



” تأثير جملة حركية من التمرينات الحرة باستخدام استراتيجية التعلم بالنمذجة لتنمية الابتكار الحركي لطلاب كلية التربية الرياضية”.

*أ.د/ محمد عبد العظيم محمد

**أ.م.د/ عبدالله عبد اللطيف محمد

***أ.م.د/ عبد الواحد أبو الفتوح السيد

***معيد/ يحيى زكريا أحمد

ملخص البحث باللغة العربية:

هدف البحث إلي التعرف علي تأثير جملة حركية من التمرينات الحرة باستخدام استراتيجية التعلم بالنمذجة لتنمية الابتكار الحركي لطلاب كلية التربية الرياضية واستخدام الباحثون التصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة واستخدموا القياسين (القبلي - البعدي) وذلك لملائمته لطبيعة البحث واشتمل مجتمع البحث علي طلاب الفرقة الأولى المقيدون بكلية التربية الرياضية جامعة الوادي الجديد للعام الجامعي ٢٠٢٣ / ٢٠٢٤م والبالغ عددهم (٢١٨) طالباً حيث تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية، وبلغ عددهم (٣٠) طالباً، بالإضافة إلي عدد (١٠) طلاب كعينة استطلاعية وكانت أهم الاستنتاجات تشير إلي أن الجملة الحركية باستخدام استراتيجية النمذجة أثرت تأثيراً إيجابياً علي مستوي الابتكار الحركي لدي أفراد المجموعة التجريبية قيد البحث .

* أستاذ طرق تدريس التربية الرياضية ووكيل الكلية لشئون التعليم والطلاب - كلية التربية الرياضية - جامعة الوادي الجديد

** أستاذ التمرينات والجمباز المساعد بقسم المناهج وتدريس التربية الرياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة الوادي الجديد

*** أستاذ المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية المساعد بقسم المناهج وتدريس التربية الرياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة الوادي الجديد

*** معيد بقسم المناهج وتدريس التربية الرياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة الوادي الجديد



**the effect of a movement sentence from free exercises using
the modeling learning strategy to develop motor innovation
and self–confidence for students of the College of Physical
Education**

Prof. Dr. Mohamed Abdel Azim Mohamed

Prof. Dr. Abdullah Abdul Latif Muhammad

Prof. Abdel Wahed Abu Al–Futouh Al–Sayed

Demonstrator.Yahya Zakaria Ahmed

The research aimed to identify the effect of a movement group of free exercises using the modeling learning strategy to develop motor innovation for students of the College of Physical Education. The researchers used a one–group experimental design and used two measurements (pre–post) in order to suit the nature of the research. The research community included first year students enrolled in the College of Education. Sports University at New Valley University for the academic year 2023/2024 AD, numbering (218) students. The research sample was chosen intentionally, and their number reached (30) students, in addition to the number (10) students as a reconnaissance sample. The most important conclusions indicated that the kinetic sentence using the modeling strategy It had a positive impact on the level of motor innovation among members of the experimental group under study.



” تأثير جملة حركية من التمرينات الحرة باستخدام استراتيجية التعلم بالنمذجة لتنمية الابتكار الحركي لطلاب كلية التربية الرياضية”.

أ.د/ محمد عبد العظيم محمد

أ.م.د/ عبدالله عبد اللطيف محمد

أ.م.د/ عبد الواحد أبو الفتوح السيد

معيد/ يحيى زكريا أحمد

المقدمة ومشكلة البحث:

شهدت السنوات الأخيرة في مجتمعاتنا تطورا ملحوظا في شتي المجالات ومنها المجال التعليمي الذي يعد احد الركائز الأساسية لتقدم المجتمعات ومواجهة التغيرات العصرية فقد سعت الدول إلي التطوير في مختلف عناصر المنظومة التعليمية بما فيها من طرق واستراتيجيات تدريسية مختلفة وذلك من اجل الوصول لأكثرها ملائمة وتحقيقاً لأهدافها التربوية فلم يعد الاهتمام بالمعلومات والمعارف الغاية المنشودة من وراء العملية التعليمية فحسب وإنما الاهتمام بالمتعلم من كافة النواحي العقلية والنفسية والبدنية والاجتماعية وذلك من خلال استخدام استراتيجيات وأساليب تعليمية حديثة تؤكد علي إيجابية الطالب ونشاطه في أثناء العملية التعليمية فضلا عن تهيئة الظروف الملائمة لجعل المتعلم يكتشف المعلومات والمعارف بنفسه وان يتفاعل مع زملائه كمجموعة أفراد وان يتحول دور المعلم من التلقين للمعلومات إلي توجيه الطالب وإرشاده .

(٣: ٢٧٥)

وتعتبر الأساليب والطرق التعليمية التي تتبع في تعلم المهارات الحركية أو الأنشطة الرياضية في معظم مؤسساتنا التعليمية مدارس كانت أو جامعات من الأنماط السائدة التي تعتمد علي المعلم في العملية التعليمية والتي تتم من خلال تقديم المعلم عن طريق الإلقاء أو الشرح

* أستاذ طرق تدريس التربية الرياضية ووكيل الكلية لشئون التعليم والطلاب - كلية التربية الرياضية - جامعة الوادي الجديد

** أستاذ التمرينات والجمباز المساعد بقسم المناهج وتدريس التربية الرياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة الوادي الجديد

*** أستاذ المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية المساعد بقسم المناهج وتدريس التربية الرياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة الوادي الجديد

**** معيد بقسم المناهج وتدريس التربية الرياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة الوادي الجديد



ويعني هذا أن المعلم يجب أن يتفاعل مع المادة العلمية ويسعي جاهدا لتوصيلها لكل متعلم إلا أن مشاكل كثيرة تواجهه أهمها الفروق الفردية بين المتعلمين. (٢٨ : ٨)

ويري كلا من "محمد سعد، مصطفى السايح" (٢٠١٣) أن استراتيجيات التعلم الحديثة تهدف إلي استغلال جميع حواس المتعلم في التعلم وذلك باستخدام الوسائل والوسائط التعليمية المختلفة التي تخاطب أكثر من حاسة والتي تساعد الطلاب علي التذكر الحركي وتعمل علي تيسير عملية التعلم حيث يكون الأداء أكثر إيضاحاً كما تجعل المتعلم إيجابياً. (٨٧:٨٦ : ٤٠)

ويعد التعلم بالتمذجة من أقوى الطرق التعليمية لأن تأثيرها يكون متنوعاً حيث النماذج المتعددة التي يتم تقليدها والنمذجة أحد الاستراتيجيات التدريسية التي يتم تقليدها وهي كذلك أحد الاستراتيجيات التي يتم تطويرها في ضوء الفلسفة البنائية والتي تعتمد علي ممارسة المتعلم للتعلم النشط في معالجته للمعلومات وتطوير بيئته المعرفية حيث يبذل المتعلم جهداً عقلياً ليكتشف المعرفة بنفسه وعندما يقوم المتعلم بدور نشط في معرفته يحدث تعديل للتصورات السابقة الموجودة بالبنية المعرفية للطلاب ويحدث من خلال ذلك ما يسمى بتغيير المفاهيم. (٢٣ : ١٤)

وتتمثل استراتيجية النمذجة في الاعتماد علي النموذج في نقل فكرة او خبرة إلي فرد أو مجموعة أفراد وهي إحدى فنيات وطرق اكساب الأفراد أنماط السلوك الصحيح وهي أيضاً فنية علاجية لتعديل أنماط السلوك الخاطئ وغير المرغوب لدي الافراد. (١٤ : ٢٠)

ويشير كلاً من "علي عبد السميع"، و"وجيه المرسي" (٢٠١٣) إلي أن التعلم بالنمذجة تعد من بين استراتيجيات التدريس التي تعتمد علي تقديم عدة بدائل تعليمية للمتعلم مع إتاحة الوقت الكافي له حتي تحقق العملية التعليمية الأهداف المرجوة من تعلم غالبية المتعلمين بإتقان معظم المادة التعليمية المقدمة لهم كما أنها تسمح للمتعلم بان ينال من الوقت الذي يحتاجه في تحصيل موضوع ما عن طريق مشاهدة نموذج معين والذي يؤدي في النهاية إلي إمكانية وصول هذا المتعلم إلي مستوي الإتقان. (٢٩ : ١٢٧)

والابتكار من الظواهر الإنسانية الهامة التي ميز بها الخالق الإنسان عن بقية المخلوقات لذا يعتمد التقدم العلمي والتكنولوجي الذي يسير نحوه العالم الآن اعتماداً كبيراً علي قدرة الفرد علي الخلق والإبداع وتوليد المفاهيم الجديدة كما أن هناك نسبة إجماع بين العلماء علي أن الابتكار والعملية الابتكارية خبرة ديناميكية وتربوية مثيرة فهي عملية اندماج الفرد وتفاعله مع أفكاره واكتشاف علاقات وطرق جديدة لحل المشكلات. (١ : ٣٦ : ٤٢)

ويعتبر الابتكار الحركي ظاهرة تربوية مهمة في المجال الرياضي حيث تشير نادية درويش" (١٩٧٩) و"عايدة رضا" (١٩٧٩) إلي أن الأنشطة الرياضية علي اختلاف أنواعها



وأهدافها تسهم في تنمية السلوك الابتكاري وتسمح بخلق مناخ خصب لتنمية هذا السلوك كما أنها تتيح للفرد الفرصة للتعبير عن قدراته الابتكارية وذلك من خلال التدريب علي سرعة استدعاء الخبرات الحركية والمواقف السابقة التي مر بها الفرد واستخدامها في تكوين جديد يؤدي إلي تطوير وتوظيف هذه الخبرات الحركية واتساع نطاقها أي أن عملية الابتكار في المجال الحركي تبدأ بالفرد وتوجهها الخبرة وتنتهي بشكل جديد للتعبير. (٨:٤٥)(٦:٢٢)

والجمل الحركية في التمرينات من الأنشطة التي يعتبر الابتكار احد اهم مكوناتها الرئيسية كما تعتبر من اهم المجالات التي يمكن من خلالها أن تظهر القدرات الابتكارية وتزدهر والتي تسهم بقدر كبير في خلق ما هو جديد من خلال تعدد مهاراتها وصعوباتها ويظهر ذلك عند تكوين الجمل الحركية كالصعوبات المختلفة وعناصر حركات الجسم وما تشمله من أوضاع وحركات ومهارات. (٢:٤٦)

وتشير نشوي نافع (٢٠٠٤): إلي أن الابتكار الحركي هو احد أنواع الإنتاج الابتكاري في مجال الحركة بمعنى أن الناتج الابتكاري يظهر في صورة استجابات حركية تعبر عن قدرات الطالب الابتكارية ويخضع هذا الناتج الحركي لشروط منها الطلاقة الحركية والمرونة الحركية والأصالة الحركية والتي يمكن ان تظهر في ابسط صورة مثل أداء حركة أو جزء من تمرين. (٦٤:٤٦)

وتعتبر التمرينات وسيلة من وسائل التنمية العقلية والنفسية والاجتماعية لما لها من أهمية في صقل الأفراد في مختلف الأعمار. (٥٩:٢٥)

مشكلة البحث:

بالنظر إلي الواقع التعليمي يتضح أن العملية التعليمية لازالت تعتمد علي الأساليب التقليدية أثناء تنفيذها حيث أن هذه الأساليب تعتمد علي المعلم الذي يقوم بتدريس منهج ثابت في زمن ثابت وبأسلوب ثابت لا يتغير يتبعه في كل المواقف التعليمية أساسه التلقين مع عدم مراعاة الهدف الرئيسي بجعل المتعلم محور العملية التعليمية ولا يتأتى ذلك إلا من خلال تطوير أساليب وطرق التدريس بزيادة البدائل التعليمية المتنوعة وذلك عن طريق استخدام استراتيجيات حديثة في التدريس تراعي الفرد في نوعية تعليمه وتصل به إلي مستوي من التمكن ودرجة عالية من الكفاءة حيث يتفق ذلك مع الانتقال الذي فرضته الاتجاهات التربوية المعاصرة في الاهتمام بالمتعلم .

ومن خلال ملاحظة الباحثين أثناء مشاركتهم في تدريس مقرر أساسيات التمرينات لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية وإجراء العديد من المقابلات الشخصية مع السادة



الخبراء في مجال تدريس التمرينات تبين ضيق الوقت الذي يتيح الفصل الدراسي الواحد لتدريس مقرر أساسيات التمرينات مما يصعب معه إجراء التطبيقات العملية للتمرينات من خلال جمل حركية من شأنها العمل علي تنمية وتحسين قدراتهم الابتكارية وهذا أدى إلي ضعف ملحوظ في قدرات الطلاب الإبتكارية والمتمثلة في الطلاقة والمرونة والأصالة الحركية رغم ما يبذله القائمين بالتدريس من جهد .

مما دفع الباحثون للاستفادة من الاستراتيجيات الحديثة في التدريس وأساليب التعلم في استخدام التعلم بالنمذجة لتنمية الابتكار الحركي لدي طلاب التربية الرياضية حيث أن الربط بين المعلومات مع استخدام النماذج المختلفة للتعبير عن الفكرة المركزية تساعد علي التخيل والتركيز وتقديم أكبر قدر من المعلومات والربط بينهم بروابط حية مما يمكن من تنظيمها واسترجاعها بسهولة وبالتالي تقوي الذاكرة ويحسن أداء الطلاب مما يزيد من فاعلية العملية التعليمية وتحفيز القدرة علي تنظيم المعلومات وترتيبها وتحفيز الابتكار والإبداع .

أهمية البحث والحاجة إليه:

- إلقاء الضوء علي كيفية بناء مادة التمرينات في شكل مواقف تعليمية تتلاءم مع الأساليب والاستراتيجيات الحديثة التي ثبتت فاعليتها في تدريس المواد الأخرى .
- الاستفادة من استراتيجيات التدريس الحديثة والتي تساعد علي تعلم افضل وتدريب تفاعلي بين الطلاب والمعلم والمشاركة بإيجابية أثناء الموقف التعليمي والذي ينعكس علي المهارات والأداء الحركي لها وإتقانها في أقل زمن ممكن وأقل مجهود .
- يوجه البحث القائمين بتدريس التمرينات والعروض الرياضية إلي الاهتمام بالابتكار الحركي.

هدف البحث :

يهدف البحث إلي التعرف علي تأثير جملة حركية من التمرينات الحرة باستخدام استراتيجية التعلم بالنمذجة لتنمية الابتكار الحركي لطلاب كلية التربية الرياضية.

فروض البحث:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في مستوى الابتكار الحركي لدي الطلاب لصالح القياس البعدي في المجموعة التجريبية.



بعض المصطلحات الواردة في البحث:

التعلم بالتمذجة :

هو عبارة عن عملية اكتساب ونقل المهارات والخبرات السلوكية المرغوبة من خلال ملاحظة نماذج معبرة ترتبط بموقف التعليم ومن خلالها يمكن التعديل من السلوكيات الخاطئة للمتعلم. (١٤ : ٥٥)

الابتكار الحركي motor creativity :

هو القدرة علي انتاج اكبر عدد من الاستجابات الحركية النادرة والفريدة في وحدة زمنية محددة تتسم بالتنوع (٦ : ١١)

الجملة الحركية الحرة في التمرينات:

هي مجموعة من التمرينات الحرة التي يؤديها الطالب في شكل سلسلة حركية منظمة مختلفة الأوضاع وتتكون من ١٦ تمرين كل تمرين يحتوي علي ٨ اعدات (حركات). (٣٠ : ٢٧٠)

الدراسات المرتبطة :

الدراسات العربية :

١. دراسة "طارق محمد ندا" (٢٠٢١) (٢١) بعنوان تأثير استخدام التعلم بالتمذجة علي تعلم سباحة الزحف علي البطن للأطفال من ٨ : ١٠ سنوات : ويهدف البحث إلي تصميم برنامج باستخدام التعلم بالتمذجة المدعم إلكترونياً ومعرفة تأثيره علي تعلم سباحة الزحف علي البطن للأطفال من ٨ : ١٠ سنوات واستخدم الباحث المنهج التجريبي حيث قام باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من الأطفال المبتدئين من سن ٨ : ١٠ سنوات بفصول تعليم السباحة بنادي الصفوة بمدينة العاشر من رمضان وبلغ عدد العينة الأساسية (٣٤) طفل وقد تم تقسيمهم إلي مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل مجموعة (١٢) بالإضافة إلي عينة الدراسة الاستطلاعية وعددهم (١٠) أطفال من نفس مجتمع البحث ليصبح إجمالي العينة الكلية (٣٤) طفل وأشارت النتائج إلي أن استخدام البرنامج التعليمي باستخدام التعلم بالتمذجة المدعم إلكترونياً اظهر تأثير إيجابي في تحسين سباحة الزحف علي البطن للأطفال من سن ٨ : ١٠ سنوات.

٢ - دراسة بعنوان "حازم أحمد محمد السيد" (٢٠١٠) (١١) بعنوان تأثير عروض التمرينات الجماعية علي بعض عوامل الإبتكار الحركي والقدرات التوافقية لدي طلاب كلية التربية الرياضية بجامعة المنصورة وهدفت الدراسة إلي التعرف على تأثير عروض التمرينات الجماعية علي بعض عوامل الإبتكار الحركي والقدرات التوافقية لدي طلاب كلية التربية



الرياضية بجامعة المنصورة واستخدم الباحث المنهج التجريبي و قد بلغ حجم العينة (٤٠ طالبا) ، وتم تقسيمهم إلي مجموعتين قوام كل مجموعة (٢٠ طالبا)، وأشارت النتائج إلي تفوق المجموعة التجريبية التي اشتركت في عرض التمرينات الجماعية علي المجموعة الضابطة التي لم تشارك في عروض التمرينات الجماعية واكتفت باستخدام البرنامج المتبع التقليدي في جميع المتغيرات قيد البحث .

الدراسات الأجنبية

١. دراسة قام بها " ديبورا ايفلتز واخرون (48) (2018) " Deboral Ifeltz et al " بعنوان تأثير النمذجة الذاتية علي أداء التصويب والكفاءة الذاتية للاعبي هوكي الجليد تحت ١٨ سنة : وتهدف الدراسة الي تقييم تأثير النمذجة الذاتية باستخدام الفيديو كأداة لتطوير الكفاءة الذاتية وأداء مهارة التصويب للاعبي هوكي الجليد واشتملت العينة علي ٦٠ لاعب تم تقسيمهم عشوائيا إلي مجموعتين تجريبية وضابطة واستخدام المنهج التجريبي حيث أشارت اهم النتائج إلي إظهار فاعلية النمذجة الذاتية باستخدام الفيديو تأثيرا ايجابيا علي تطوير الكفاءة الذاتية وأداء مهارة التصويب للاعبي هوكي الجليد تحت ١٨ سنة.

خطة وإجراءات البحث

أولاً: منهج البحث: استخدم الباحثون التصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة واستخدموا القياسين (القبلي – البعدي) وذلك لملائمته لطبيعة البحث.

ثانياً: مجتمع وعينة البحث:

١- مجتمع البحث: اشتمل مجتمع البحث علي طلاب الفرقة الأولى المقيدين بكلية التربية الرياضية جامعة الوادي الجديد للعام الجامعي ٢٠٢٣ / ٢٠٢٤م والبالغ عددهم (٢١٨) طالباً.
٢- عينة البحث: تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية، وبلغ عددهم (٣٠) طالبا من طلاب "الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية- جامعة الوادي الجديد للعام الجامعي ٢٠٢٣/٢٠٢٤م، بالإضافة إلي عدد(١٠) طلاب كعينة استطلاعية.

جدول(١) توصيف لمجتمع وعينة البحث

مجتمع البحث	حجم عينة البحث		النسبة المئوية لعينة البحث
٢١٨) طالب	المجموعة التجريبية	المجموعة الاستطلاعية	١٨.٣٤٪ من المجتمع الكلي
	(٣٠) طالب	(١٠) طلاب	
	(٤٠) طالب		



٣- تجانس عينة البحث وضبط المتغيرات:-

للتأكد من خلو العينة من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية قام الباحثون بحساب (المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لمعدلات النمو والإختبارات البدنية والابتكار الحركي) وذلك لعينة البحث ككل والجدول رقم (٢) يوضح التجانس للعينة في متغيرات البحث.

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري والالتواء في المتغيرات الأنتروبومترية والبدنية والابتكار الحركي للعينة قيد البحث (ن = ٤٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الإنحراف المعياري	الالتواء
١	السن	سنة	١٨.٦٥	١٨.٥٠	٠.٥٢	٠.٨٦
٢	الطول	السنتمتر	١.٧٠	١.٦٩	٠.٠٤	٠.٧٥
٣	الوزن	كجم	٦٩.١٣	٧٠.٠٠	٦.٧٩	٠.٣٨-
الإختبارات البدنية						
١	قوة	ثنى الذراعين من الانبطاح المائل	٢٩.٨٦	٣٠.٠٠	٢.٠٨	٠.٢٠-
٢	سرعة	العدو ٣٠ م من بداية متحركة	٦.٩٠	٧.٠٠	١.٠٢	٠.٢٩-
٣	رشاقة	الجري الزجاجي	٢٨.٠٣	٢٨.٠٠	١.٣٢	٠.٠٦
٤	مرونة	ثنى الجذع للامام من الوقوف	١٥.٣٣	١٦.٥٠	٥.٣٧	٠.٦٥-
٥	تحمل	الجري ٨٠٠ م	٢.٣٨	٢.٤٧	٠.٠٥	٠.٦٠
٦	توافق	الوثب داخل الدوائر المرقمة	٧.٦٩	٨.٠٠	١.٧٣	٠.٠٦-
٧	توزان	الوقوف علي قدم واحدة	٤.١٦	٤.٢٢	٠.٩٨	٠.١٨-
الابتكار الحركي						
١	الطلاقة	درجة	١١.٧٠	١١.٥٠	١.٥٥	٠.٣٨
٢	المرونة	درجة	١٣.٠٣	١٣.٠٠	٢.٠٠	٠.٠٥
٣	الأصالة	درجة	١١.٨٠	١١.٥٠	١.٧٣	٠.٥٢
٤	المجموع	درجة	٣٦.٥٣	٣٦.٥٠	٤.٠٧	٠.٠٣

يتضح من نتائج جدول (٢) أن قيم معامل الالتواء تراوحت ما بين (٠.٨٦-٠.٦٥) وهما أقل من (٣+)، مما يشير إلى أن العينة موزعة توزيعاً اعتدالياً في جميع المتغيرات قيد البحث.



ثالثاً: وسائل وأدوات جمع البيانات

- تحليل المراجع العلمية
- الاختبارات البدنية مرفق (٩).
- اختبار الابتكار الحركي إعداد حازم أحمد السيد مرفق (٨).
- الأدوات والأجهزة.

استخدم الباحثون أدوات لتنفيذ البرنامج وإجراء القياسات القبلية والبعديّة كما يلي:

(جهاز حاسب ألي، بروجيكتور، كاميرا ديجتال ،جهاز لقياس الطول والوزن ، شريط مقسم لقياس المسافة ، ساعة إيقاف ، أقماع)

خطوات تنفيذ البحث :

حتي يتمكن الباحثون من تحقيق هدف البحث وهو التعرف علي تأثير جملة حركية من التمرينات الحرة باستخدام التعلم بالنمذجة علي تنمية الابتكار الحركي لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة الوادي الجديد كان لزاماً عليهم اتباع الخطوات التالية :

- تحليل المراجع العلمية
- حصر الاختبارات البدنية المناسبة للمرحلة السنية (قيد البحث) وإجراء المعاملات العلمية لها.
- تصميم استمارة تحدد أنسب الصفات البدنية الخاصة بجملة التمرينات الحرة قيد البحث.
- حصر اختبارات الابتكار الحركي للمرحلة السنية (قيد البحث) وإجراء المعاملات العلمية لها .
- تصميم استمارة الجملة الحركية.

١- تحليل المراجع العلمية :

قام الباحثون في حدود ما توصلوا إليه بالاطلاع علي المؤلفات العلمية والدراسات المرجعية (العربية - الأجنبية) وذلك بهدف تحقيق الآتي:

- بناء الإطار النظري المحقق لهدف البحث
- التعرف علي مكونات الجملة الحركية وطرق تصميمها وتنفيذها : حيث قام الباحثون بمسح مرجعي للدراسات التي تناولت تصميم وتحليل الجملة الحركية مثل دراسة " محمود إسماعيل الهاشمي " (٢٠١٨م) (٤٢) ، "حازم أحمد محمد السيد" (٢٠١٠م) (١١) ، "ماجدة صلاح الدين وهنية الكاشف وهدى المهدي ونادية عبد القادر وإيمان قطب وسوسن يوسف" (٢٠٠٨م) (٣٦) ، "عنايات احمد فرج ، فاتن البطل"



(٢٠٠٤م) (٣١)، "موسي فهمي إبراهيم ، عادل علي حسن" (١٩٩٠م) (٤٤) " وتوصل الباحثون من خلالها إلي أهم مكونات الجملة الحركية وكذلك طرق تصميمها وتنفيذها.

– التعرف علي أهم عوامل الابتكار الحركي في المجال الرياضي : حيث قام الباحثون بمسح مرجعي للمؤلفات العلمية والدراسات المرجعية (العربية – الأجنبية) التي تناولت عوامل الابتكار الحركي في المجال الرياضي مثل دراسة "حازم أحمد محمد السيد" (٢٠١٠م) (١١)، " أماني وحيد إبراهيم، سناء محمود مأمون " (٢٠٠٨م) (٦) ، نشوي محمد نافع (٢٠٠٤م) (٤٦) مني محمود عبد الحليم عمر (٢٠٠٠م) (٤٣)، و " سها محمد فكري " (١٩٩٩م) (١٧)، و"سعيد عبد الرشيد ، احمد خاطر ، فاتن عبد الحميد ، محمود عفيفي (١٩٩٦م) (١٦). وقد توصل الباحثون من خلال المسح المرجعي إلي أهم عوامل الابتكار الحركي في المجال الرياضي وهي الطلاقة الحركية ، والمرونة الحركية ، والأصالة الحركية واستخدم الباحثون مقياس الابتكار الحركي إعداد " حازم أحمد محمد السيد مرفق (٨) .

٢- الاختبارات البدنية:

قام الباحثون بالمسح المرجعي لبعض المراجع العلمية المتخصصة والدراسات السابقة التي أجريت في مجال التمرينات والعروض الرياضية، كدراسة "محمود إسماعيل الهاشمي" (٢٠١٨م) (٤٢)، " حازم احمد السيد " (٢٠١٦م) (١١)، "كمال عبد الحميد زيتون، محمد صبحي حساتين" (٢٠٠٢م) (٣٤)، صلاح سليمان (٢٠٠٠م) (٢٠) لحصر عناصر اللياقة البدنية الخاصة بمقرر التمرينات والعروض الرياضية و المرتبطة بالجملة الحركية (قيد البحث)، ومرفق (٢) يوضح ذلك وقد ارتضى الباحثون العناصر التي حصلت علي نسبة ٧٠٪ فأكثر من مجموع اتفاق الخبراء وتم تحديد العناصر التالية (القوة العضلية ١٠٠٪- التحمل ٩٢.٣٠٪- السرعة ٩٢.٣٠٪- الرشاقة ٨٤.٦١٪- المرونة ٨٤.٦١٪- التوافق ٧٦.٩٢٪ - التوازن ٧٦.٩٢٪).

– لتحديد انساب الصفات البدنية المرتبطة بالجملة الحركية قيد البحث، قام الباحث بالخطوات التالية:

– تم الاستعانة بالمراجع العلمية المتخصصة والدراسات السابقة التي أجريت في مجال التمرينات والعروض الرياضية سابقة الذكر، حصر الصفات البدنية المرتبطة بالتمرينات والعروض الرياضية والمرتبطة بالجملة الحركية (قيد البحث).



- قام الباحثون بوضع استمارة الاستبيان وعرضها علي (١٣) من السادة الخبراء في مجال تدريس التمرينات والعروض الرياضية وذلك لتحديد أنسب الاختبارات، مرفق (٤) وجدول (٣) يوضح آراء السادة الخبراء حول تحديد أهم المكونات البدنية المرتبطة بالجملة الحركية (قيد البحث).

جدول (٣)

آراء الخبراء حول أهم المكونات البدنية الخاصة بالجملة الحركية (ن = ١٣)

م	المكونات البدنية	التكرار	النسبة المئوية
١	القوة العضلية	١٣	١٠٠٪
٢	التحمل	١٢	٩٢.٣٠٪
٣	السرعة	١٢	٩٢.٣٠٪
٤	الرشاقة	١١	٨٤.٦١٪
٥	المرونة	١١	٨٤.٦١٪
٦	التوافق	١٠	٧٦.٩٢٪
٧	التوازن	١٠	٧٦.٩٢٪
	القوة المميزة بالسرعة	٦	٤٦.١٥٪
٩	سرعة رد الفعل	٥	٣٨.٤٦٪
١٠	السرعة الحركية		
١١	الدقة		
١٢	تحمل السرعة		

يتضح من جدول (٣) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء لتحديد مكونات اللياقة البدنية الخاصة بالجملة الحركية تراوحت ما بين (٣٨.٤٦٪ - ١٠٠٪)، وقد أرتضي الباحثون نسبة (٧٠٪) فأكثر من آراء الخبراء لاختيار المكونات البدنية.

٣- تحديد الاختبارات البدنية:

قام الباحثون بإجراء تحليل للدراسات السابقة والمراجع العلمية المتخصصة في مجال التمرينات والاختبارات والمقاييس لتحديد الاختبارات البدنية التي تقيس المكونات البدنية . ثم قام بوضعها في استمارة مرفق (٣) روعي فيها الإضافة والحذف بما يناسب رأى الخبير، وتم عرضهم على (١٣) خبراء في مجال التمرينات والمناهج وتدريس التربية الرياضية وذلك



لتحديد أنسب الاختبارات وجدول (٤) يوضح آراء الخبراء حول تحديد أنسب الاختبارات لقياس مكونات اللياقة البدنية المرتبطة بالجملة الحركية .

جدول (٤)

آراء الخبراء حول تحديد أنسب الاختبارات لقياس عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالجملة الحركية (ن = ١٣)

م	عناصر اللياقة البدنية	الاختبارات البدنية المقترحة	التكرار	النسبة المئوية
١	القوة العضلية	- اختبار ثني الذراعين من الانبطاح المائل	١٣	%١٠٠
		- اختبار الجلوس من الرقود	٩	%٦٩.٢٣
		- اختبار الوثب العمودي من الثبات	٩	%٦٩.٢٣
	قوة انفجارية	- اختبار الوثب العريض من الثبات	٨	%٦١.٥٣
		- اختبار ثني الذراعين من الانبطاح المائل لمدة ١٠ ث	٨	%٦١.٥٣
	قوة مميزة	- اختبار ثلاث وثبات	٧	%٥٣.٨٤
		- اختبار الوقوف بالانتقال من الجلوس علي مقعد	٦	%٤٦.١٥
٢	سرعة انتقالية	- اختبار دفع بار بالانتقال عاليا من الوقوف	٥	%٣٨.٤٦
		- اختبار عدو ٣٠م من بداية متحركة	١٢	%٩٢.٣٠
	سرعة	- اختبار عدو ٥٠م من وضع البدء العالي	٩	%٦٩.٢٣
		- اختبار الجري ٦٠٠م	٨	%٦١.٥٣
		- اختبار الجري ٨٠٠م	٧	%٥٣.٨٤
	سرعة حركية	- اختبار الجري في المكان ١٥ ث	٦	%٤٦.١٥
		- اختبار ثني الركبتين من الوقوف ١٥ ث	٥	%٣٨.٤٦
٣	التحمل	- الجري ٨٠٠م	١٢	%٩٢.٣٠
		- اختبار السلم لجامعة هارفرد	٦	%٤٦.١٥
		- ٦٠٠ ياردة مشي وجري	٥	%٣٨.٤٦
٤	مرونة	- ثني الجذع للأمام من الوقوف	١١	%٨٤.٦١
		- ثني الجذع للأمام من الجلوس طولا	٨	%٦١.٥٣
		- ثني الجذع خلفا من الانبطاح	٥	%٣٨.٤٦
٥	رشاقة	- الجري الزجراجي	١١	%٨٤.٦١
		- اختبار بارو للرشاقة	٦	%٤٦.١٥
		- الجري المكوكي	٥	%٣٨.٤٦



٦	التوازن	ثابت	- الوقوف علي قدم واحدة	١٠	%٧٦.٩٢
		متحرك	- المشي علي مقعد خشبي والذراعان جانبا	٨	%٦١.٥٣
			- اختبار الشكل المثلث	٥	%٣٨.٤٦
٧	التوافق		- اختبار الوثب داخل الدوائر المغلقة	١٠	%٧٦.٩٢
			- اختبار الوثب نط الحبل	٦	%٤٦.١٥
			- اختبار التصويب باليد علي الدوائر المتداخلة	٥	%٣٨.٤٦

يتضح من جدول (٤) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء لتحديد مكونات اللياقة البدنية للجملة الحركية تراوحت ما بين (%٣٨.٤٦ - %١٠٠)، وقد أرتضى الباحثون نسبة (%٧٠) فأكثر من آراء الخبراء لاختيار أنسب الاختبارات لقياس مكونات اللياقة البدنية قيد البحث مرفق (١) .

- المعاملات العلمية للاختبارات البدنية:

- معامل الصدق:

استخدم الباحثون صدق التمايز لإيجاد معامل صدق الاختبارات وذلك من خلال تطبيقها علي مجموعتين قوام كل منهما (٥) طلاب غير مميزين، والمجموعة الثانية (٥) طلاب مميزين من المشاركين في فريق العروض الرياضية بالكلية والجدول رقم (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

دلالة الفروق بين متوسطات الإختبارات البدنية للمجموعتين المميزة وغير المميزة (ن=١٠)

قيمة "ت" المحسوبة	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		وحدة القياس	المتغيرات البدنية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
٣.٣١	٢٦.٨٠	٢.٤٨	٣١.٦٠	٢.٧٠	عدد	اختبار ثني الزراعين من الانبطاح المائل
٢.٦٠	٦.٨٠	٠.٤٤	٥.٦٠	٠.٥٤	ث	اختبار عدو ٣٠ من بداية متحركة
٢.٨٠	٢٨.٢٠	١.٣٠	٢٦.٦٠	١.٥١	ث	الجري الزجراجي
٢.٥٤	١٨.٨٠	٠.٨٣	٢٠.٤٠	١.١٤	سم	ثني الجذع للأمام من الوقوف
٢.٣٥	٢.٤٢	٠.١٣	٢.٢٧	٠.٢٥	ق	الجري ٨٠٠م
٢.٦٠	٨.٨٠	٠.٤٤	٧.٦٠	٠.٥٤	ث	الوثب داخل الدوائر المغلقة
٢.٦٣	٥.٢٤	٠.٧٦	٤.٢٢	٠.٦٨	ق	الوقوف علي قدم واحدة

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٣٠



يتضح من جدول (٥) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في جميع درجات الإختبارات البدنية لصالح المجموعة المميزة حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة للإختبارات البدنية ما بين (٣.٣١:٢.٣٥) وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير الى صدق الإختبارات البدنية المستخدمة.

معامل الثبات:

قام الباحثون بحساب ثبات الاختبارات البدنية وذلك بتطبيقها وإعادة تطبيقها بفارق زمني مدته سبعة أيام في الفترة من ١٠/١٠ إلى ٢٠٢٣/١٠/١٧ م على عينة قوامها (١٠) طلاب من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية، وقد كانت الاختبارات تجري في نفس التوقيت وبنفس الشروط في القياسين، وتم حساب معامل الارتباط بين القياسين وجدول (٩) يوضح معاملات الارتباط بين القياسين.

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات البدنية (ن=١٠)

م	المتغيرات البدنية	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة "ر" المحسوبة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	قوة	عدد	٣١.٦٠	٢.٧٠	٣٢.٠٠	٢.٣٤	٠.٩٤
٢	سرعة	ث	٥.٦٠	٠.٥٤	٥.٤٠	١.١٤	٠.٧٢
٣	رشاقة	ث	٢٦.٦٠	١.٥١	٢٦.٤٠	١.٨١	٠.٩٨
٤	مرونة	سم	٢٠.٤٠	١.١٤	٢٠.٦٠	١.٥١	٠.٩٨
٥	تحمل	ق	٢.٢٧	٠.٢٥	٢.٢٥	٠.٢٤	٠.٩٩
٦	توافق	ث	٧.٦٠	٠.٥٤	٧.٤٠	٠.٥٤	٠.٦٦
٧	توزان	ق	٤.٢٢	٠.٦٨	٤.٢٠	٠.٨٣	٠.٧٢

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٤٩

يتضح من جدول (٦) وجود ارتباط دال إحصائياً بين التطبيق وإعادة التطبيق في جميع الاختبارات البدنية، حيث تراوحت قيمة "ر" المحسوبة للاختبارات البدنية ما بين (٠.٩٩:٠.٦٦) وهي أكبر من قيمة "ر" الجدولية مما يشير إلى ثبات تلك الاختبارات.



٤- اختبار قياس عوامل الابتكار الحركي :

قام الباحثون بإجراء مسح للدراسات السابقة والمراجع العلمية المتخصصة في مجال التمرينات والاختبارات والمقاييس النفسية لكلاً من "حازم أحمد محمد السيد" (٢٠١٠م) (١١)، "أماني وحيد إبراهيم، سناء محمود مأمون" (٢٠٠٨م) (٦)، "كمال عبد الحميد زيتون، محمد صبحي حسانين" (٢٠٠٢م) (٣٤)، صلاح سليمان (٢٠٠٠م) (٢٠)، "سها محمد فكري" (١٩٩٩م) (١٧) وذلك لتحديد الاختبارات التي تقيس عوامل الابتكار الحركي تم تحديد اختبار "حازم أحمد السيد" للابتكار الحركي من خلال المراجع العلمية وكذلك الدراسات السابقة التي استخدمت هذه الاختبارات وقد امكن قياس عوامل الابتكار الحركي الثلاثة (الأصالة ، الطلاقة ، المرونة) من خلال هذا الاختبار.

- المعاملات العلمية للاختبار:

- معامل الصدق:

أستخدم الباحث صدق التمايز لإيجاد معامل صدق الاختبار وذلك من خلال تطبيقه علي مجموعتين قوام كل منهما (٥) طلابغير مميزين ،والمجموعة الثانية (٥) طلاب مميزينو الجدول رقم (١٠) يوضح ذلك.

جدول (٨)

دلالة الفروق بين متوسطات عوامل الابتكار الحركي للمجموعتين المميزة وغير المميزة)

(ن=١٠)

م	الأبتكار الحركي	وحدة القياس	المميزة		غير المميزة		قيمة"ت" المحسوبة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	الطلاقة	درجة	١٣.٢٠	٠.٤٤	١٠.٠٠	٠.٧٠	١٢.١٨
٢	الأصالة	درجة	١٤.٠٠	٠.٧٠	١١.٨٠	٠.٨٣	٤.٦٤
٣	المرونة	درجة	١٣.٦٠	٠.٨٩	١٠.٢٠	٠.٨٣	٧.٢٠
٤	المجموع	درجة	٤٠.٨٠	٠.٨٣	٣٢.٠٠	٢.٢٣	٣.٧٠

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٣٠

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في درجات عوامل الابتكار الحركي لصالح المجموعة المميزة حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة



ما بين (٢٠٢١:٣.٢٦) وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى صدق الاختبارات المهارية المستخدمة .

ثبات الاختبار:

قام الباحث بحساب ثبات الاختبار وذلك بتطبيقه وإعادة تطبيقه بفارق زمني مدته سبعة أيام في الفترة من ١٠/١٠ إلى ٢٠٢٣/١٠/١٧ على عينة قوامها (١٠) طلاب من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية، وقد كلنت الاختبارات تجرى في نفس التوقيت وبنفس الشروط في القياسين، وتم حساب معامل الارتباط بين القياسين وجدول (٩) يوضح معاملات الارتباط بين القياسين.

جدول (٩)

معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لعوامل الابتكار الحركي

(ن=١٠)

م	الابتكار الحركي	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة "ر" المحسوبة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	الطلاقة	درجة	١٣.٢٠	٠.٤٤	١٣.٦٠	٠.٨٩	
٢	الأصالة	درجة	١٤.٠٠	٠.٧٠	١٤.٦٠	٠.٨٩	
٣	المرونة	درجة	١٣.٦٠	٠.٨٩	١٣.٨٠	٠.٨٣	
٤	المجموع	درجة	٤٠.٨٠	٠.٨٣	٤٢.٠٠	١.٢٢	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٤٩

يتضح من جدول (٩) وجود ارتباط دال إحصائياً بين التطبيق وإعادة التطبيق في جميع عوامل الابتكار الحركي ، حيث تراوحت قيمة "ر" المحسوبة للاختبار ما بين (٠.٧٩:٠.٩٧) وهي أكبر من قيمة "ر" الجدولية مما يشير إلى ثبات تلك الاختبارات. ٥- استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء حول تمارين الجملة الحركية المقترحة.

قام الباحثون بالاطلاع على بعض المراجع العلمية المتخصصة في مجال التمارين والعروض الرياضية مثل "محمود إسماعيل الهاشمي" (٢٠١٨م) (٤٢)، "محمد إبراهيم شحاته" (٢٠١٥م) (٣٩)، "حازم أحمد محمد السيد" (٢٠١٠م) (١١)، "أماني وحيد إبراهيم، سناء محمود مأمون" (٢٠٠٨م) (٦)، "صلاح سليمان" (٢٠٠٠م) (٢٠)، "سها محمد فكري"



(١٧٩٩م) (١٧) وأيضا من خلال القيام بتدريس مقرر أساسيات التمرينات بالكلية فقد حاولوا تحديد أكثر التمرينات المناسبة التي قد تساهم في أداء الجملة (قيد البحث) .
قام الباحثون بتصميم استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء المتخصصين لمعرفة مدى مناسبة التمرينات، مرفق (٧). وجدول (٩) يوضح ذلك:

جدول (٩)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول التمرينات الحرة المكونة للجملة الحركية (ن) =

(١٣)

رقم التمرين	التكرار	النسبة المئوية	رقم التمرين	التكرار	النسبة المئوية
١	١٣	%١٠٠	٩	١٣	%١٠٠
٢	١٢	%٩٢.٣٠	١٠	١٢	%٩٢.٣٠
٣	١١	%٨٤.٦١	١١	١١	%٨٤.٦١
٤	١٠	%٧٦.٩٢	١٢	١٣	%١٠٠
٥	١٣	%١٠٠	١	١٢	%٩٢.٣٠
٦	١٢	%٩٢.٣٠	١٥	١١	%٨٤.٦١
٧	١١	%٨٤.٦١	١٦	١٢	%٩٢.٣٠
٨	١٠	%٧٦.٩٢			

تمرينات الجملة الحركية

يتضح من الجدول (٩) أن نسبة آراء السادة الخبراء لتحديد التمرينات الحرة المناسبة لأداء الجملة الحركية قيد البحث تراوحت النسبة المئوية بين (%٧٦.٩٢ - %١٠٠) وهذا يدل على مدى إتفاق السادة الخبراء على تلك التمرينات وقد إرتضى الباحثون بقبول التمرينات الحاصلة على نسبة موافقة أعلى من (%٧٠) وتم التوصل للتمرينات في صورتها النهائية مرفق رقم (٧).

الجملة الحركية باستخدام إستراتيجية النمذجة :

قام الباحثون بالاطلاع على بعض المراجع العلمية والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع البحث منها "طارق محمد ندا (٢٠٢١م) (٢١)، "اسلام ابراهيم معوض" (٢٠٢٠م) (٥)، "فاطمة الزهراء علي محمد" (٢٠٢٠م) (٣٣)، "انجال محمد الدسوقي" (٢٠١٤م) (٧) للتعرف على خطوات تصميم الجملة الحركية باستخدام إستراتيجية النمذجة قام الباحثون بالخطوات التالية:

- تحديد الهدف من الجملة الحركية :



تظهر أهمية تحديد الأهداف التعليمية حيث يجب أن يكون الهدف واضحاً ومحدداً يمكن ملاحظته وقياسه ، وأن يناسب مستوى الطلاب ، ولذا قام الباحثون بتحديد الأهداف العامة والأدائية للجملة الحركية ، ومن هذه الأهداف :

- أن يستطيع الطلاب أداء تمارينات الجملة بطريقة صحيحة .
- أن يتعرف الطلاب علي كيفية استخدام إستراتيجية النمذجة لتنمية الابتكار الحركي .
- أن يكتسب الطلاب إتجاهات إيجابية نحو مادة التمارينات والعروض الرياضية .
- أسس البرنامج التعليمي باستخدام استراتيجية النمذجة :

وقد راعي الباحثون ما يلي:

- أن يتناسب التسلسل المنطقي لمحتويات البرنامج مع أهدافه.
- أن يراعى البرنامج الفروق الفردية ويثير دافعيتهم للتعلم.
- أن يتم توفير الفرصة لكل الطلاب للممارسة والعمل في وقت واحد والتقدم في تعلمهم لتحقيق الهدف بأسلوب متتابع.
- مراعاة توفير المكان المناسب والإمكانيات اللازمة وعوامل الأمن والسلامة لتنفيذ البرنامج.
- مراعاة أن يتدرج البرنامج من السهل إلي الصعب بما يناسب مستوى كل طالب.
- أن تكون سمة البرنامج هي التنوع والشمول والبساطة لإشباع رغبات الطلاب الحركية.
- أن يتسم البرنامج بدفع الطلاب إلى الابتكار والإبداع داخل المحاضرة.
- أن يتم تقديم المعلومات التي يتضمنها البرنامج التعليمي في إطار متكامل ومتربط وفعال يستخدم جميع حواس الطلاب.
- توفير بيئة مشوقة للتعليم والتعلم من جانب الطلاب تقودهم إلي الأداء الجيد
- تم تصميم الوحدات التعليمية في ضوء استراتيجية النمذجة وفقاً للأسس الآتية:
- خضوع الوحدات التعليمية للهدف العام من البرنامج الذي تم تحديده.
- أن يقوم علي دعوة الطلاب للمشاركة الفعالة.
- أن يحتوي علي أسئلة تحفز المتعلمين للرجوع للمصادر المتنوعة للمعلومات ومحاولة إيجاد الحلول.
- أن يتيح للطلاب فرص للمناقشة والحوار مع بعضهم البعض.



- محتوى البرنامج المقترح:

توصل الباحثون من خلال المسح المرجعي لبعض المراجع العلمية المتخصصة والدراسات السابقة التي أجريت في مجال التمرينات والعروض الرياضية كدراسة "محمود إسماعيل الهاشمي" (٢٠١٨م) (٤٢)، "حازم احمد السيد" (٢٠١٦م) (١١)، "عطيات خطاب، مها فكري، شهيرا عبد الوهاب" (٢٠٠٦م) (٢٦)، صلاح سليمان (٢٠٠٠م) (٢٠) إلي جملة حركية من التمرينات الحرة، فقام بوضعها في استمارة مرفق (٧)، روعي فيها الإضافة والحذف بما يناسب رأي الخبير، وتم عرضها علي (١٣) من السادة الخبراء، في مجال تدريس التمرينات والعروض الرياضية مرفق (١)، وذلك لتحديد التمرينات الأساسية التي يمكن أن يحتويها البرنامج التعليمي لطلاب الفرقة الأولى- وذلك في ظل استراتيجية التعلم بالنمذجة وجدول (٩) يوضح ذلك

يتضح من الجدول (٩) أن نسبة آراء السادة الخبراء لتحديد التمرينات الحرة المناسبة لأداء الجملة الحركية قيد البحث تراوحت النسبة المئوية بين (٧٦.٩٢٪ - ١٠٠٪) وهذا يدل على مدى اتفاق السادة الخبراء على تلك التمرينات وقد ارتضى الباحثون بقبول التمرينات الحاصلة على نسبة موافقة أعلى من (٧٠٪) وتم التوصل للتمرينات في صورتها النهائية مرفق رقم (٧).

بعض الأسس التي يجب مراعاتها عند وضع الخطوات التعليمية والتطبيقية:

- أن تكون الخطوات التعليمية والتطبيقية مناسبة لمستوي وقدرات عينة البحث.
- توفير عوامل الأمن و السلامة خلال عملية تنفيذ المحاضرات .

كما استعان الباحثون ببعض المراجع العلمية و الدراسات المرجعية التي تناولت استراتيجيات النمذجة مثل دراسة "طارق محمد ندا" (٢٠٢١م) (٢١)، "إسلام إبراهيم معوض" (٢٠٢٠م) (٥)، "هاشم احمد السيد" (٢٠٢٠م) (٤٧) "حسين منصور الجعفري" (٢٠١٨م) (١٢) "إنجال محمد الدسوقي" (٢٠١٤م) (٧)، "أنور مكي حسين غانم" (٢٠١٤م) (٨)، "، وذلك لتحديد مراحل النمذجة والتعرف علي المبادئ التي تتضمنها كل مرحلة وكيفية تنفيذها وقد توصل الباحثون إلي خمسة مراحل هي:

- مرحلة التهيئة:

وفيها يقوم الباحثون بمناقشة المتعلمين في ما سبق تعلمه وتهدف الي توضيح الهدف من عملية التعلم وربط الموضوع الجديد بالخبرات الموجودة لدي المتعلمين وكذلك توضيح ما يمكن أن يقع فيه المتعلمون من أخطاء وذلك من خلال الآتي:



- إجراء حوار مع الطلاب عن الجملة الحركية وأهميتها.
 - عرض مجموعة من الأسئلة حول الجملة الحركية بهدف تحفيز فكر الطلاب لمعرفةها.
- **مرحلة عرض الجملة الحركية المراد تعلمها:**
- وفي تلك الخطوة يقوم الباحث بتوضيح التمرينات المراد تعليمها للمتعلم ويتم عرضها بشكل مناسب عن طريق الاتي :
- عرض صور توضيحية لشكل التمرينات الجديدة.
 - عرض نموذج للتمرينات باستخدام بعض الوسائل التعليمية بهدف مساعدة الطلاب على اكتساب تصور ذهني للتمرين ومعرفة الشكل السليم للأداء داخل الجملة الحركية.
 - توضيح النواحي الفنية للتمرينات المتعلمة والتركيز على أهم نقاطها الفنية المؤثرة في الأداء.
 - عرض الخطوات التعليمية للتمرينات التي سيقوم الطالب بأدائها في مرحلة التطبيق.
- **مرحلة النمذجة بواسطة المعلم :**
- يقوم المعلم بدور النموذج أمام الطلاب مستخدماً التساؤل الذاتي فيقوم المعلم بالتفكير بصوت مرتفع في أثناء تقديم التمرينات المتعلمة مع توضيح ما يدور في ذهنه وتقديم الطرق التي يمكن للطلاب التوصل من خلالها لشكل التمرينات المراد اكتسابها.
- **النمذجة بواسطة المتعلم :**
- وفيها يتم تقسيم المتعلمين الي مجموعات كل مجموعة مكونة من متعلمين إحداهما يقوم بدور النموذج والأخر يقوم بدور المراقب ثم يتم تبادل الأدوار فيقوم المراقب بدور النموذج ويقوم النموذج بدور المراقب .
- **مرحلة التقويم:**
- وفيه يكلف المعلم أحد المتعلمين من كل مجموعة ليعرض كيف توصلوا لتعلم التمرينات المراد تعلمها موضحاً كيفية تفكيره وما دار في ذهنه أثناء القيام بذلك.
- التقسيم الزمني لأجزاء المحاضرة:**
- قام الباحثون بإعداد استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء حول مكونات الجملة الحركية المقترحة مرفق (٥) وعرضها على عدد (١٣) من السادة الخبراء في مجال التمرينات والعروض الرياضية مرفق (١) وبها التوزيع الزمني لأجزاء المحاضرة وجدول (١٠) يوضح ذلك.



جدول (١٠)

النسبة المئوية لأراء السادة الخبراء حول التقسيم الزمني الجملة الحركية (ن=١٣)

الزمن الكلي للوحدات التعليمية :		
١	أربعة أسابيع .	٧
٢	سنة أسابيع .	٨
٣	ثمانية أسابيع .	١٣
عدد الوحدات التعليمية :		
١	وحدة تعليمية .	٦
٢	وحدتين تعليمية .	٧
٣	ثلاث وحدات تعليمية .	١٣

يتضح من جدول (١٠) اتفاق أراء السادة الخبراء بنسبة تتراوح ما بين (٤٦.١٥% : ١٠٠%) على أن التقسيم الزمني للجملة الحركية يكون على النحو التالي:
مدة التطبيق ثمانية أسابيع
عدد الوحدات التعليمية ثلاث وحدات تعليمية

جدول (١١)

أراء السادة الخبراء في تحديد التوزيع الزمني لأجزاء المحاضرة داخل الوحدة التعليمية (ن=١٣)

م	أجزاء المحاضرة	الزمن المقترح	التكرار	النسبة المئوية
١	الأعمال الإدارية	٣ دقائق	١٣	١٠٠%
٢	التهيئة العامة	٧ دقائق	١٢	٩٢.٣٠%
٣	التهيئة الخاصة	٥ دقائق	١١	٨٤.٦١%
٤	تنفيذ الدرس باستخدام إستراتيجية النمذجة	٧٠ دقائق	١٣	١٠٠%
٥	الختام	٥ دقائق	١٢	٩٢.٣٠%

يتضح من جدول (١١) اتفاق أراء السادة الخبراء بنسبة تتراوح ما بين (٨٤.٦١% : ١٠٠%) على أن الشكل التنظيمي للوحدة التعليمية يكون على النحو التالي :

- الأعمال الإدارية (٣) ق وتتضمن إعداد الأدوات وتجهيز صالة التمرينات.
- التهيئة العامة (٧) ق ويتضمن تمرينات المشي والجري وتمرينات لجميع أجزاء الجسم.



- التهيئة الخاصة (٥) ق تتضمن :
- تمارينات لتنمية العناصر اللياقة البدنية الخاصة .
- تمارينات متنوعة للعضلات العاملة وفقا لنوع الأداء في كل وحدة.
- الجزء الرئيسي (٧٠) ق يتضمن ما يلي :
- تهيئة الطلاب للجملة الحركية المتعلمة عن طريق إجراء نقاش حول التمارين المتعلمة
- توضيح التمرين المراد تعليمه للمتعلم وعرضه بشكل مناسب.
- تنمية وعي المتعلم من خلال قيام المعلم بدور النموذج أمامه فيقوم المعلم بالتفكير بصوت مرتفع في أثناء تقديم المهارة مع توضيح ما يدور في ذهنه وتقديم الطرق التي يمكن للطالب التوصل من خلالها للمهارة المراد اكتسابها.
- تقسيم المتعلمين إلي مجموعات كل مجموعة مكونة من متعلمين إحدهما يقوم بدور النموذج والأخر يقوم بدور المراقب ثم يتم تبادل الأدوار .
- يكلف المعلم أحد المتعلمين من كل مجموعة ليعرض كيف توصلوا لتعلم التمرين موضحاً كيفية تفكيره وما دار في ذهنه أثناء القيام بذلك.
- الجزء الختامي (٥)ق(تمارين تهيئة ،استرخاء، أخذ الغياب، أعمال إدارية، الانصراف).

خامسا الدراسات الاستطلاعية

أجري الباحثون الدراسة الاستطلاعية بتنفيذ الاختبارات البدنية واختبارات الابتكار الحركي المستخدمة في البرنامج الذي تم وضعه باستخدام استراتيجيات النمذجة ، وذلك باختيار (١٠) طلاب من نفس المجتمع وخارج العينة الأساسية بكلية التربية الرياضية – جامعة الوادي الجديد، تم اختيارهم بالطريقة العمدية في الفترة ١٠/٢ و ١٠/٣ / ٢٠٢٣م إلي ١٠/٨ و ١٠/٩ / ٢٠٢٣م، وذلك بهدف:

- التأكد من صلاحية وكفاية الأدوات والأجهزة المستخدمة في الاختبارات.
- معرفة الزمن الذي يستغرقه زمن كل اختبار علي حدة والاختبارات ككل.
- دقة تنظيم وسير العمل في الاختبارات .
- التعرف علي المشكلات التي تظهر عند تطبيق الاختبارات.
- إجراء المعاملات العلمية للاختبارات (قيد البحث).
- معرفة مدى مناسبة محتويات الوحدة لدي الطلاب (عينة البحث).
- دقة تنظيم وسير العمل في القياس.



- اكتشاف ما يظهر من صعوبات تواجه الباحثون أثناء التطبيق ومحاولة التغلب عليها.
- توفير عوامل الأمن والسلامة أثناء تطبيق الوحدة.
- وبناء على نتائج الدراسة الاستطلاعية توصل الباحثون إلي ما يلي:
- صلاحية وكفاية الأدوات والأجهزة المستخدمة في الاختبارات.
- صدق وثبات الاختبارات التي تستخدم في البحث.
- تم التأكد من مناسبة الوحدة التعليمية لهدف البحث ومستوي العينة (قيد البحث).
- صلاحية وكفاية الأدوات والأجهزة المستخدمة في الاختبارات.
- القياس القبلي :

قام الباحثون بإجراء القياسات القبليّة في المتغيرات البحثية المختارة علي المجموعة التجريبية خلال الفترة من (١٠ / ١٠) إلي (١٠ / ١٧ / ٢٠٢٣ م).

د- التجربة الأساسية :

تم تنفيذ الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام استراتيجيّة النمذجة (المجموعة التجريبية) لمدة (٨) أسابيع وذلك في الفترة من (١٨ / ١٠ / ٢٠٢٣ م إلي ١٢ / ١٧ / ٢٠٢٣ م)، و زمن المحاضرة (٩٠ دقيقة)، بالإضافة إلي وجود محاضرة في بداية البرنامج التعليمي لتعريف باستراتيجيّة النمذجة .

ه- القياسات البعدية :

تمت القياسات البعدية لمجموعة البحث التجريبية في المتغيرات (الابتكار الحركي) اعتبارا من ١٩ / ١٢ / ٢٠٢٣ م إلي ٢٠ / ١٢ / ٢٠٢٣ م مع مراعاة الظروف والشروط التي تم اتباعها في القياسات القبليّة.

المعالجات الإحصائية:

تم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي
- الوسيط
- الأنحراف المعياري
- معامل الالتواء
- النسبة المئوية
- معامل الارتباط
- نسبة التحسن
- التكرار
- اختبار T- Test لدلالة الفروق

- معامل السهولة والصعوبة والتميز.

- وقد استخدم الباحثون جداول الدلالة (t.test) ومعامل الارتباط عند مستوي دلالة ٠.٠٥.



عرض وتفسير النتائج :

- عرض وتفسير نتائج:

قام الباحث بعرض وتفسير نتائج، والتي تتص علي وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الابتكار الحركي لدي الطلاب لصالح القياس البعدي وجدول (١٢) يوضح ذلك .

جدول (١٢)

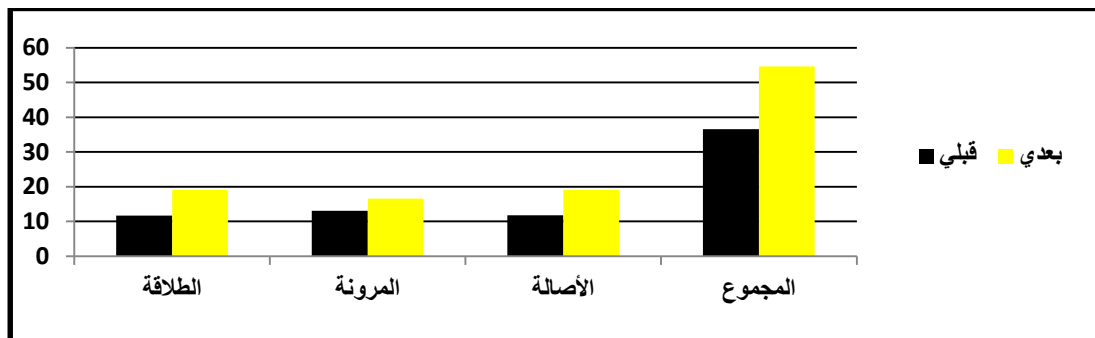
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) ونسبة التحسن بين القياسين القبلي

والبعدي للمجموعة التجريبية في عوامل الابتكار الحركي (ن=٣٠)

م	المتغير	العناصر	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت) المحسوبة	نسبة التحسن %
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
١	الابتكار الحركي	الطلاقة	درجة	١١.٧٠	١.٥٥	١٩.٠٦	١.٨٥	٧.٣٦	٤.٨٧	٦٢.٩٠%
		المرونة	درجة	١٣.٠٣	٢.٠٠	١٦.٥٦	١.٨٥	٣.٥٣	٢.٠٢	٢٧.٠٩%
		الأصالة	درجة	١١.٨٠	١.٧٣	١٩.٠٠	١.٦٦	٧.٢٠	٣.٨٨	٦١.٠٢%
		المجموع	درجة	٣٦.٥٣	٤.٠٧	٥٤.٦٣	٣.٨٩	١٨.١٠	٧.٥٦	٤٩.٥٤%

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = ١.٦٩

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في مستوى عوامل الابتكار الحركي لصالح القياس البعدي حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ، حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة بين (٧.٥٦-٢.٠٢) ، كما يتضح أن نسبة التحسن بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي يتراوح ما بين (٢٧.٠٩%-٦٢.٩٠%).



شكل رقم (٢)



رسم بياني يوضح متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي لعوامل الابتكار الحركي

ثانياً: تفسير النتائج ومناقشتها

ويعزو الباحثون هذه الفروق الدالة إحصائياً ونسب التحسن الحادثة لدى طلاب المجموعة التجريبية في عناصر الابتكار الحركي قيد البحث إلي التأثير الإيجابي لاستخدام استراتيجية النمذجة في التعليم حيث أن عبارة (فكر كما تراني) اقوي من عبارة (اعمل كما أقول) حيث يقوم المعلم بنمذجة تفكيره وإيضاحه أثناء التخطيط وحل المشكلات وتقييم الحل ومراجعته بالتفكير بصوت مرتفع أمام الطلاب ومن ثم يمكن للمتعلم ادراك وإدارة عمليات تفكيره وهو يظهر عمليات تفكيره مثلما فعل المعلم. (٥ : ١٣٤)

كما أن استراتيجيات التعلم بالنمذجة تركز علي آلية عمل المخ حيث يعمل المخ علي استرجاع الصور مهارية المخزنة من الماضي إذ أن المخ يعيد إنتاج ذلك السلوك النموذجي مهما كان نوعه حركي أو نفسي مرات ومرات علي أن ينتبه الطالب بذاته ويعي الذي يحصل ثم يقوم بنقد وتحليل سلوكه الماضي إما بتطويره أو بالتخلص منه اذا كان سلبياً وهذا ما أدى إلي ظهور استراتيجيات التعلم بالنمذجة حيث يعمل المعلم علي برمجة مخ المتعلم واستئصال المهارات السلبية وتعويضها بانطباعات مهارية إيجابية مما يؤدي إلي تغيير السلوك المهارى نحو الأفضل. (٩ : ٢٩٤)

وتوضح ماجدة علي رجب (١٩٩٩) : أن الحركة الرياضية كتنشيط إنساني هي حركة مبتكرة تفنقد في أساسها لمبدأ التكرار اللاوعي أو الرقابة فالابتكار الحركي الحقيقي يحدث عندما يبدأ الفرد بالاستمتاع بالمهارة التي يؤديها وسوف تبدأ تلقائية في الأداء تتأهل واختياراته الحركية والمهارية سوف تتميز بالحرية والفردية ويبدأ في اكتشاف أشكال وأنماط جديدة مع الحركة وبذلك يصل إلي التجربة الذاتية للابتكار والتي تشمل المعرفة والقدرة الحركية كما أن زيادة الحصيلة لدي الفرد وإمداده ببعض الحلول والتوافقات والتركيبات الأساسية كقاعدة يستخدم منها مفردات الحركة قد يسهم في تنمية الابتكار لديه. (٣٧ : ١٧٣ : ١٧٦)

الأمر الذي أدى إلي إتاحة الفرصة لممارسة وأداء الجملة الحركية باستخدام النمذجة ومن ثم اكتساب خبرات كثيرة ومتعددة يستطيع الطالب تقديمها كاستجابات حركية لحل مشكلة أو موقف معين

وهذا يتفق مع نتائج دراسة كل من " بهية احمد عطية " (٢٠١٥م) (١٠)، " سيد علي سلامي " (٢٠١٦) (١٨)، " تشوي محمد نافع " (٢٠٠٤م) (٤٦)، " ماجدة علي محمد " (١٩٩٩) (٣٦)،



وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول والذي ينص علي " وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في عناصر الابتكار الحركي قيد البحث لصالح القياس البعدي".
الاستنتاجات

في ضوء نتائج البحث وتفسيرها ومن خلال هدف البحث وفروضه وفي ضوء حدود عينة البحث والمعالجة الإحصائية للبيانات امكن التوصل إلي الاستنتاجات الآتية:

١. توصل الباحث إلي فاعلية جملة التمرينات الحركية باستخدام استراتيجية النمذجة في تحسين معدل الابتكار الحركي.

٢. الجملة الحركية باستخدام استراتيجية النمذجة أثرت تأثيرا إيجابيا علي مستوى الابتكار الحركي لدي أفراد المجموعة التجريبية

ثانيا: التوصيات

في ضوء نتائج البحث واستنتاجاته وفي حدود هدف البحث ومجالاته يوصي الباحث بالآتي:

١. يوصي الباحث بتطبيق البرنامج المقترح لما له من نتائج علي تنمية التفكير الحركي والابتكاري باستخدام طرق التدريس الحديثة والتي تعمل علي استثارة وتحفيز الطلاب للإنتاج الابتكاري

٢. زيادة الاهتمام ببرامج التمرينات التي تعمل علي تنمية التفكير الابتكاري والابتكار الحركي.

٣. استخدام استراتيجية التعلم بالنمذجة في تدريس محتوى مقرر التمرينات والعروض الرياضية.

٤. إجراء مزيد من الدراسات والبحوث المشابهة لتقصي فاعلية استراتيجية التعلم بالنمذجة علي المراحل السنوية المختلفة والرياضات الأخرى.

٥. إجراء المزيد من البحوث في مجال الابتكار الحركي والتفكير الابتكاري.

٦. توفير المناخ المناسب الذي يساعد علي أن تكون للجامعة دور فعال في دعم الموهوبين والتميزين بالتمرينات والعروض الرياضية والابتكار الحركي.

٧. العمل علي أن تتضمن برامج إعداد معلم التربية الرياضية قبل الخدمة وأثناءها علي كيفية إعداد وتصميم واستخدام استراتيجية النمذجة في مجال التربية الرياضية.



المراجع

أولاً المراجع العربية:

- ١- اجلال محمد ابراهيم ،نادية محمد درويش : الرقص الابتكاري الحديث ، دار الهنا ، القاهرة ، ١٩٧٥م.
- ٢ - أبو العلا احمد عبد الفتاح: التدريب الرياضي (الأسس الفسيولوجية)، ط٢، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٣م.
- ٣- احمد اسماعيل حجي : إدارة بيئة التعليم والتعلم ، النظرية والممارسة داخل الفصل والمدرسة ، ط٢ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ٢٠٠١م.
- ٤- احمد حامد منصور: المدخل إلي تكنولوجيا التعليم، كلية التربية جامعة المنصورة، ١٩٩٢م.
- ٥ - إسلام إبراهيم معوض : فاعلية برنامج تعليمي باستخدام استراتيجيات النمذجة علي التحصيل المعرفي لبعض المهارات في الجمباز ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الوادي الجديد ، ٢٠٢٠م.
- ٦ - امانى وحيد ابراهيم ، سناء محمود مأمون : الابتكار الحركي في التمرينات الإيقاعية وعلاقته ببعض سمات الدافعية الرياضية ، المؤتمر الإقليمي الرابع للمجلس الدولي للصحة والتربية البدنية والترويح والرياضة والتعبير الحركي لمنطقة الشرق الأوسط ، كلية التربية الرياضية بابي قير ، الإسكندرية ، ٢٠٠٨م.
- ٧- انجال محمد الدسوقي : تأثير استخدام أسلوب النمذجة لتصحيح الأخطاء الفنية مدعم ببعض الأجهزة النقالة في أداء سباحة الزحف علي الظهر ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠١٤م.
- ٨- أنور مكي حسين غانم : أثر النمذجة الثنائية بيئة تعلم الكتروني علي تنمية المهارات الحركية وفعالية الذات لدي طالب المرحلة الثانوية بالكويت ، رسالة ماجستير ، كلية الدراسات العليا ، جامعة الخليج العربي، ٢٠١٤ م.
- ٩- ايهاب محمد عبد الفتاح : السمات الدافعية وعلاقتها بمستوي الانجاز الرياضي للاعب الكرة الطائرة ، مجلة الرياضة وعلوم وفنون الرياضة ، المجلد ٢٤ ، العدد ١ ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٦م.
- ١٠- بهية احمد عطية : فاعلية استراتيجيات النمذجة مدعومة ببعض الوسائط الفائقة لتنمية بعض المفاهيم النحوية لدي تلاميذ الصف السادس الابتدائي ، المجلد ٣١ ، العدد ٤ ، كلية التربية ، جامعة أسيوط ، ٢٠١٥م.



- ١١ - حازم احمد محمد السيد المرسي: تأثير عروض التمرينات الجماعية علي بعض عوامل الابتكار الحركي والقدرات التوافقية لدي طلاب كلية التربية الرياضية بجامعة المنصورة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة، ٢٠١٠م.
- ١٢- حسين منصور الجعفري : فاعلية استراتيجيات النمذجة في تنمية مهارة القراءة الجهرية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، بحوث ومقالات ، مجلة كلية التربية ، كلية التربية ، جامعة أسيوط ٢٠١٨م.
- ١٣- رائد حلمي احمد: فاعلية عروض التمرينات علي مستوي التحصيل المعرفي لبعض وحدات المواد الدراسية والصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ المرحلة الابتدائية، المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية ، العدد واحد وثلاثون ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بورسعيد ، ٢٠١٦م.
- ١٤ - ربيع عبده رشوان : التعلم المنظم ذاتيا وتوجيهات أهداف إنجاز نماذج ودراسات معاصرة ، عالم الكتب ، القاهرة ، ٢٠٠٦م.
- ١٥ - زينب سيد حسن: تقويم بعض مهارات الجمباز لدي طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية، رسالة دكتوراه، جامعة حلوان، ١٩٨٣م
- ١٦- سعيد عبد الرشيد ، احمد خاطر ، فانتن عبد الحميد ، محمود عفيفي : أثر استخدام جمباز الموانع في تدريس مهارات الجمباز المنهجية علي تنمية التفكير الابتكاري والابتكار الحركي لدي تلميذات المرحلة الابتدائية بدولة قطر ، المؤتمر العلمي الثاني نحو مستقبل أفضل للرياضة في مصر والعالم العربي ، المجلد ٢، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، ١٩٩٦م.
- ١٧- سها محمد فكري محمد : برنامج مقترح لعناصر الحركة وتأثيره علي التفكير الابتكاري والابتكار الحركي ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، ١٩٩٩م.
- ١٨- سيد علي سلامي : مدي تأثير طريقة التعلم بأسلوب النمذجة في الرفع من مستوي الأداء المهاري للاعبين لكرة اليد أواسط مجلة كلية التربية ، ٢٠١٦م.
- ١٩- شهيرة عبد الوهاب يوسف: أثر تنمية بعض متغيرات الإدراك الحس حركي علي مستوي الأداء في التمرينات الفنية، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، جامعة حلوان، ١٩٨٣م.



- ٢٠- صلاح الدين محمد سليمان: التمرينات والتمرينات المصورة، دار Gms للطباعة والنشر، القاهرة، ٢٠٠٠ م.
- ٢١ - طارق محمد ندا : تأثير استخدام التعلم بالتمنجة علي تعلم سباحة الزحف علي البطن للأطفال من ٨ : ١٠ سنوات، مجلة بحوث التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، ٢٠٢١ م.
- ٢٢ - عايدة محمد رضا : العلاقة بين التفكير الابتكاري والأداء الحركي في التمرينات الفنية الحديثة ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، ١٩٧٩ م.
- ٢٣- عبد السلام مصطفى: الاتجاهات الحديثة في تدريس العلوم، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠١ م.
- ٢٤- عبدالله عبد اللطيف محمد: تأثير استراتيجيات التعليم المتميز علي مستوي الأداء في التمرينات والثقة بالنفس لدي الطلاب الجدد بكلية التربية الرياضية ، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، العدد ٤٧، الجزء ٤ ، كلية التربية الرياضية - جامعة أسبوط . ٢٠١٨ م.
- ٢٥- عزت أحمد فضل الهواري : أثر استخدام أسلوب التربية لحركية في التدريس علي الابتكار الحركي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، مؤتمر رؤية مستقبلية للتربية البدنية والرياضة في الوطن العربي ، المجلد الأول ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان ، ١٩٩٣ م.
- ٢٦- عطيات خطاب، مها فكري، شهيرا عبد الوهاب: أساسيات التمرينات والتمرينات الإيقاعية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ٢٠٠٦ م.
- ٢٧- علي الديري : أصول التمرينات الرياضية وطرق تدريسها ، جامعة اليرموك ، دار الأمل للنشر ، ط١، القاهرة ، ١٩٨٧ م.
- ٢٨ - علي حسنين حسب الله: اثر التعليم الذاتي في تعلم مهارات برامج الألعاب في المرحلة الإعدادية، رسالة الدكتوراه، كلية التربية الرياضية (للبنين) بالقاهرة، جامعة حلوان، القاهرة، ١٩٨٢ م.
- ٢٩ - علي عبد السميع قوره ، وجيه المرسي : الاستراتيجيات الحديثة في تعليم وتعلم اللغة ، مطبعة الشيماء ، القاهرة ، ٢٠٠٨ م.



- ٣٠- عماد الدين سيد حسب الله : تأثير النموذج الذاتي الايجابي علي مستوى التحصيل الحركي والمعرفي للجملة الحركية الحرة في التمرينات ، مجلة علوم وفنون الرياضة المجلد ٢ ، العدد ٣ ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ٢٠٠٤م .
- ٣١- عنايات احمد فرج ، فاتن البطل: التمرينات الإيقاعية (الجمباز الإيقاعي والعروض الرياضية) ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٤م .
- ٣٢- غازي السيد يوسف : تمرينات العرض الرياضية وأثرها في تحسين بعض القدرات البدنية والكفاءة الفسيولوجية لدي بعض الطلاب كلية التربية الرياضية ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، المجلد الثاني ، العدد الثاني، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة ، جامعة حلوان ، ١٩٩٠م .
- ٣٣- فاطمة الزهراء علي محمد : استخدام استراتيجيات النمذجة المدعومة ببعض الوسائل المرئية في تنمية القراءة للمرحلة الابتدائية ، مركز تعليم الكبار ، ٢٠٢٠م .
- ٣٤- كمال عبد الحميد زيتون، محمد صبحي حسنين : اللياقة البدنية ومكوناتها ، ط٤ ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٢م .
- ٣٥- ليلى زهران : الأسس العلمية والعملية للتمرينات والتمرينات الفنية ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٧م
- ٣٦- ماجدة صلاح الدين وهنية الكاشف وهدى المهدي ونادية عبد القادر وايمان قطب وسوسن يوسف: العرض الرياضي المقدم من طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية في حفل افتتاح الأولمبياد الأول للجامعات المصرية (بانوراما سياحة عبر وادي النيل) يوليو ٢٠٠٨ م ، المؤتمر الإقليمي الرابع للمجلس الدولي للصحة والتربية البدنية والترويح والرياضة والتعبير الحركي لمنطقة الشرق الأوسط ،كلية التربية الرياضية بأبو قير، جامعة الإسكندرية ،المجلد الرابع،٢٠٠٨م .
- ٣٧- ماجدة علي محمد رجب : تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية علي تنمية الابتكار الحركي وبعض الحركات الأساسية لتلاميذ الصف الأول من التعليم الأساسي، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، العدد السادس عشر ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ، ١٩٩٩م .
- ٣٨- محروس محمد قنديل: عناصر اللياقة البدنية الخاصة كمحددات لانتقاء المشتركات في العروض الرياضية بكلية التربية الرياضية ، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة ، العدد واحد وثلاثون، كلية التربية الرياضية ،جامعة المنصورة ، ٢٠١٨م .



- ٣٩- محمد إبراهيم شحاته : التمرينات الثنائية والتدريبات بالأدوات البسيطة ، دار ماهي للنشر والتوزيع، إسكندرية، ٢٠١٥م.
- ٤٠ - محمد سعد زغلول ، مصطفى السايح : تكنولوجيا إعداد وتأهيل معلم التربية الرياضية ، دار الوفاء للنشر والطباعة ، الإسكندرية ، ٢٠١٣م.
- ٤١- محمد مرسل حمد : تأثير برنامج باستخدام عرض رياضي مدرسي مقترح لتحسين بعض الصفات البدنية والتوافق النفسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة، العدد ٣٠، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة، ٢٠١٧م.
- ٤٢- محمود إسماعيل الهاشمي: التمرينات والعروض الرياضية، مركز الكتاب الحديث، القاهرة، ٢٠١٨ م.
- ٤٣- مني محمود عبد الحليم عمر : ديناميكية القدرة علي الابتكار الحركي في الجمباز الإيقاعي لتلميذات المرحلة السنية (٩ : ١٢) سنة ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، العدد الثامن عشر ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٠م.
- ٤٤- موسي فهمي ابراهيم ، عادل علي حسن : التمرينات والعروض الرياضية ، ط٩ ، دار المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٠م.
- ٤٥ - نادية محمد درويش : تأثير التعبير الابتكاري الحديث علي بعض الصفات البدنية والقدرات النفسية ، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، ١٩٧٩م.
- ٤٦- نشوي محمد نافع : فاعلية استخدام الهيبرميديا علي تنمية التصور العقلي وتركيز الانتباه وعلاقتهم بتحسين الأداء الحركي والابتكاري في التمرينات الإيقاعية لطالبات كلية التربية الرياضية ، مجلة نظريات وتطبيقات ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٤م.
- ٤٧- - هاشم احمد السيد عبد المجيد : فاعلية استخدام النمذجة المدعمة الكترونيا علي تعلم بعض مهارات ألعاب القوى بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة المتوسطة بدولة الكويت ، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية ، ع ٥٤ / مج ٤ ، الرياضية ، كلية التربية الرياضية جامعة أسيوط، ٢٠٢٠م.



ثانيا المراجع الأجنبية:

48-Deborah, Feltz, Sandra E. shortand Daniel A. singleton : the effect of self modeling on shooting performance and self efficacy with intercollegiate hockey players ,sport and exercise psychology research advance, Landon w.b ,saunders ,2011