

فاعلية استخدام الأسلوب الاثرائى على الصمود النفسى والأداء الهجومى فى رياضة المبارزة

أ.م.د. أمينة جمال السيد مصطفى

أستاذ مساعد
بقسم الرياضات المائية والمنازلات
بكلية التربية الرياضية للبنات
جامعة الزقازيق

المقدمة ومشكلة البحث:

أصبحت العملية التعليمية بما يواجهها من تحديات العصر ومشكلاته محور الأبحاث في مجال التعليم، وقد اختلفت استراتيجيات الأنظمة التعليمية في مواجهة تلك المشكلات طبقا للواقع التعليمي في دول العالم المختلفة، ولا يمكن لأي من هذه الأنظمة التعليمية أن تتغلب على مشكلاتها دون العمل على تجديد ذاتها وإيجاد نظام عصري لتعليم جديد في أهدافه ومحتواه وأساليبه ووسائله وذلك من أجل نجاح العملية التعليمية حتى يؤتي التعليم ثماره المنشوده، ومما لا شك فيه أن العنصر البشري المحور الرئيسي في أي رياضه حيث تدور حوله باقي المرتكزات حيث اصبح الايمان بالحاجات النفسيه امر بديهيا مسلما به لذلك اتجهت الابحاث والدراسات الحديثه الي دراسه حاله النفسيه والشعوريه للعنصر البشري واستثماره بما ينفع صالح المجتمع حيث يواجه الانسان بمختلف فئاته وشرائحه ظروف حياتيه صعبه تؤثر علي شخصيته وقدرته علي التكيف ليواصل مشوار حياته واثبات ذاته الرياضي وهذا يتطلب منه صمودا نفسيا حتي يستطيع مواكبه تلك الظروف التي يتعرض لها خلال مشواره.

ويضيف "محروس محمد وآخرون" (٢٠٠٨م) لكي يتمكن المعلم من حث طلابه الي التعلم فلا بد له من استخدام طرق واساليب مختلفة ومتعدده مما يتطلب من المعلم ان يكون ملما بالماما تاما بطرق واساليب التدريس المختلفه وكيفية حدوث التعلم من جانب الطلاب وكيف تؤثر الطرق والاساليب المستخدمة في سرعة تحقيق الهدف من عملية التعليم والتعلم وهو إتقان وتثبيت الأداء وكذا توفير الوسائل المختلفه لمراعاة الفروق الفردية بين الطلاب (١٧: ٩١)

وتشير "كوثر حسين" (٢٠٠١م) الي انه قد زاد وعي المعلمين بضرورة استخدام طرق واساليب جديدة للتدريس تتمشي مع النظم الديمقراطية وتستند على علم النفس الحديث مما يتيح للطلاب فرصة الاشرتك الايجابي في العملية التعليمية ومن هذه الاساليب الذي تعمل علي تحقيق اكبر عدد من الاهداف التعليمية التي تستهدف تنمية شخصية الطالب من جميع النواحي.

(١٤: ٧٥)

ويشير "مجدي عزيز" (٢٠٠٩م) أن من اهم مميزات الاثراء التعليمي هو ادخال تعديلات أو إضافات علي المناهج المقررة للطلاب في المجالات المعرفية والإنفعالية والنفس حركية لتواكب مستوي الطلاب الفائقين أو لتسهم لرفع مستوى الطلاب العاديين وذلك من خلال التوسع والتعمق في جوانب التعلم المتضمنة في موضوع دراسي واحد أو في وحدة دراسية من منهج معين أو بجميع جوانب المنهج (٣١: ٣١).

يعتبر اسلوب الاثراء من أسهل العمليات التعليمية لمساعدة الطالب المتفوق ولكنه في نفس الوقت يعتبر من أصعب المهام التي يواجهها المدرس وذلك لان الاثراء يتعلق باختيار وتنظيم التجارب الملائمة لتنمية القدرات التي يتمتع بها الطالب المتفوق في حين أن عملية الاثراء تكون ضرورية لكافة التلاميذ الا أنها تكون أكثر أهمية وضرورية للطلاب المتفوق نظرا لأن قدراته تتفوق وتسمو ومن ثم تحتاج الي التشجيع المستمر والرعاية الدائمة (١٠: ١٨٦).

ويشير "ريترفيد هان Retrived" (٢٠٠٦م) أن أسلوب الاثراء يهدف الي الحصول علي أقصى نمو لكل طالب وتحقيق النجاح الفردي باستجابة الي احتياجات التعليم المتميزة له وذلك بدلا من الدرجة والموضوع الجاري تعلمه وتسمح له بتعلم أقصى ما يمكن حسب الموهبة والتفوق وحتى يتمكن المعلم من الوصول الي التمايز سوف يحتاج الي تطبيق أفضل ممارسات التدريس وذلك لانشاء طرق مختلفة للاستجابة الي احتياجات التعلم المتنوعة لدى الطلاب الموهوبين. (٢٣: ١٩٥، ١٩٦)

ويشير "مجدي عزيز" (٢٠١١م) الي الاثراء علي أنه إحدى الاستراتيجيات التربوية التي يمكن استخدامها مع الأطفال والمراهقين الموهوبين حتي يمكن من خلالها رعاية مواهبهم والعمل علي تنميتها عن طريق إتباع عدد من الأساليب المختلفة (١٦: ١٤، ١٥).

يري "فتحي عبد الرحمن" (٢٠١٤م) حتى يكون أسلوب الاثراء فعالا لابد من مراعاة مجموعة من العوامل في تخطيطه وتنفيذه أهمها:

- ١- ميول المتعلمين واهتماماتهم الدراسية.
- ٢- أساليب التعلم المفضلة لدى المتعلمين.
- ٣- محتوى المناهج الدراسية الاعتيادية أو المقررة لعامة المتعلمين.
- ٤- طريقة تجميع المتعلمين المستهدفين بالاثراء والوقت المخصص للتجميع.
- ٥- تأهيل وتدريب المعلم الذي سيقوم بالعمل.
- ٦- تتابع مكونات البرنامج الاثرائي وترابطها (١٣ : ١٤ ، ١٥).

وتشير "صفاء الاعسر" (٢٠١٠م)، "محمد السعيد" (٢٠٠٤م) الي ان الصمود النفسي لبنة من لبنات علم النفس الايجابي (وهو فرع من فروع علم النفس يركز على تحسين الأداء النفسي العام للإنسان وهو ذلك المنحني الذي ينظم القوي الانسانية، ليحيا حياة إنسانية مليئة بالقيمة والمعنى ويسعي فيها لاكتشاف طموحاته ويوظف فيها قدراته الإنسانية للوصول إلى الرضا والسعادة والصمود وتحسين خبراته الإنسانية العامة في كافة المجالات الإنسانية ذات القيمة مثل: العلاقات الاجتماعية، العمل وحتى اللعب (٩ : ١١-١٦)، (١٣ : ١٨).

ويضيف "ميريس، M., Myers" (٢٠١١م) ان الصمود النفسي هو قوة الحياه التي تعزز التجدد والتجديد والقدرة علي مواجهه الشدائد والامل واعطاء معني للحياه (٢٢ : ٩٠-٩٧).

يؤكد "محمد السعيد" (٢٠٠٤م) ان الصمود النفسي من الركائز الاساسيه التي يستند اليها الفرد بشكل عام والرياضي بشكل خاص وذلك لما يواجهه من انفعالات وضغوطات ومثيرات داخلية وخارجية اثناء ممارسه النشاط الرياضي الخاص به، فضلا عن ذلك فانه يعد مصدرا من مصادر الصحة النفسية والتي تعد ضرورية في شخصية الإنسان، إذ انه يحدد مستوى قابلية الفرد على التوافق مع التغيرات البيئية المختلفة (١٣ : ١٨).

ويوضح ابراهيم نبيل واخرون (٢٠١٦م) أن المباراة هي إحدى مظاهر النشاط الرياضي، لها أهدافها الرياضية والاجتماعية والنفسية والتربوية، حيث تمارس وفق قوانين معينة وقواعد تنظيمية خاصة (١ : ٤٣).

ومن خلال مشاركة الباحثة في تدريس مقرر المباراة لطالبات الفرقة الرابعة بالكلية، فقد لاحظت أن هناك اختلاف في القدرات البدنية والمهارية بين الطالبات حيث أن الطالبة ذات الموهبة الرياضية تمل أو تنصرف عن أداء بعض الهجمات التي تجد أنها فيها بعض من السهولة، وتمل من تكرارها وذلك لسرعة إتقانها للهجمة المطلوب تعلمها، وهذا يؤثر سلبا علي مستواها تدريجيا لأنها لا تجد من يصفقها، ومن جانب آخر تهدر هذه القدرات للطالبات وتقل فرص استثمارها لتحقيق بعض المراكز المتقدمة، في حين أن الموهبة موجودة ولكنها تحتاج لمن يكتشفها ويصفقها، مما دفع الباحثة إلى محاولة البحث عن أفضل الطرق والأساليب التي تساعد على تفعيل العملية التعليمية داخل صالة المباراة وإكساب الطالبات التعلم الصحيح وخاصة الموهوبات والمتفوقات وبيح لهن فرصة الاشتراك الايجابي في العملية التعليمية، فقامت الباحثة بإضافة بعض التغييرات على الهجمات المقرر دراستها على الطالبات تتناسب مع الطالبات المتفوقات ونساعد على رفع المستوى المهاري لديهن، كما أن الصمود النفسي بمحتواه وجوهره من المظاهر الايجابية التي يمكن ان تؤثر ايجابا على الطالبات، والصمود النفسي من الطاقات النفسية الايجابية التي تساعد علي التعامل مع الازمات والضغوطات التي تواجهها الطالبة بقدر من الاتزان والثبات الانفعالي، الأمر الذي دفع الباحثة إلي القيام بإجراء دراسة علمية للتعرف علي تأثير استخدام الأسلوب الاثرائي علي الصمود النفسي والأداء الهجومي في رياضة المباراة لطالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الزقازيق.

هدف البحث:

تهدف هذه الدراسة الي وضع برنامج تعليمي باستخدام الأسلوب الاثرائي والتعرف على تأثيره علي الصمود النفسي والأداء الهجومي (العديدية الثنائية، القاطعة والمغيرة، العديدية الثلاثية، القاطعة والعديدية الثنائية، المزدوجة، المزدوجة ومغيرة) في رياضة المباراة لدي طالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق.

فروض البحث :

- 1- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الصمود النفسى ومستوي الاداء الهجومي في المباراة (قيد البحث) ولصالح القياس البعدي.
- 2- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الصمود النفسى ومستوي الاداء الهجومي في المباراة (قيد البحث) ولصالح القياس البعدي.
- 3- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في الصمود النفسى ومستوي الاداء الهجومي في المباراة (قيد البحث) ولصالح المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث:

1- الاسلوب الاثرائى:

"عبارة عن إدخال تعديلات او اضافات على المناهج المقرر له للطلبة العاديين حتى تتلائم مع والمتفوقين في المجالات المعرفيه والانفعاليه والابداعيه والحس حركي" (١٣ : ٣٤).

2- الصمود النفسى:

"هي قدره الفرد الرياضي علي التوافق الايجابي مع الضغوطات والتهديدات التدريبيه والوصول الي درجه من الثبات الانفعالي في المواقف والاحداث السلبيه وقدره علي سرعه استعادته التوازن النفسى وتحقيق النجاح"
(٣ : ٤)

الدراسات المرتبطة:

- **دراسه سعاد سبتي عبود، رعداء فؤاد محمد (٢٠١٧م) (٨):** استهدفت التعرف علي الصمود النفسى وعلاقته بدافع الانجاز الرياضي لدى لاعبي الاركاض الطويلة والقصيرة"الصم والبكم"، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، واشتملت عينه البحث على عدد (١٤) لاعب، وكان من أهم النتائج ان أفراد العينة من لاعبي الاركاض الطويلة والقصيرة "الصم والبكم" لديهم درجة عالية من الصمود النفسى وضعف في دافعية الانجاز الرياضي وتوجد علاقة ارتباط بين الصمود النفسى ودافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي الاركاض الطويلة والقصيرة "الصم والبكم".
- **دراسة أحمد عبد الرحمن السيد (٢٠١٨م) (٣):** استهدفت تصميم برنامج تعليمي باستخدام أسلوب الاثراء والتجميع ومعرفة تأثيره علي مستوي أداء بعض المهارات الأساسية والتحصيل المعرفي في كرة القدم لتلاميذ الصف الثالث الاعدادي، واستخدمت الدراسة المنهج التجريبي، واشتملت عينة البحث علي عدد (٣٠) تلميذ، وكان من أهم النتائج استخدام البرنامج التعليمي باستخدام اسلوب الاثراء والتجميع أظهر تأثيرا ايجابيا علي التحصيل المعرفي ومستوي أداء مهارات كرة القدم لتلاميذ الصف الثالث الاعدادي.
- **دراسه أسماء يحيى عزت، شريف على جلال الدين (٢٠١٨م) (٤):** استهدفت التعرف علي العلاقة بين الروح المعنويه والصمود النفسى للاعبين ولاعبات السباحه، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، واشتملت عينه البحث على عدد (١٢٠) لاعب ولاعبة، وكان من أهم النتائج وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيا بين الابعاد الأساسية لمقياس الروح المعنويه وابعاد مقياس الصمود النفسى.
- **دراسة داليا محمود عبد المنعم (٢٠١٨م) (٧):** استهدفت التعرف على مدى فعالية البرنامج الاثرائى المقترح فى تنمية بعض مهارات التفكير الناقد لدى أطفال الروضة الموهوبين، واستخدمت الدراسة المنهج التجريبي، واشتملت عينة البحث علي عدد (٢٥) طفل، وكان من أهم النتائج فاعلية البرنامج المقترح فى اثراء بعض مهارات التفكير الناقد لأطفال الروضة الموهوبين حيث كان له تأثير إيجابي على الأطفال الموهوبين فى اثراء بعض مهارات التفكير الناقد فى ضوء منهج (S.T.I.A.M) كما استمر هذا الأثر الى القياس التتبعي.
- **دراسة عبيد مزعل عبيد (٢٠١٩م) (١١):** استهدفت التعرف علي تأثير برنامج اثرائي قائم علي الأنشطة الرياضية في تنمية مكونات الحس العددي لدي طلاب الصف الأول بمدارس المرحلة المتوسطة في محافظة الرس بمنطقة القصيم، استخدمت الدراسة المنهج التجريبي، واشتملت عينة البحث علي عدد (٢٣) طالب، وكان من أهم النتائج وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق

البرنامج الاثرائي علي اختيار مكونات الحس العددي في المجال المعرفي والمجال المهاري ومكونات الحس العددي ككل.

- دراسة منى عبد الله ابراهيم (٢٠١٩م) (١٩): استهدفت بناء برنامج اثرائي لتنمية مهارات التعبير الفني للتلميذات الموهوبات في المرحلة الابتدائية، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، واشتملت عينة البحث علي عدد (٢٠) تلميذة، ومن أهم النتائج فعالية البرنامج الاثرائي المقترح في تنمية مهارات التعبير الفني لدى التلميذات الموهوبات.
- دراسة ندى محسوب عبد الحميد (٢٠٢٢م) (٢٠): استهدفت تصميم برنامج تعليمي لمهارات الكرة الطائرة باستخدام أسلوب الاثراء لطالبات الصف الاول الثانوي، واستخدمت الدراسة المنهج التجريبي، واشتملت عينة البحث علي عدد (٢٨) طالبة، وكان من أهم النتائج تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت أسلوب الاثراء علي المجموعة الضابطة التي استخدمت البرنامج التقليدي المتبع.

اجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، باستخدام القياس القبلي البعدي لمجموعتين احدهما تجريبية والأخري ضابطة، لمناسبتها لطبيعة اجراء هذا البحث.

ثانياً: مجتمع وعينة البحث:

اشتمل مجتمع البحث طالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي ٢٠٢٢/٢٠٢٣م، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية والبالغ قوامها (٥٠) طالبة، تم تقسيمهم الي مجموعتين احدهما تجريبية والأخري ضابطة قوام كل مجموعة (٢٠) طالبة وتم استخدام الاسلوب الاثرائي للمجموعة التجريبية، والاسلوب التقليدي المتبع للمجموعة الضابطة، ثم قامت الباحثة باختيار عدد (١٠) طالبات عشوائياً كعينة استطلاعية من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية.

- اعتدالية توزيع العينة:

قامت الباحثة بإجراء التجانس لأفراد عينة البحث الكلية للتأكد من وقوعها تحت المنحني الاعتدالي وذلك في القياسات التالية (المتغيرات الأساسية، المتغيرات البدنية، الصمود النفسي، المتغيرات الهجومية) كما هو موضح بالجدول رقم (١).

جدول (١)
اعتدالية توزيع العينة في المتغيرات الأساسية والمتغيرات البدنية
ومهارات التفكير البصرى والمهارات الأساسية

ن = ٥٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
المتغيرات الأساسية	السن	٢١,٦٦	٠,٥٩	٢٢	١,٧٢-
	الطول	١٦٠,٦٨	٣,٤٩	١٦٠	٠,٥٨
	الوزن	٦١,٦٠	٣,٥٣	٦١	٠,٥٠
	اختبار الذكاء	٣٠,٩٠	٢,٥٨	٣١	٠,١١-
المتغيرات البدنية	القدرة العضلية	٥,٥٢	٠,٨٣	٥,٥٠	٠,٠٧
	الدقة	١٨,٥٢	٢,١٠	١٨,٥٠	٠,٠٢
	التوافق	١٣,٧٦	١,٩٩	١٣	١,١٤
	مرونة المنكبين	٤١,٨٨	٣,٠٤	٤٣	١,١٠-
	الرشاقة	٣١,٣٦	٢,٦٧	٣٢	٠,٧١-
	التوازن	٤٣,١٨	٨,٥٣	٣٩	١,٤٧
الصمود النفسى					
المتغيرات الهجومية	العددية الثنائية	٨٢,٤٢	٣,٥٠	٨٢	٠,٣٦
	القاطعة ومغيرة	٢,٢٨	٠,٧٠	٢	١,٢٠
	العددية الثلاثية	٢,٠٨	٠,٧٢	٢	٠,٣٣
	القاطعة والعددية الثنائية	١,٨٢	٠,٧١	٢	٠,٧٦-
	المزدوجة	١,٧٦	٠,٦٨	٢	١,٠٥-
	المزدوجة ومغيرة	١,٥٨	٠,٦٧	١	٢,٥٩
		١,٦٦	٠,٧٧	١	٢,٥٧

يتضح من الجدول (١) أن قيم معاملات الالتواء لجميع المتغيرات (قيد البحث) تراوحت ما بين (٢,٥٩-، ١,٧٢) أي أن جميع القياسات (قيد البحث) قد أنحصرت ما بين (± 3) مما يشير الي اعتدالية توزيع عينة البحث في هذه المتغيرات.

تكافؤ مجموعتى البحث:

بعد أن تأكدت الباحثة من إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث الأساسية تم تقسيمها الي مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وتم إيجاد التكافؤ بينهما فى المتغيرات (قيد البحث) كما هو موضح بالجدول رقم (٢).

جدول (٢)
دلالة الفروق بين القياسين القبليين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات (قيد البحث)
ن=٢=٢٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت)
		ع	م	ع	م	
المتغيرات الأساسية	السن	سنة	٢١,٦٠	٢١,٦٥	٠,٥٨	٠,٢٦٧
	الطول	سم	١٦٠,٨٠	١٦٠,٩٠	٣,٦٥	٠,٠٨٧
	الوزن	كجم	٦١,٦٠	٦١,٧٠	٣,٤٠	٠,٠٩٣
	الذكاء	درجة	٣٠,٩٥	٣١,٠٥	٢,٥٢	٠,١٢٥
المتغيرات البدنية	القدرة العضلية	متر	٥,٦٠	٥,٥٥	٠,٨٨	٠,١٧٩
	الدقة	درجة	١٨,٨٠	١٨,٥٠	٢,٣٧	٠,٤٣٣
	التوافق	درجة	١٣,٧٠	١٣,٥٠	١,٩٦	٠,٣٠٠
	مرونة المنكبين	سم	٤١,٩٥	٤١,٥٥	٣,٣٤	٠,٣٧٩
	الرشاقة	ث	٣١,٢٥	٣١,٩٠	١,٨٠	٠,٨٦٣
	التوازن	سم	٤١,٧٥	٤٢,٦٠	٨,١٨	٠,٣٢٣
المتغيرات الهجومية	الصمود النفسي	درجة	٨٢,٩٥	٨٣,٠٥	٣,٢٣	٠,٠٩٧
	العددية الثنائية	درجة	٢,٤٠	٢,٣٠	٠,٧٣	٠,٤٧٧
	القاطعة ومغيرة	درجة	٢,١٠	٢,٠٥	٠,٧٥	٠,٢١٤
	العددية الثلاثية	درجة	١,٧٥	١,٨٢	٠,٧٦	٠,٢٢٤
	القاطعة والعددية الثنائية	درجة	١,٧٠	١,٧٥	٠,٧١	٠,٢٣٠
	المزدوجة	درجة	١,٦٠	١,٥٠	٠,٦٠	٠,٤٣٨
المزدوجة ومغيرة	درجة	١,٥٥	١,٦٠	٠,٧٥	٠,٢٠٩	

قيمة (ت) الجدولية = ٢,٠٣٢

يتضح من جدول رقم (٢) لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط القياس القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات (قيد البحث)، مما يدل على تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في هذه الاختبارات.

ثالثاً: وسائل وأدوات جمع البيانات:

• الأدوات والأجهزة:

- ١- جهاز الرستاميتير لقياس الطول الكلى للجسم.
- ٢- ميزان طبي معايير لقياس الوزن.
- ٣- كرات طبية، شريط قياس، ساعة إيقاف، أسلحة شيش، أفنعة، أقماع، مقعد سويدي.

• الاستثمارات:

- ١- استمارة إستطلاع رأى الخبراء لتحديد أفضل المتغيرات البدنية فى رياضة المبارزة وكيفية قياسها وتحديد الفترة الزمنية اللازمة لتنفيذ البرنامج وعدد الوحدات في الأسبوع والتوزيع الزمنى لمكونات الوحدات التعليمية للبرنامج (قيد البحث) مرفق (٢).
- ٢- استمارة تقييم مستوى الأداء المهارى مرفق (١٠).

• الاختبارات:

- ١- اختبار الذكاء مرفق (٥).
ويهدف هذا الاختبار قياس القدرة على تداول الصور الذهنية، وتصور حركة الأشكال، وعلاقتها ببعض من حيث التشابه أو الاختلاف، كذلك يقيس القدرة على تخيل الحركة أو الإحلال المكانى للشكل أو أجزائه، وقد تم إستخدامه

في العديد من الدراسات العلمية في المجال الرياضي حيث يعد أنسب الإختبارات لقياس الذكاء غير اللفظي في المجال الرياضي.

٢- الإختبارات الخاصة بالمتغيرات البدنية مرفق (٤).

قامت الباحثة بالاطلاع على العديد من الكتب والمراجع العلمية ومقابلة العديد من الخبراء وعددهم (١٠) وتم توزيع استمارة استطلاع رأى الخبراء بهدف تحديد أهم المتغيرات البدنية الخاصة برياضة المبارزة والاختبارات التي تقيسها كما هو موضح بالجدول رقم (٣):

جدول (٣)

النسبة المئوية لآراء الخبراء في أهم المتغيرات البدنية في رياضة المبارزة

م	المتغيرات البدنية	النسبة المئوية لآراء الخبراء
١	الرشاقة	٩٥%
٢	القدرة العضلية	٨٥%
٣	السرعة	٧٥%
٤	المرونة	٨٠%
٥	الدقة	١٠٠%
٦	التوافق	١٠٠%
٧	التوازن	٩٠%

وقد ارتضت الباحثة نسبة قدرها (٨٠%) فأعلى لقبول القياس وفقا لرأى الخبراء.

• مقياس الصمود النفسي مرفق (٦)

قام بتصميم هذا المقياس كلاً من (أسماء يحيي، شريف على ٢٠١٨م) (٤)، والمقياس عبارة عن صفحتين تشتملا على التعليمات وسبعة وثلاثون (٣٧) عبارة أمام كل عبارة ميزان تقدير ثلاثي يحتوى على ثلاث بدائل لكي يختار المفحوص إحداها وتتراوح من (لا أوافق = ١، إلى أوافق = ٣) ومدى درجة كل عبارة من (٣-١) على التوالي.

وقد لاحظت الباحثة ان عبارات المقياس مصممة بطريقة تتناسب مع لاعبي السباحة، ولذلك قامت بتعديل عبارات المقياس بحيث تتناسب مع طالبات الكلية، وتم عرضها على السادة الخبراء لإبداء الرأى فى مدى تناسبها مع العينة والتي تحقق أهداف البحث.

جدول (٤)

العبارات التي تم تعديلها

م	العبارات قبل التعديل	العبارات بعد التعديل
٣	اشعر بالتفاؤل كوني لاعب سباحه	اشعر بالتفاؤل كوني طالبة بتخصص المبارزة
١١	اثق في قدراتي الخاصه اثناء التدريب والمنافسات	اثق في قدراتي الخاصه اثناء أداء المهارات
١٣	ترتفع روحي المعنويه بانضمامي الي التدريب	ترتفع روحي المعنويه أثناء تعليم المبارزة
٢٦	احترم اوقات التدريب الخاصه بي	احترم اوقات المحاضرات التعليمية الخاصه بي
٢٨	اشعر بالتفاؤل في مواعيد التدريب	اشعر بالتفاؤل في مواعيد تعلم المبارزة
٣٢	لاتؤثر مشكلاتي علي مستوي التدريب الخاص بي	لاتؤثر مشكلاتي علي مستوي الأداء الخاص بي
٣٧	اشعر بنظره الثقة من مدربي اثناء التدريب والمنافسات	اشعر بنظره الثقة من معلمى اثناء الأداء المهارى

يتضح من جدول (٤) انه تم تعديل صياغه العبارات

• تقييم مستوى الأداء الهجومي في رياضة المبارزة:

قامت الباحثة بتقييم مستوى الأداء الهجومي في رياضة المبارزة لأفراد عينة البحث عن طريق لجنة التحكيم مكونة من السادة أعضاء هيئة التدريس بشعبة المبارزة الحاصلات علي درجة الدكتوراة بكلية التربية الرياضية للبنات بالزقازيق، وحددت اللجنة الدرجة في كل من القياس القبلي والبعدى من (٣٠) درجة تحتوي علي مجموعة الهجمات (العديدية الثنائية، القاطعة والمغيرة، العديدية الثلاثية، القاطعة والعديدية الثنائية، المزدوجة، المزدوجة ومغيرة) وذلك في الاستمارة المعدة للتسجيل مرفق (١٠) حيث تضمنت معايير التقييم لكل الهجمات في رياضة المبارزة بواقع (خمس درجات) لكل متغير.

• ثم قامت نفس اللجنة بتقييم مستوى الأداء في القياس البعدى لضمان موضوعية القياس.

رابعاً: الدراسة الإستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية علي عينة مكونة من (١٠) طالبات من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية في الفترة من ٢٠٢٣/٢/١٢م الي ٢٠٢٣/٢/١٩م وذلك بهدف التعرف علي مدي ملائمة ومناسبة المكان وصلاحيه أدوات القياس وإيجاد المعاملات العلمية للاختبارات (قيد البحث).

- المعاملات العلمية:

• الصدق:

أولاً: المتغيرات البدنية والمتغيرات المهارية

قامت الباحثة بحساب صدق الاختبارات بطريقة صدق المقارنة الطرفية وذلك بترتيب درجات أفراد عينة البحث ترتيباً تنازلياً من الأقل إلى الأعلى وتم تقسيمهم إلى إرباعيات وتمت المقارنة بين الربع الأعلى والربع الأدنى في هذه الاختبارات، والجدول رقم (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

معامل صدق التمايز بين دلالة الربعيات الأعلى والادنى في المتغيرات (قيد البحث)

ن=١٠

قيمة (ت)	الربعيات الأدنى		الربعيات الأعلى		وحدة القياس	المتغيرات	
	ع	م	ع	م			
٣,٥٣٦	٠,٤٤	٤,٨٠	٠,٤٤	٥,٨٠	متر	القدرة العضلية	المتغيرات البدنية
٣,٨٨٣	١,١٤	١٦,٦٠	١,١٤	١٩,٤٠	درجة	الدقة	
٤,٣٨٢	٠,٨٣	١٣,٢٠	٠,٨٩	١٥,٦٠	درجة	التوافق	
٤,٨٠٢	١	٤١	٠,٨٣	٤٣,٨٠	سم	مرونة المنكبين	
٢,٩٣٦	٣,٦٧	٢٨	١	٣٣	ث	الرشاقة	
٤,٨٧٩	٦,٧٦	٣٩,٨٠	٠,٥٤	٥٤,٦٠	سم	التوازن	المتغيرات المهارية
٣,٤٦٤	٠,٥٤	١,٤٠	٠,٥٤	٢,٦٠	درجة	العديدية الثنائية	
٢,٨٨٧	٠,٥٤	١,٦٠	٠,٥٤	٢,٦٠	درجة	القاطعة ومغيرة	
٣,٤٦٤	٠,٥٤	١,٤٠	٠,٥٤	٢,٦٠	درجة	العديدية الثلاثية	
٢,٨٨٧	٠,٥٤	١,٤٠	٠,٥٤	٢,٤٠	درجة	القاطعة والعديدية الثنائية	
٢,٣٣٩	٠,٥٤	١,٤٠	٠	٢	درجة	المزدوجة	
٣,٤٦٤	٠,٥٤	١,٢٠	٠,٥٤	٢,٦٠	درجة	المزدوجة ومغيرة	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٣٠٦

يتضح من جدول (٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات (قيد البحث) بين الإرباعيين الأعلى والأدنى لصالح الإرباع الأعلى، مما يعطي دلالة مباشرة علي صدق تلك الاختبارات.

ثانياً: مقياس الصمود النفسي

تم حساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس الذي اشتمل علي (٣٧) عبارة علي عينة البحث الاستطلاعية البالغ عددهن (١٠) طالبات لهن نفس خصائص عينة البحث الأساسية والجدول رقم (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)

صدق الاتساق الداخلي لعبارات مقياس الصمود النفسي ن = ١٠

معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
*.٠٦٨٠	٢٠	*.٠٧٢٥	١
*.٠٧٤١	٢١	*.٠٨١٣	٢
*.٠٧٠٥	٢٢	*.٠٧٩٦	٣
*.٠٨٠٦	٢٣	*.٠٦٩٠	٤
*.٠٨٦٧	٢٤	*.٠٧٢٤	٥
*.٠٦٩٠	٢٥	*.٠٦٦١	٦
*.٠٩١٦	٢٦	*.٠٨٠٦	٧
*.٠٩١٦	٢٧	*.٠٦٦٧	٨
*.٠٦٣٤	٢٨	*.٠٦٩٠	٩
*.٠٨٦٠	٢٩	*.٠٧٢٤	١٠
*.٠٦٩٧	٣٠	*.٠٧٨٧	١١
*.٠٦٤٧	٣١	*.٠٧٠٥	١٢
*.٠٦٩٦	٣٢	*.٠٨٩٠	١٣
*.٠٦٦١	٣٣	*.٠٧٨٧	١٤
*.٠٨٠٦	٣٤	*.٠٦٥٧	١٥
*.٠٦٦٧	٣٥	*.٠٩١٦	١٦
*.٠٧٩٦	٣٦	*.٠٩٢٥	١٧
*.٠٧٧٦	٣٧	*.٠٨٦٠	١٨
		*.٠٦٦١	١٩

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢

يتضح من الجدول (٦) وجود ارتباط دال احصائي بين درجة كل عبارة والمجموع الكلي للمقياس.

• الثبات:

أولاً: المتغيرات البدنية والمهارات الأساسية

قامت الباحثة بحساب معامل الثبات بتطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه مرة أخرى وكان التطبيق الثاني بفواصل زمنية (٧) ايام، وذلك لاجاد قيمة معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني ويتضح ذلك في الجدول رقم (٧).

جدول (٧)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للمتغيرات قيد البحث ن = ١٠

قيمة (ر)	إعادة التطبيق		التطبيق الاول		وحدة القياس	المتغيرات	
	ع	م	ع	م			
*.٠٨٩٥	٠,٦٩	٥,٤٠	٠,٦٧	٥,٣٠	متر	القدرة العضلية	المتغيرات البدنية
*.٠٩٣٨	١,٦٨	١٨,٢٠	١,٨٢	١٨	درجة	الدقة	
*.٠٩١٧	١,٥٧	١٤,٦٠	١,٥٠	١٤,٤٠	درجة	التوافق	
*.٠٧٠٤	١,٥٤	٤٢,٨٠	١,٧١	٤٢,٤٠	سم	مرونة المنكبين	
*.٠٩٦٦	٣,٥٥	٣٠,٢٠	٣,٦٥	٣٠,٥٠	ث	الرشاقة	
*.٠٩٩٢	٩,٤٤	٤٦,٨٠	٩,٠١	٤٧,٢٠	سم	التوازن	
*.٠٨٦٣	٠,٧٨	٢,٢٠	٠,٨١	٢	درجة	العددية الثنائية	المتغيرات المهارية
*.٠٨٢٥	٠,٦٧	٢,٣٠	٠,٧٣	٢,١٠	درجة	القاطعة ومغيرة	
*.٠٨٦١	٠,٦٣	٢,٢٠	٠,٨١	٢	درجة	العددية الثلاثية	
*.٠٩٢٢	٠,٨١	٢	٠,٧٣	١,٩٠	درجة	القاطعة والعددية الثنائية	
*.٠٧٦٤	٠,٤٢	١,٨٠	٠,٤٨	١,٧٠	درجة	المزدوجة	
*.٠٩٣٣	٠,٨٧	٢,١٠	٠,٨١	٢	درجة	المزدوجة ومغيرة	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢

يتضح من الجدول (٧) وجود علاقة ارتباطية دالة بين التطبيقين الأول وإعادة التطبيق للاختبارات (قيد البحث) مما يدل على ثبات الاختبارات.

ثانياً: مقياس الصمود النفسى

قامت الباحثة بحساب المقياس باعادة تطبيقه مرة اخرى وكان التطبيق الثانى بفاصل زمنى (٧) ايام، وذلك لاجاد قيمة معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثانى ويتضح ذلك فى الجدول رقم (٨).

جدول (٨)

معامل ثبات مقياس الصمود النفسى قيد البحث ن=١٠

معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
*.٦٣٣	٢٠	*.٩٢٢	١
*.٩٢٢	٢١	*.٩٠٥	٢
*.٨٩٩	٢٢	*.٨٨٥	٣
*.٦٤٥	٢٣	*.٩٣٣	٤
*.٦٩٠	٢٤	*.٩٠٤	٥
*.٩٣٩	٢٥	*.٩٣٣	٦
*.٦٩٠	٢٦	*.٩٢٨	٧
*.٩٢٨	٢٧	*.٩١٦	٨
*.٦٦٧	٢٨	*.٩١٦	٩
*.٨٩٥	٢٩	*.٩٢٢	١٠
*.٦٩٠	٣٠	*.٨٩٥	١١
*.٩١٦	٣١	*.٩٢٢	١٢
*.٩٣٠	٣٢	*.٨٩٥	١٣
*.٨٦٧	٣٣	*.٩٢٧	١٤
*.٧٦٤	٣٤	*.٩٣٣	١٥
*.٩٣٢	٣٥	*.٩١٦	١٦
*.٧٢٤	٣٦	*.٨٩٥	١٧
*.٨٧٣	٣٧	*.٦٣٣	١٨
*.٦٩٨	الكلى	*.٩١٦	١٩

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢

يتضح من الجدول (٨) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين التطبيق وإعادة التطبيق مما يشير إلى أن المقياس على درجة مقبولة من الثبات.

خامساً: البرنامج التعليمي باستخدام الأسلوب الاثرائى:

الهدف العام للبرنامج:

يهدف البرنامج إلى تعليم طالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية بنات بالزقازيق بعض الهجمات فى رياضة المبارزة المقرر دراستها بالفصل الدراسى الثانى (قيد البحث) بالأسلوب الاثرائى وإضافة بعض التعديلات بحيث تتناسب مع كونهم طالبات متفوقات.

أسس وضع البرنامج المقترح :

- ١- اختيار الوقت المناسب لتطبيق البرنامج التعليمى المقترح فى ضوء طبيعة الدراسة والمدة المحددة.
- ٢- اختيار طريقة تطبيق البرنامج بالشكل الذى يتناسب مع طبيعة عينة البحث وبما يلائم توقيتات تنفيذ البرنامج.
- ٣- سهولة توفير الامكانيات والأدوات والأجهزة المستخدمة.
- ٤- أن تكون التمرينات المستخدمة متنوعة ومشوقة.
- ٥- التدرج بمحتوى البرنامج من السهل إلى الصعب بما يناسب مستوى الطالبات.
- ٦- أن تتحدى محتويات البرنامج قدرات الطالبات بما يسمح بإستثارة دافعيتهم للتعلم.
- ٧- أن يساعد البرنامج الطالبات على السير فى تعليمهن نحو تحقيق هدف البرنامج سيراً.

تنفيذ البرنامج المقترح:

يتم تنفيذ البرنامج من خلال وحدات تعليمية، وذلك بواقع وحدة واحدة أسبوعياً لمدة (٨) اسابيع، وبذلك يتضمن البرنامج (٨) وحدات تعليمية، و زمن تنفيذ الوحدة (٩٠) دقيقة.

جدول (٩)

م	الهجمات المقرر دراستها	الهجمات باستخدام الأسلوب الاثرائى
١	العددية الثنائية تبدأ وتنتهى فى خط علوى	العددية الثنائية تبدأ وتنتهى فى خط سفلى
٢	العددية الثنائية بالاتحام فى الوضع السادس	العددية الثنائية بالاتحام فى الوضع الرابع
٣	القاطعة ومغيرة بالاتحام فى الوضع السادس	القاطعة ومغيرة بالاتحام فى الوضع الرابع
٤	العددية الثلاثية تبدأ وتنتهى فى خط علوى	العددية الثلاثية تبدأ وتنتهى فى خط سفلى
٥	العددية الثلاثية بالاتحام فى الوضع السادس	العددية الثلاثية بالاتحام فى الوضع الرابع
٦	القاطعة والعددية الثنائية بالاتحام فى الوضع السادس	القاطعة والعددية الثنائية بالاتحام فى الوضع الرابع
٧	المزدوجة تبدأ وتنتهى فى خط علوى	المزدوجة تبدأ وتنتهى فى خط سفلى
٨	المزدوجة بالاتحام فى الوضع السادس	المزدوجة بالاتحام فى الوضع الرابع
٩	المزدوجة ومغيرة تبدأ وتنتهى فى خط علوى	المزدوجة ومغيرة تبدأ وتنتهى فى خط سفلى
١٠	المزدوجة ومغيرة بالاتحام فى الوضع السادس	المزدوجة ومغيرة بالاتحام فى الوضع الرابع

سادسا: الدراسة الأساسية:

القياسات القبليّة:

قامت الباحثة بإجراء القياسات القبليّة يوم ٢٠٢٣/٢/٢٠م في المتغيرات (قيد البحث).

تنفيذ البرنامج:

بعد الانتهاء من القياسات القبليّة، قامت الباحثة بتطبيق الوحدات التعليمية في الفترة من ٢٠٢٣/٢/٢٢م وحتى ٢٠٢٣/٤/١٢م واستغرقت (٨) أسابيع.

القياسات البعديّة:

تم إجراء القياسات البعديّة في يوم ٢٠٢٣/٤/١٣م بنفس ترتيب القياسات القبليّة.

المعالجات الاحصائية :

المتوسط الحسابي، الوسيط، الانحراف المعياري، معامل الالتواء، معامل الارتباط، اختبار "ت".

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج:

جدول (١٠)
دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية
في الصمود النفسي ومستوى الاداء الهجومي

ن=٢٠

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)	نسبة التحسن %
		ع	م	ع	م		
مقياس الصمود النفسي	درجة	٨٣,٠٥	٣,٢٣	٨٧,٥	٥,٦٨	٣,٣٨	٥,٣٥%
الاداء الهجومي	العددية الثنائية	٢,٣٠	٠,٧٣	٣,٧٠	٠,٨٠	٥,٩٨	٦٠,٨٦%
	القاطعة ومغيرة	٢,٠٥	٠,٧٥	٣,٦٠	٠,٩٩	٥,٨٢	٧٥,٦٠%
	العددية الثلاثية	١,٨٢	٠,٧٦	٣,٤٥	١,٢٧	٥,٤٧	٩٧,٦٦%
	القاطعة والعددية الثنائية	١,٧٥	٠,٧١	٣,٣٥	١,٠٨	٥,٠١	٩١,٤٢%
	المزدوجة	١,٥٠	٠,٦٠	٢,٩٥	٠,٥١	٨,٥٤	٩٦,٦٦%
	المزدوجة ومغيرة	١,٦٠	٠,٧٥	٢,٩٠	١,١١	٤,٤٧	٨١,٢٥%

قيمة (ت) الجدولية = ٢,١٠١

يتضح من الجدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي في جميع المتغيرات (قيد البحث).

جدول (١١)
دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في
الصمود النفسي ومستوى الاداء الهجومي

ن=٢٠

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)	نسبة التحسن %
		ع	م	ع	م		
مقياس الصمود النفسي	درجة	٨٢,٩٥	٣,٢٥	٨٤,٤	٢,٩٨	٢,٣٠	١,٧٤%
الاداء الهجومي	العددية الثنائية	٢,٤٠	٠,٥٩	٢,٨٠	٠,٨٣	٢,٦٣	١٦,٦٦%
	القاطعة ومغيرة	٢,١٠	٠,٧١	٢,٦٠	١,٠٩	٣,٢٥	٢٣,٨٠%
	العددية الثلاثية	١,٧٥	٠,٦٣	٢,٣٥	١,١٨	٢,٥٧	٣٤,٢٨%
	القاطعة والعددية الثنائية	١,٧٠	٠,٦٥	٢,٣٠	١,١٧	٢,٤٥	٣٥,٢٩%
	المزدوجة	١,٦٠	٠,٨٢	٢,١٥	١,٢٢	٢,١٥	٣٤,٣٧%
	المزدوجة ومغيرة	١,٥٥	٠,٧٥	٢	١,٢١	٢,٦٥	٢٩,٠٣%

قيمة (ت) الجدولية = ٢,١٠١

يتضح من الجدول (١١) وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي في جميع المتغيرات (قيد البحث).

جدول (١٢)
دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة
في الصمود النفسي ومستوى الاداء الهجومي

ن=٢=٢٠

المتغيرات	وحدة القياس	القياس البعدي للمجموعة الضابطة		القياس البعدي للمجموعة التجريبية		قيمة (ت)
		ع	م	ع	م	
مقياس الصمود النفسي	درجة	٢,٩٨	٨٤,٤٠	٥,٦٨	٢,١٦١	
العددية الثنائية	درجة	٠,٨٣	٢,٨٠	٠,٨٠	٣,٤٨١	
القاطعة ومغيرة	درجة	١,٠٩	٢,٦٠	٠,٩٩	٣,٠٢٢	
العددية الثلاثية	درجة	١,١٨	٢,٣٥	١,٢٧	٢,٨٢٨	
القاطعة والعددية الثنائية	درجة	١,١٧	٢,٣٠	١,٠٨	٢,٩٣٢	
المزدوجة	درجة	١,٢٢	٢,١٥	٠,٥١	٢,٦٩٤	
المزدوجة ومغيرة	درجة	١,٢١	٢	١,١١	٢,٦٣٨	

قيمة (ت) الجدولية = ٢,١٠١

يتضح من جدول رقم (١٢) توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات (قيد البحث)، لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

ثانياً: مناقشة النتائج:

من خلال العرض السابق للنتائج التي توصلت إليها الباحثة وفي إطار أهداف البحث وفروضه ومنهجه واسترشادا بنتائج الدراسات السابقة والقراءات النظرية سوف يتم مناقشة هذه النتائج وذلك من خلال:

يتضح من جدول رقم (١٠) توجد فروق دالة إحصائية بين قياسات البحث (القبلية، البعدية) في الصمود النفسي ومستوي الاداء الهجومي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي كما جاءت نسب التحسن مابين (٥,٣٥%، ٩٧.٦٦%).

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كلا من أحمد عبد الرحمن السيد (٢٠١٨م) (٣)، داليا محمود عيد المنعم (٢٠١٨م) (٧)، عبيد مزعل عبيد (٢٠١٩م) (١١) حيث أجمعوا علي أن استخدام برامج الاثراء لها تأثير إيجابي في تحسن مستوى التعلم في المقررات المختلفة.

وتعزو الباحثة هذا التقدم الى البرنامج التعليمي باستخدام الأسلوب الاثرائي الذي جعل الطالبة محور العملية التعليمية، والذي تم تصميمه في ضوء قدرات الطالبات المتميزات للبحث وراء الأسباب ومحاولة حل التساؤلات المتعلقة بمراحل الاداء الهجومي في رياضة المبارزة (قيد البحث) مما ساعد على إثارة اهتمام الطالبات وتحفزهن على بذل الجهد في التعلم وعدم الشعور بالملل وتنمية قدراتهن من خلال المواقف التعليمية المختلفة والمتنوعة للوصول الى المعلومات والنتائج المنطقية والمرتبطة بالموضوع داخل بيئة تعليمية نشطة وتفاعلية تتجاوز المقرر الأساسي وطرح موضوعات أكثر حداثة تساعدهن على الابداع والابتكار والتفكير من خلال الوحدات التعليمية والتي تم بنائها وفقا لاحتياجات واهتمام الطالبات.

كل ذلك ساعد الطالبة على بذل مزيد من الجهد والحرية في تناول المنهج وفقا لقدراتها الذاتية على التعلم وبالتالي ارتفاع مستوي الطموح لديها والشعور بالحماس ومواجهه الضغوط اثناء التعلم التي تؤدي بدورها الى الصمود النفسي للطالبة، مما انعكس بشكل ايجابي على الطالبة وساعد علي تعلم الهجمات (قيد البحث) في المبارزة والصمود النفسي.

ويتفق ذلك مع أحمد الظاهر (٢٠١٥م) أن أسلوب الاثراء يزيد من التحصيل والدافعية للتعلم والابداع في كافة المجالات ويساعد المتعلمين على بناء القدرة على التفسير وإيجاد العلاقات في عملية التعلم وأيضا تدعم بعض عادات العقل المنتجة مثل الاستماع بفهم والتفكير الإبداعي وتنمية مستويات التفكير العليا (٢: ٨).

ويذكر حسام محمد (٢٠١٦م) أنه لابد من توافر الروح المعنوية الجيده للاعب الرياضي حتي يستطيع الصمود والنجاح والتفوق اثناء التدريب او المنافسات اي يؤكد على وجود علاقة بين الروح المعنوية والشعور بالصمود النفسي .

(٢٠: ٥)

ومما سبق يتضح صحة الفرض الأول من فروض البحث والذي ينص علي:

" توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الصمود النفسي ومستوي الاداء الهجومي في المباراة (قيد البحث) ولصالح القياس البعدي "

يتضح من جدول رقم (١١) توجد فروق دالة إحصائية بين قياسات البحث (القبلي، البعدي) في الصمود النفسي ومستوي الاداء الهجومي للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي كما جاءت نسب التحسن مابين (١,٧٤% ، ٣٥,٢٩%).

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة ندى محسوب عبد الحميد (٢٠٢٢م) (٢٠)، في أنه للأسلوب التقليدي تأثير ايجابي علي المستوي المهاري.

تعزو الباحثة هذا التحسن الي التدريس بالطريقة المتبعة (الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي) ثم تصحيح الأخطاء من قبل المعلمة، كل ذلك يوفر للطالبة فرص جيدة للتعلم مما يؤثر ايجابيا علي مستوى الأداء المهاري لدي الطالبة، ويساعد الطالبات على الاقبال لأداء المهارات بجدية مع قلة ظهور الأخطاء حيث تتميز هذه الطريقة بأن المعلمة هي التي تتخذ القرارات، وأن دور الطالبات هو تلقي للمعلومات وتقليد الأداء حسب النموذج الذي يقدم لهن.

بالاضافة الى أن الطريقة المتبعة والتي تعتمد على الشرح وإعطاء النموذج العملي للمهارات لا يمكن إغفالها حيث تعتمد على التدريبات المتدرجة من السهل الى الصعب ومن البسيط الى المركب، مما يؤدي الى التعلم بصورة سليمة للأداء الفني للهجومات (قيد البحث) ومن ثم تؤثر تأثيرا ايجابيا في مستوى الاداء الهجومي والصمود النفسي حيث انه كلما زادت الروح المعنوية تحسن الأداء ويشعر حينها اللاعب بالصمود النفسي لمجابهة تحدي متطلبات الأداء.

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه حسن أحمد (٢٠٠٨م) أن قيام المعلم بعمل نموذج مع شرح المهارة وعرض صورة لها فإن هذا يعد من أفضل الطرق في تعليم المهارات وأن درجة أداء اللاعبين للمهارة تتوقف على مقدرة المعلم على الشرح الجيد الدقيق لفن أداء المهارة من حيث صحة الأوضاع لكل أجزاء الجسم خلال عملية التعليم (٦: ٩٤).

ومما سبق يتضح صحة الفرض الثاني من فروض البحث والذي ينص علي:

" توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الصمود النفسي ومستوي الاداء الهجومي في المباراة (قيد البحث) ولصالح القياس البعدي "

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق معنوية عند مستوي ثقة (٠,٠٥) ولصالح المجموعة التجريبية في الصمود النفسي ومستوي الاداء الهجومي في رياضة المبارزة (قيد البحث).

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة عبيد مزعل عبيد (٢٠١٩م) (١١)، منى عبد الله ابراهيم (٢٠١٩م) (١٩)، ندى محسوب عبد الحميد (٢٠٢٢م) (٢٠) حيث أظهرت نتائجهم تفوق المجموعة التجريبية المستخدمة الأسلوب الاثرائى على المجموعة الضابطة.

وتعزو الباحثة ذلك الى الأثر الفعال للبرنامج التعليمي باستخدام الأسلوب الاثرائى الذى خلق بيئة تعليمية جيدة فى بناء المعرفة من خلال التنظيم والتنسيق والصيغة الجيدة للمعلومات والمعارف المرتبطة بالأداء الهجومي (قيد البحث) فى رياضة المبارزة بين الطالبات، مما ساعد الطالبات على تركيز انتباههن واستثارة دوافعهن وفقا لقدراتهن، وأتاح الأسلوب الاثرائى الفرصة للطالبات لاكتساب خبرات ومهارات وتوسيع مجال ادراكهن، والتغلب على مشاكل التعلم من حيث تأثير ذاتية المعلم على المتعلم واستغلال الفروق الفردية بين الطالبات، وتحاول الطالبة جاهدا الاعتماد على التوافق النفسى الداخلى والخارجى لديها والتي تمده بالصمود والصلابة النفسىة والمقاومة التي تساعدها على مواجهه المواقف التعليمية المختلفة، ومن ثم تؤثر تأثيرا ايجابيا فى الصمود النفسى ومستوى الأداء الهجومي (قيد البحث) فى رياضة المبارزة.

أما بالنسبة للمجموعة الضابطة التي استخدمت البرنامج (أسلوب الأوامر) يفتقر الأسلوب العلمى فى التعليم وعدم مراعاته لخصائص وقدرات الطالبات حيث ينظر اليهن على أنهم مستقبلين للمعلومات فقط مما يقلل من دافعيتهم للتعلم وعدم مراعاة الفروق الفردية بينهن وخاصة الموهوبات والمتميزات.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع ما أشار اليه **عصام وصفى وأخرون (٢٠١٣م)** الي ان الاثراء يعتبر أحد النظم الفعالة فى تنمية المهارات والتي تتميز بالمرونة حيث يمكن استخدامه مع جميع المتفوقين باختلاف مستويات تفوقهم فالطالب ذو المستوى المتوسط فى التفوق يمكن تنمية قدراته من خلال أنشطة ملائمة لهذه القدرات تكون مصممة لمن هم فى مستواه، أما الطالب ذو المستوى العالى والقدرة الممتازة فيمكن استخدام أنشطة الدراسة المستقلة وحل المشكلات بطرق إبتكارية وفرض التعلم الذاتى (١٢ : ٧٥).

ويشير **جيري دافيس وأخرون Gary Davis, et,al. (٢٠١٠م)** أن أسلوب الاثراء يمثل التحدى فى مواجهة الصعوبات والعقبات وهذا ما يركز عليه لأنه يشجع المتعلم على تحدى قدراته والوصول الى حلول للمشكلات التي تواجهه وذلك من خلال طرح الأسئلة التي تثير مهارات التفكير العليا وهذا يزيد من دافعية المتعلمين وقدراتهم على الابداع.

(٢١ : ٢٢)

ومما سبق يتضح صحة الفرض الثالث كليا من فروض البحث والذي ينص على:

" توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في بعض مهارات التفكير البصري ومستوى الاداء المهاري في المبارزة (قيد البحث) ولصالح المجموعة التجريبية"

الاستنتاجات والتوصيات:

أولاً: الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث وفروضه وفي حدود عينة البحث وطبقا لما أشارت اليه نتائج المعالجات الإحصائية المناسبة ومناقشة النتائج أمكن التوصل الي الإستخلاصات التالية :

- التعلم بالاسلوب الاثرائى ساهم بطريقة ايجابية فى الصمود النفسى ومستوى الأداء الهجومي (قيد البحث) فى رياضة المبارزة لطالبات المجموعة التجريبية.
- يؤثر الأسلوب التقليدي (الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي) تأثيرا ايجابيا على الصمود النفسى ومستوى الأداء الهجومي (قيد البحث) فى رياضة المبارزة لطالبات المجموعة الضابطة.
- تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت الأسلوب الاثرائى على المجموعة الضابطة التي استخدمت الطريقة التقليدية (الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي) فى الصمود النفسى ومستوى الأداء الهجومي (قيد البحث) فى رياضة المبارزة .

ثانياً: التوصيات:

- استخدام الأسلوب الاثرائى كأحد الأساليب التدريسية الحديثة لتعلم واتقان المهارات المختلفة فى رياضة المبارزة.
- إجراء المزيد من الدراسات المشابهة فى مراحل دراسية مختلفة ورياضات مختلفة.
- محاولة التعديل من الاسلوب الذي يركز على اكتساب المعارف والمعلومات بذاتها، واعتماد المتعلم على المعلم فى تحصيل هذه المعلومات مما يفقد أهمية وقيمة هذه المعلومات بالنسبة للمتعم والتركيز على استراتيجيات التعليم التي تعتمد على الاثراء والتفاعل والايجابية مثل الأسلوب الاثرائى.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- ١- إبراهيم نبيل عبد العزيز، تامر ابراهيم نبيل (٢٠١٦م): "المرجع الحديث في المبارزة"، مركز الكتاب الحديث، القاهرة.
- ٢- أحمد الظاهر قطان (٢٠١٥م): "مدخل الى التربية الخاصة"، دار وائل، عمان.
- ٣- أحمد عبد الرحمن السيد (٢٠١٨م): "فاعلية استخدام أسلوبى الاثراء والتجميع على نواتج التعلم بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الاعدادية"، ماجستير، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الزقازيق.
- ٤- أسماء يحيى عزت، شريف على جلال الدين (٢٠١٨م): "الروح المعنوية وعلاقتها بالصمود النفسي لدى لاعبي السباحة"، بحث منشور، مجلة بحوث التربية الشاملة كلية التربية الرياضية-جامعة الزقازيق مجلة الرياضة علون وفنون، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق.
- ٥- حسام محمد حكمت (٢٠١٦م): "بناء مقياس للروح المعنوية لدى ناشئ كرة القدم"، دار العلم والايمان للنشر والتوزيع.
- ٦- حسن أحمد شحاته (٢٠٠٨م): "المناهج الدراسية بين النظرية والتطبيق"، الدار العربية للكتاب، القاهرة.
- ٧- داليا محمود عبد المنعم (٢٠١٨م): "فاعلية برنامج لاثراء بعض مهارات التفكير الناقد لدى أطفال الروضة الموهوبين"، ماجستير، كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة القاهرة.
- ٨- سعاد سبتي عبود، رغداء فؤاد محمد (٢٠١٧م): "الصمود النفسي وعلاقته بدافع الانجاز الرياضي لدى لاعبي الاركاض الطويلة والقصيرة" الصم والبكم"، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد (١٠) العدد (٦)، العراق.
- ٩- صفاء يوسف الاعسر (٢٠١٠م): "الصمود من منظور علم النفس الايجابي"، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، العدد ٧٧.
- ١٠- عبد الرحمن سيد سليمان، صفاء علوى أحمد (٢٠٠٨م): "المتفوقون عقليا (خصائصهم - اكتشافهم - تربيتهم - مشكلاتهم)"، ط٢، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.
- ١١- عبيد مزعل عبيد (٢٠١٩م): "فاعلية برنامج اثرائى قائم على الأنشطة الرياضية فى تنمية مكونات الحس العددي لدى طلاب الصف الأول المتوسط"، المجلة التربوية لكلية التربية، عدد (٥٩)، جامعة سوهاج.
- ١٢- عصام وصفى، محمد أحمد يوسف، صلاح عبد الحميد (٢٠١٣م): "المناهج الدراسية، عناصرها، أسسها، وتطبيقاتها"، دار المريخ للنشر، الرياض.
- ١٣- فتحى عبد الرحمن جروان (٢٠١٤م): "رعاية الموهوبين - الاستراتيجيات والإجراءات"، المركز العربى للتدريب التربوى، قطر.
- ١٤- كوثر حسين كوجك (٢٠٠١م): "إتجاهات حديثة فى المناهج وطرق التدريس"، ط٢، عالم الكتاب، القاهرة.
- ١٥- مجدى عزيز إبراهيم (٢٠٠٩م): "معجم مصطلحات ومفاهيم التعليم والتعلم"، عالم الكتاب، القاهرة.
- ١٦- مجدى عزيز إبراهيم (٢٠١١م): "رؤى مستقبلية فى تحديث منظومة التعليم"، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- ١٧- محروس محمد قنديل، محمد إبراهيم شحاته، أحمد فؤاد الشاذلى (٢٠٠٨م): "أساسيات التمرينات البدنية"، ط٢، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- ١٨- محمد السعيد عبد الجواد (٢٠٠٤م): "علم النفس الايجابي: ماهيته ومنطلقاته النظرية وأفاقه المستقبلية"، مؤسسة العلوم النفسية، مصر.
- ١٩- منى عبد الله بن إبراهيم (٢٠١٩م): "برنامج اثرائى مقترح لتنمية مهارات التعبير الفنى للتلميذات الموهوبات فى المرحلة الابتدائية"، المجلة التربوية لكلية التربية، عدد (٦٢)، جامعة سوهاج.
- ٢٠- ندى محسوب عبد الحميد (٢٠٢٢م): "الأسلوب الاثرائى وتأثيره على بعض المتغيرات المهارية والتحصيل المعرفى والتفكير الابتكارى فى الكرة الطائرة"، دكتوراة، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 21-Gary A. Davis, Sylvia B. Rimm, Del Siegle(2010): "**Education of the Gifted and Talented**", Edition 6, Pearson Custom Education Series.
- 22-Myers, M, (2011): "**Physician suicide and resilience**" Diagnostic, therapeutic and moral imperatives, World Medical Journal, 3 (57), 90-97.
- 23-Retrived Han (2006): "**Differentiated instruction**", 4th Ed W.M C. Brown & Ban mark U.S.A.

المخلص

فاعلية إستخدام الأسلوب الاثرائى على الصمود النفسى والأداء الهجومى فى رياضة المبارزة

أ.م.د. أمينة جمال السيد مصطفى

أستاذ مساعد

بقسم الرياضات المائية والمنازلات

بكلية التربية الرياضية للبنات

جامعة الزقازيق

تهدف هذه الدراسة الي تصميم برنامج مقترح باستخدام الأسلوب الاثرائى ومعرفة تأثيره علي الصمود النفسى ومستوى الأداء الهجومى (العددية الثنائية، القاطعة والمغيرة، العددية الثلاثية، القاطعة والعددية الثنائية، المزدوجة، المزدوجة ومغيرة) في رياضة المبارزة، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام القياس القبلي البعدي لمجموعتين احدهما تجريبية والأخري ضابطة، واشتملت عينة البحث من طالبات الفرقة الرابعة بجامعة الزقازيق للعام الجامعي ٢٠٢٢/٢٠٢٣م، تم اختيار العينة بالطريقة العمدية والبالغ قوامها (٥٠) طالبة، وقد قامت الباحثة باختيار (١٠) طالبات كعينة استطلاعية، وبذلك أصبحت عينة البحث الأساسية (٤٠) طالبة تم تقسيمهم الي مجموعتين احدهما تجريبية والأخري ضابطة قوام كل مجموعة (٢٠) طالبة وتم استخدام البرنامج المقترح باستخدام الأسلوب الاثرائى للمجموعة التجريبية، والأسلوب التقليدي المتبع للمجموعة الضابطة، وكانت أهم النتائج أن كل من البرنامج المقترح باستخدام الأسلوب الاثرائى والأسلوب التقليدي قد أثر ايجابيا علي الصمود النفسى والمستوي المهاري للطالبات.

Summary

The effectiveness of using the enrichment method on psychological resilience and performance Attack in fencing

Assist. Prof. Amina Gamal elsaied mostafa

Assistant Professor
in the Department of Water Sports and Wrestling
College of Physical Education for Girls
Zagazig University

The aim of this study is to design a proposed program using the enrichment method and to know its effect on psychological resilience and the level of offensive performance (bilateral numerical, decisive and invasive, triple numerical, incisive and binary numerical, double, double and invasive) in the sport of fencing, The researcher used the experimental method using the pre-post-measurement of two groups, one experimental and the other a control one, and the research sample included fourth year female students at Zagazig University for the academic year 2022/2023 AD. Exploratory, and thus the basic research sample became (40) students, who were divided into two groups, one experimental and the other control, the strength of each group (20) students, The proposed program was used using the enrichment method for the experimental group, and the traditional method used for the control group, and the most important results were that each of the proposed program using the enrichment method and the traditional method had a positive effect on the psychological resilience and the skill level of the students.