الوطنية.*

Ahmed, Akram (٢٠١٢). *Teaching Mathematics using Web Quest activities for the ninth grade (the emotional aspect), an unpublished master's thesis, College of Graduate Studies, Palestine, An-Najah National University.*

بسطويسي، بسطويسي. (١٩٩٧). *سباقات المضمار ومسابقات الميدان تعليم - تدريب - تكتيك، القاهرة، دار الفكر العربي.*

Bastawisi, Bastawisi (١٩٩٧). *Track races and field competitions, Education - Training - Technique, Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi.*

البطوط، شروق. (٢٠١٧). *تأثير استخدام الرسوم المتحركة على تعلم مسابقات الميدان والمضمار بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الابتدائية، جامعة بورسعيد، رسالة ماجستير.*

Al-Batout, Shuruq (٢٠١٧). *The effect of using animation on learning field and track competitions in physical education for primary school students, Port Said University, master's thesis.*

الحديدي، هبة الله. (٢٠١٣). *تأثير برنامج تعليمي باستخدام الهيرميديا على التحصيل المعرفي ومستوى الاداء المهارى للمبتدئات فى الوثب الطويل، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بورسعيد. كلية التربية الرياضية للبنين والبنات.*

Al-Hadidi, Hebat Allah. (٢٠١٣). *The effect of an educational program using hypermedia on the cognitive achievement and the level of skill performance for beginners in the long jump, an unpublished master's thesis, Port Said University. College of Physical Education for boys and girls.*

حسانين، محمد. (٢٠٠١). *القياس والتقويم في التربية الرياضية والرياضة، الجزء الأول، ط٤، القاهرة. دار الفكر العربي.*

Hassanein, Muhammad. (٢٠٠١). *Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports, Part One, 4th edition, Cairo. Arab Thought House.*

حسن، سامح. (٢٠٢٠). *تأثير استخدام الرحلات المعرفية عبر الويب على التحصيل المعرفي وبعض المهارات التدريسية لطلاب كلية التربية الرياضية ببورسعيد، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بورسعيد، كلية التربية الرياضية للبنين والبنات.*

Hassan, Sameh (٢٠٢٠). *The effect of using cognitive trips via the web on cognitive achievement and some teaching skills for students of the Faculty of Physical Education in Port Said, an unpublished master's thesis, Port Said University, Faculty of Physical Education for boys and girls.*

حماد، حمزة. (٢٠١٧). *دمج مهارات التفكير في تدريس مساق الأحوال الشخصية (مهارات تفكير، خرائط مفاهيمية، رحلة معرفية، الكورت) تطبيقات عملية، الإمارات العربية المتحدة، مركز دبيونو لتعليم التفكير.*

Hammad, Hamza (٢٠١٧). *Integration of thinking skills in teaching the personal status course (thinking skills, conceptual maps, knowledge journey, CORT) Practical applications, United Arab Emirates, Debono Center for Teaching Thinking.*

خليفة، أحمد. (٢٠٢١). فاعلية استخدام بعض أساليب التدريس على تعلم مهارة الوثب الطويل لتلاميذ المرحلة الابتدائي، مجلة بحوث التربية الرياضية، المجد (٦٩)، العدد (١٣٣).

Khalifa, Ahmed. (٢٠٢١). The effectiveness of using some teaching methods on learning the long jump skill for primary school students, Journal of Physical Education Research, Al-Majd (٦٩), No. (١٣٣).

خميس، شيماء. (٢٠١٦). أدوار المعلم المتجددة (الويب كويست) نموذجاً للرحلات المعرفية، مؤتمر تكنولوجيا التربية والتحديات العالمية للتعليم، جمهورية مصر العربية، الجمعية العربية لتكنولوجيا التربية.

Khamis, Shaima. (٢٠١٦). Renewable Teacher Roles (Web Quest) as a Model for Knowledge Journeys, Education Technology Conference and Global Challenges for Education, Arab Republic of Egypt, Arab Society for Education Technology.

الخولي، أمين ومرسي، قدرى والشافعي، جمال الدين وجابر، أشرف ومحمد، جمال وشوقي، هدى. (١٩٩٧، ١٩٩٨). دليل معلم الصف الأول الإعدادي "التربية الرياضية"، مركز تطوير المناهج، القاهرة، وزارة التربية والتعليم.

Al-Khouli, Amin and Morsi, Qadri and Al-Shafi'i, Gamal Al-Din and Jaber, Ashraf and Muhammad, Jamal and Shawqi, Hoda (١٩٩٧, ١٩٩٨). First Preparatory Grade Teacher's Guide "Physical Education", Curriculum Development Center, Cairo, Ministry of Education.

الخولي، علياء. (٢٠١٨). فاعلية استخدام الرحلات المعرفية في التحصيل المعرفي والمهارات التدريسية لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا، رسالة دكتوراه، جامعة طنطا، كلية التربية الرياضية.

Al-Khouli, Alia. (٢٠١٨). The effectiveness of using cognitive trips in cognitive achievement and teaching skills for students of the Faculty of Physical Education in Tanta, Ph.D. thesis, Tanta University, Faculty of Physical Education.

صالح، أحمد. (١٩٨٣). نظريات التعلم، القاهرة، مكتبة النهضة العربية.

Saleh, Ahmed. (١٩٨٣). Learning theories, Cairo, Arab Renaissance Library.

صبري، ماهر، والجهني، ليلى. (٢٠١٣). فاعلية الرحلات المعرفية عبر الويب (ويب كويست) لتعلم العلوم في تنمية بعض مهارات عمليات التعلم لدى طالبات المرحلة المتوسطة، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، العدد (٣٤)، الجزء الأول، جامعة بنها، رابطة التربويين العرب.

Sabri, Maher, and Al-Juhani, Laila (٢٠١٣). The effectiveness of cognitive trips via the Web (Web Quest) to learn science in developing some learning process skills among middle school students, Journal of Arab Studies in Education and Psychology, Issue (٣٤), Part One, Benha University, Association of Arab Educators.

عبد العاطي، حسن. (٢٠١٤). الأسس النظرية والفلسفية للويب كويست، مجلة التعليم الإلكتروني، العدد (١٤)، جامعة المنصورة، وحدة التعليم الإلكتروني.

Abdel-Aty, Hassan. (٢٠١٤). Theoretical and philosophical foundations of the Web Quest, Journal of E-Learning, Issue (١٤), Mansoura University, E-Learning Unit.

عبد النبي، أزهار. (٢٠٢٠). استهدفت التعرف على أثر استخدام الرحلات المعرفية على مستوى الاداء المهارى فى التمرينات لدى الطالبات نوات صعوبات التعلم، مجلة نظريات وتطبيقات التربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية، جامعة مدينة السادات، المجلد (٣٤)، العدد (١).

Abdel Nabi, Azhar (٢٠٢٠). The aim was to identify the effect of using cognitive trips on the level of skillful performance in exercises among female students with learning difficulties, Journal of Theories and Applications of Physical Education and Sports Sciences, Faculty of Physical Education, Sadat City University, Volume (٣٤), Number (١).

عبد الوهاب، محمد. (٢٠٢١). فعالية استخدام الرحلات المعرفية (*Web quest*) عبر الويب على التحصيل المعرفي لمقرر تكنولوجيا التعليم (٢) لطلاب كلية التربية الرياضية، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية للبنات بفلمنج، جامعة الاسكندرية، العدد (٦٦).

Abdel Wahhab, Muhammad. (٢٠٢١). The effectiveness of using cognitive trips (*Web quest*) via the web on the cognitive achievement of the educational technology course (٢) for students of the Faculty of Physical Education, Scientific Journal of Physical and Sports Education Sciences, Faculty of Physical Education for Girls in Fleming, Alexandria University, Issue (٦٦).

عبد الحميد، صلاح. (٢٠٢١). تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام التعلم المدمج على تعلم الوثب الطويل لتلاميذ المرحلة الابتدائية. مجلة بحوث التربية الرياضية، المجلد (٧٠)، العدد (١٣٥).

Abdul Hameed, Salah. (٢٠٢١). The effect of a proposed educational program using blended learning on learning the long jump for primary school students. Journal of Physical Education Research, Volume (٧٠), Number (١٣٥).

عبدالرحمن، علي. (٢٠٢١). تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام التعلم النشط على المستوى البدني والمهاري والمعرفي لمسابقة الوثب الطويل لتلاميذ المرحلة الابتدائية، مجلة بحوث التربية، العدد (١٣٦)، المجلد (٧٠).

Abdul Rahman, Ali. (٢٠٢١). The effect of a proposed educational program using active learning on the physical, skill and cognitive levels of the long jump competition for primary school students, Journal of Education Research, Issue (١٣٦), Volume (٧٠).

فهmy، أحمد. (٢٠٢٠). تأثير برنامج تعليمي باستخدام الرحلات المعرفية عبر الويب على نواتج التعلم لسباقات الميدان والمضمار المنهجية لطلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الوادي الجديد، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة جنوب الوادي، كلية التربية الرياضية.

Fahmy, Ahmed (٢٠٢٠). The effect of an educational program using cognitive excursions via the web on the learning outcomes of field and track races for secondary school students in the New Valley Governorate, unpublished PhD thesis, South Valley University, College of Physical Education.

محمد، سامح. (٢٠٢٢). فاعلية التعلم التشاركي المدعم إلكترونياً على تعلم مهارة الوثب الطويل لطلاب المرحلة الثانوية، مجلة بحوث التربية الرياضية، المجلد (٧١)، العدد (١٣٨).

Muhammad, Sameh (٢٠٢٢). The effectiveness of electronically supported participatory learning on learning the long jump skill for secondary school students, Journal of Physical Education Research, Vol. (٧١), No. (١٣٨).

محي الدين، دعاء. (٢٠١٩). فاعلية استراتيجية الرحلات المعرفية عبر الويب في تعلم مسابقة الوثب الثلاثي لدى طالبات كلية التربية الرياضية. المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، العدد (٣١).

Mohy El Din, Doaa (٢٠١٩). The effectiveness of the strategy of cognitive trips via the web in learning the triple jump competition among female students of the Faculty of Physical Education. Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences, Issue (٣١).

مصطفى، محمد. (٢٠٢١). تأثير استخدام الرحلات المعرفية على تعلم مهارات الانقاذ في السباحة والتحصيل المعرفي للمبتدئين، المجلة العلمية لعلوم الرياضة، جامعة كفر الشيخ. كلية التربية الرياضية، العدد (٤).

Mustafa, Muhammad. (٢٠٢١). The effect of using cognitive excursions on learning rescue skills in swimming and cognitive achievement for beginners, Scientific Journal of Sports Sciences, Kafrelsheikh University. College of Physical Education, Issue (٤).

الملاح، تامر. (٢٠١٧). التعلم التكيفي (بيانات التعلم التكيفي)، القاهرة، دار السحاب للنشر والتوزيع.

Al-Mallah, Tamer. (٢٠١٧). Adaptive Learning (Adaptive Learning Environments), Cairo, Dar Al Sahab for Publishing and Distribution.

ندا، الحسيني.(٢٠١١). تأثير استخدام الاسلوب المتباين على الاداء المهاري لبعض مسابقات الميدان والمضمار لتلاميذ المرحلة الاعدادية، جامعة بورسعيد، رسالة ماجستير.

Nada, Al-Husseini. (٢٠١١). The effect of using contrasting style on the skillful performance of some track and field competitions for middle school students, Port Said University, master's thesis.

ثانياً- المراجع الانجليزية:

Agoston Schulek : (٢٠٠٢) Long Jump with Super Amacimal &Normal speed ,New studies in Athletics by iaaf ١٧:٢

Fang Wang, Michael j, Hanafin :(٢٠٠٩) scaffolding preservice teachers, web quest design :a qualitative study, J comput High Educ ٢١

Halat, E, Peker, M: (٢٠١١) The Impacts of Mathematical-Representation Developed through Web Quest and Spreadsheet activities on the motivation of pre-service elementary school teachers eric, tojet: the Turkish online Journal of Educational Technology, April, Vol١٠, Is sue٢

Jacqueline, L: (٢٠٠٧) Confronting Challenges in Online Teaching: The Web Quest Solution, Merlot Journal of online learning and teaching, Vol٣, No١, March.

Nanang Fitrianto, et al: (٢٠١٦) The Effect Of Webqwest on EFL Readind Ability, Teacher Training and Education Faculty, Muhammadiyah University of Ponorogo.