تأثير المنشطات العقلية في أداء بعض مهارات الطوق بالجمناستك الإيقاعي للطالبات

أ.د محسن علي السعداوي
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ذي قار
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

مقدمة البحث وأهميته

أصبحت تنمية استراتيجيات التعلم وتطويرها ضرورة تربوية ملحة لإتقان عملية التعلم ومن العوامل المهمة التي تسهم في تطور العملية التعليمية إسهام الباحثين في التفكير والكشف عن أساليب جديدة للوصول إلى النجاح، وإحدى هذه الأساليب هو استخدام المنشطات العقلية كوسيلة تخدم التطور للمهارات والارتقاء بها كونها وسائل إدراكية معينة تحث المتعلم على توظيف العمليات العقلية المناسبة أثناء تعلمه وتترك له حرية توظيف ما يشاء من العمليات التي تؤدي به إلى الفهم والاستيعاب ومن ثم إلى التعلم الأفضل، حيث ان استخدام المنشطات العقلية في العملية التعليمية من شأنه ان يحث المتعلم على توجيه انتباهه لما يريد ان يتعلم ، ويسهل عليه استقبال المعلومات ، وتنسيقها ، وبرمجتها في ذاكرته بطريقة أعمق ، لذا تعد المنشطات العقلية من الوسائل الحديثة ذات أهمية تربوية كبيرة يمكن تحقيقها في مختلف الأعمار والتخصصات وفي العديد من المجالات التعليمية والحياتية، لإتقان عملية التعلم والتي تساعد على تطوير خبرات المتعلم المخزونة والمحفوظة في ذاكرته التي تكون مهيأة للنقل والاسترجاع

وتعد لعبة الجمناستك الإيقاعي واحدة من الألعاب الرياضية التي تتميز بالطابع الجمالي من خلال ربط التمرينات البنائية والحركات الراقصة و الاكروباتيكية وفن البالية مع الموسيقى المصاحبة التي تعبر عن جمال الحركة وانسجامها وانسيابيتها وتنمي الحس الفني وتربي فن الحركة وتحسن الأعداد البدني وتطوره ُلدى ممارسيها وتستأثر بها المرأة لكونها من الألعاب الجميلة التي تنسجم مع الخصائص الطبيعية والبيولوجية لما تمتلكه من قدرة على التعبير الحركي مع الإيقاع الموسيقي كونها تسهم في تنمية الرشاقة والمرونة والتوافق والاتزان.

والطوق إحدى الأدوات المستخدمة في مادة الجمناستك الإيقاعي والمبنية على التناسق التام وقوة الانتباه والسرعة والتركيز وترقية التوافق العضلي، لذا تعد الحركات المستخدمة بواسطة الطوق من المهارات الصعبة لذلك أنها تحتاج إلى مثابرة وعناية فائقة خلال الأداء، وعملية النهوض بمستوى الأداء لا يتم الا من خلال استخدام أساليب متنوعة مصاحبة للتعلم المهاري

ومما تقدم تكمن أهمية البحث في استخدام بعض المنشطات العقلية التي تعد وسائل حديثة تسهم في تطور العملية التعليمية وبأسلوب مناسب يمكن أن يسهم في رفع مستوى التعلم الرياضي ويمهد الطريق لمراجعة أسلوب عمله وتوفير السبل الموضوعية للارتقاء بها، و إيجاد وسائل تعل تسهم في تحسين عملية التعلم للوصول إلى أفضل مستوى بأقل وقت وجهد .

مشكلة البحث

أن الاتجاهات الحديثة في عملية التعلم تتطلب استعمال أساليب متنوعة مصاحبة للتعلم المهاري ومما لاشك فيه أن لطريقة التعلم وأسلوبه دورا" مهما في اكتساب المهارات وتطويرها والاحتفاظ بها، ومن خلال الاطلاع على العديد من البحوث والتخصصات العلمية والتربوية لوحظ تطرقها إلى المنشطات العقلية كوسيلة تسهم في تطوير العملية التعليمية في حين لم يتطرق اي من الباحثين لموضوع المنشطات العقلية كوسيلة تعليمية في الفعاليات الرياضية، ولأجل تحسين التعلم والأداء ارتأ الباحث إلى استخدام المنشطات العقلية كوسيلة تعليمية تعمل على تبسيط وفهم وإدراك الأداء الصحيح لمهارات الجمناستك الإيقاعي.

أهداف البحث

١. بناء برنامج تعليمي للمنشطات العقلية لبعض مهارات الطوق بالجمناستك الإيقاعي.
٢. التعرف على تأثير المنشطات العقلية في تعلم بعض مهارات الطوق بالجمناستك الإيقاعي بين الاختبارات القبلية والبعدية.
٣. التعرف على الفروق في مستوى تعلم بعض مهارات الطوق بالجمناستك الإيقاعي بين مجموعتي البحث (التجريبية، الضابطة) في الاختبارات البعدية.
٤. التعرف على نسبة التطور في تعلم بعض مهارات الطوق بالجمناستك الإيقاعي بين مجموعتي البحث (التجريبية، الضابطة).

مجالات البحث

- **المجال البشري :**طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية في جامعة ذي قار.
- **المجال ألزماني :**المدة من (19-2-2016) الى (9-4-2016) .
- **المجال المكاني :**القاعة المغلقة المخصصة لمادة الجمناستك الإيقاعي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ذي قار .

تحديد المصطلحات

المنشطات العقلية

هي تلك الوسائل الإدراكية المعينة التي تحث المتعلم على توظيف العملية العقلية المناسبة في إثناء تعلمه أو تترك له حرية توظيف ما يشاء من عمليات عقلية تؤدي إلى الفهم والاستيعاب ومن ثم التعلم

الدراسات النظرية

المنشطات العقلية (استراتيجيات الإدراك)

تسمى أحيانا المنشطات العقلية منشطات استراتيجيات الإدراك وبغية فهم ومعرفة المنشطة وخلفياتها وتاريخها لابد من تعريف استراتيجيات الإدراك والتي تعني "عملية معرفية منظمة تمكن الإفراد من فهم العالم الخارجي المحيط بهم والكيف معه عن طريق اختيار الأنماط الأدائية المناسبة وتتضمن عملية الإدراك تجمع الإحساسات المختلفة وتفسيرها وتنظيمها معا لتكون خبرة ما تخزن بالذاكرة "

أما (دروزة 2000) فقد عرفتها بأنها" تلك المعينات العقلية التي تعتمد على الرمز واللغة والأشكال والصور في تسهيلها لعملية التعلم

وذكر(جابر 1999) بانها" استراتيجيات يتعلم فيها التلاميذ الى ان يصلوا الى أفكار معينة بفكرة رئيسية

والمنشطات العقلية مصطلح حديث الى حد علم الباحث اذ ان "مساعدات التذكر كانت تعرف على أنها وسائل عقلية لمساعدة تحسين ذاكرة الشخص وبشكل أساس الاحتفاظ بعيد المدى.

توقيت ظهور المنشطات العقلية في العملية التعليمية

قبل بدء التدريس او قبل البدء بعملية التعلم والتعليم

ان المنشطات العقلية التي تأتي" قبل عملية التعلم والتعليم ستنمي المستويات الدنيا من التعلم كالتذكر والفهم، أكثر من المستويات المتوسطة كالتطبيق والتخيل، او العليا كالتركيب والتقويم وذلك وفق تصنيف بلوم للأهداف التعليمية :"الأسئلة التعليمية - التعليمات - الجمل والعناوين - رؤوس الأقلام - الصور الحسية والمادية ومنها الأشكال والصور والخرائط والملصقات والجداول - الصور الذهنية والتخيلات - القصص - المقدمات - الملخصات - منظومة المعلومات القبيلة (الإستراتيجية الفراغية) - وسائل تدعيم الذاكرة

في إثناء التدريس او في أثناء عملية التعلم والتعليم

ان المنشطات العقلية التي تستخدم في" اثناء عملية التعلم والتعليم ستنمي المستويات المتوسطة من التعلم كالتطبيق والتحليل، اكثر من المستويات الدنيا كالتذكر والفهم، او العليا كالتركيب والتقويم **".ويشمل:-"** الأسئلة التعليمية - إعادة الصياغة - التشبيهات والمقارنات - الخطوط تحت الأفكار المهمة - الصور الذهنية والتخيلات- القصص - الملاحظات الصفية - وسائل تدعيم الذاكرة - الصور الحسية المادية (كالصور والأشكال والخرائط) " .

بعد الانتهاء من عملية التعلم والتعليم او بعد الانتهاء من الدرس ويشمل:

" الأسئلة التعليمية البعدية - إعادة الصياغة - التلخيصات - منظومة المعلومات البعدية - المركبة المجمعة – المراجعات ".

المنشطات قيد الدراسة

1- الأسئلة التعليمية:- ويعرف السؤال التعليمي بانه " مثير يستدعي رد فعل او استجابة، ويتطلب من المتعلم قدرا من التفكير والبحث عن المعلومات المخزونة في ذاكرته لاسترجاع المناسب من المعلومات التي تجيب عن السؤال فالأسئلة التعليمية عبارة عن جمل او عبارات استفهامية تحث المتعلم على التفكير بها والبحث في الذاكرة عن المعلومات المخزونة المتعلمة، ثم استرجاعها بهدف الإجابة عنها ".

2- الأهداف التعليمية:- تعرف الأهداف التعليمية بأنها" الشيء الذي يود الشخص تحقيقه، او الغاية التي يسعى لها الفرد ويتطلع الى تحقيقها ، وفي لغة علماء النفس السلوكيين تعرف الأهداف بأنها عبارة عن سلوكيات ملاحظه وقابلة للقياس يتوقع من المتعلم ان يظهرها بعد تعلمه درسا تعليميا في حصة دراسية تقدر ب(45) دقيقة، كالحصص المدرسية إلى(180) دقيقة، كالمحاضرات الجامعية " .

3-إعادة الصياغة :- تعني بأنها صياغة المتعلم للمادة او المهارة بشكليها العملي او النظري او كليهما، مما يؤدي ذلك الى زيادة فهمه للمادة المطالب بتعلمها وترسيخها في ذاكرته لتكون جاهزة لاسترجاعها وإعادة صياغتها بالطريقة التي يجدها ملائمة لإمكانياته العقلية عند الحاجة لها بطريقة أسرع من المعتاد.

4- المراجعات :- وتعرف المراجعات بانها إستراتيجية الرجوع الى المادة المدروسة مرة اخرى بعد دراستها للإلمام بأهم ما جاء فيها من افكار ومعلومات، من شأنها ان تساعد المتعلم على النجاح في الاختبار اللاحق ، ومراجعة المادة المدروسة عملية مهمة في ترسيخ المعلومات المدروسة وخزنها في ذاكرة المتعلم مما يساعد على علمها واسترجاعها بشكل افضل، لذا من الاهمية حث المتعلم على مراجعة المادة المتعلمة لاستيعابها وتعلمها وبتالي تنفيذها

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

منهج البحث

بغية الوصول إلى أهداف البحث استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين المتكافئتين الضابطة والتجريبية لملائمته طبيعة مشكلة البحث،

مجتمع البحث وعينته

تم تحديد مجتمع البحث،طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية -جامعة ذي قار قسمي العلوم النظرية والتطبيقية – للعام الدراسي 2016/2015 .**وكما مبين في الجدول (2).**

جدول (2) يبين عدد افراد عينة البحث للمجموعتين والنسب المئوية

المجاميع	عدد الطالبات في كل مجموعة	الطالبات المستبعدات	عدد افراد العينة في كل مجموعة	
			العدد	النسبة المئوية
المجموعة (التجريبية)	19	7	12	%63.15
المجموعة (الضابطة)	15	3	12	%80
المجموع	34	10	24	%70.588

تجانس العينة

من اجل ضبط بعض المتغيرات التي تؤثر على دقة نتائج البحث ومن اجل ارجاع الفروق في التأثير فقط الى المتغير المستقل يجب التأكد من تجانس عينة البحث في متغيرات - العمر – الطول – الوزن – واختبار الذكاء الشخصي(اختبار الورقة والقلم) (ملحق 1) – مهارات الطوق الثلاث]، وقد استخدمت الباحثة قانون معامل الالتواء لإجراء التجانس بين افراد العينة.

جدول (3)

يبين نتائج التجانس لعينة البحث بمتغيرات (العمر ، الطول , الوزن , الذكاء الشخصي , ونتائج اختبار مهارات الطوق الثلاثة) .

العينة	المعالجات الإحصائية المتغيرات	الوسط الحسابي (–س)	الانحراف المعياري (±ع)	الوسيط (و)	معامل الالتواء (ل)
المجموعتين	العمر (سنه)	21.125	1.035	21	0.362
	الطول (سم)	158.958	5.254	158	0.547
	الوزن(كغم)	56.363	3.752	55.3	0.849
	الذكاء (درجة)	44.333	4.676	43.5	0.775
	مهارة دوران الطوق على شكل رقم & (10) د	1.542	1.031	1.375	0.486
	مهارة رمي الطوق واستلامه بالقفزة المقصية (10) د	1.552	0.824	1.5	0.189
	مهارة تدوير الطوق ثم ادخاله برجل واخراجه من الاخرى(10) د	2.198	0.878	2	0.677

جميع قيم معامل الالتواء كانت بين(±1) مما يدل على تجانس افراد العينة في المتغيرات اعلاه،

تكافؤ العينة

لغرض التأكد من تكافؤ افراد عينتي البحث في متغيرات [العمر - الطول – الوزن– الذكاء الشخصي – مهارات الطوق الثلاث] قامت الباحثة بأجراء التكافؤ باستخدام اختبار (T-test) ،

جدول (4) يبين نتائج تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية بمتغيرات (العمر ، الطول , الوزن , الذكاء الشخصي, ونتائج اختبار مهارات الطوق الثلاثة) باستخدام اختبار (T-test).

المعالجة الإحصائية المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (T) المحسوبة	الدلالة
	(–س)	(±ع)	(–س)	(±ع)		
العمر(سنه)	08321,	1,165	21,167	0,937	40,19	غير معنوي
الطول(سم)	159,750	7,250	158,167	4,859	331,6	غير معنوي
الوزن(كغم)	54,658	8,707	58,067	7,030	1,055	غير معنوي
الذكاء(درجه)	44.583	6.156	44.083	5.468	100,2	غير معنوي
مهارة دوران الطوق على شكل رقم & (10) د	1,292	1,010	1,792	1,033	1,199	غير معنوي
مهارة رمي الطوق واستلامه بالقفزة المقصية(10) د	1,563	0,854	1,542	0,831	0,061	غير معنوي
مهارة تدوير الطوق ثم ادخاله برجل واخراجه من الاخرى (10) د	2,208	0,982	2,188	0,806	40,05	غير معنوي

قيمة (T) الجدولية تحت درجة حرية (22) ومستوى دلالة (0,05) هي (1,717) .

ويتضح من خلال الجدول (4) بان قيمة (T) المحسوبة لجميع متغيرات البحث هي اقل من قيمة (T) الجدولية البالغة (1,717) تحت درجة حرية (22) ومستوى دلالة (0,05) مما يدل على عدم وجود فروق بين المجموعتين، وهذا يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في جميع المتغيرات .

ادوات البحث

ان من الامور المهمة لإنجاز واتمام التجربة ادوات البحث وهي "الوسائل التي يستطيع بها الباحث جمع البيانات وحل مشكلته لتحقيق اهداف البحث مهما كانت تلك الادوات من بيانات وعينات واجهزة" .

وسائل جمع المعلومات

1- المصادر والمراجع العربية والاجنبية . 2- الدراسات والبحوث السابقة .
3- الشبكة الدولية للمعلومات(الانترنت) 4- استمارات الاستبيان .

وسائل جمع البيانات

1- الملاحظة . 2- المقابلة الشخصية، .
3- الاختبارات والمقاييس . 4- استمارات التسجيل .

وسائل تحليل البيانات

1- الوسائل الاحصائية . 2- برمجيات الحاسبات الالكترونية واليدوية .

اختيار المنشطات العقلية

فقد حدد الباحث المنشطات التي يروم دراستها وهي اربع منشطات وهي أعادة الصياغة -الأسئلة التعليمية -الأهداف التعليمية والمراجعات

استمارة تقييم الأداء الفني

لغرض تقييم الاداء الفني لكل طالبة في مهارات الطوق الثلاث في مادة الجمناستك الإيقاعي تم تصميم استمارة موحدة للمهارات الثلاثة .علما ان درجة التقييم كانت من (10) درجات والتي اعتمد فيها على البناء الظاهري للمهارة، لتقييم درجة كل مهارة من المهارات الثلاث.

الاختبارات القبلية

تم إجراء الاختبارات القبلية في يوم الثلاثاء الموافق2016/2/11م ، الساعة (10) صباحا في القاعة الداخلية المخصصة لمادة الجمناستك الايقاعي في كلية التربية الرياضية جامعة ذي قار

وقد استعان الباحث بأربعة من ذوي الاختصاص في مادة الجمناستك الايقاعي حصرا، لتقويم مستوى الاداء الفني للطالبات، ملحق(6)، واعتمدت المقومات على استمارة التقييم نفسها التي استعانة بها الباحث من احد البحوث في مجال الجمناستك الايقاعي وتم تقييم أداء الطالبات من لدن المقومات إذ حصلت كل طالبة على(4) درجات، وبمساعدة رئيسة المحكمات ، تم حذف أعلى واقل درجة ، ثم الحصول على الدرجة النهائية من الوسط الحسابي بين المحكمة الثالثة ودرجة الرئيسة أي حسب القانون الدولي للجمناستك .

المنهج التعليمي

ضمن المنهج المعد(8) وحدات تعليمية ملحق(2)0استخدم فيها الباحث اسلوب المنشطات العقلية ، وتم عرض الوحدات التعليمية على الخبراء ملحق (1) للتأكد من ملاءمة الوحدات التعليمية مع مستوى عينة البحث والتقسيم الخاص بالوحدة التعليمية وزمن الاداء مع مراعاة التسلسل في استخدام المنشطات العقلية و ملاءمة الأسئلة التعليمية للأهداف التعليمية وإمكانية تحقيق أقصى حد من أغراضها.

جدول (6)

يبين عدد الوحدات وزمنها الكلي للمنهاج التعليمي

عدد الوحدات التعليمية	(8) وحدات
القسم في الوحدة التعليمية	الرئيسي فقط
عدد الوحدات اسبوعيا	(1) واحدة
زمن الوحدة اسبوعيا	(90) دقيقة
زمن الوحدات التعليمية الكلي بالدقائق	(720) دقيقة
زمن الوحدات التعليمية الكلي بالساعة	(12) ساعة

وقسمت الوحدة التعليمية الى ثلاثة أقسام هي:-

1- القسم التحضيري : ومدته(20) دقيقة الذي يضم :
المقدمة والاحماء العام و الخاص علما ان هذا القسم هو موحد للمجموعتين المأخوذ من المنهاج الاعتيادي لمدرس المادة .

2- القسم الرئيس:- بلغت مدته(65) دقيقة والذي يضم:

الجزء التعليمي

بلغت مدته(20) دقيقة، وتم في هذا الجانب شرح المهارة وعرضها من قبل مدرس المادة ثم استخدام المنشط العقلي الاول(الاسئلة التعليمية)وهي اسئلة تطرح من قبل المدرس للتبسيط وتوضيح المهارة المدروسة ونتيجة لذلك سوف يظهر الهدف التعليمي من هذه الاسئلة والذي يمثل المنشط العقلي الثاني

الجزء التطبيقي

بلغت مدته(35) دقيقة، وتم فيه استخدام المنشط الثاني (الاهداف التعليمية) بصيغتها النهائية ومن ثم المباشرة باستخدام المنشط العقلي الثالث (اعادة الصياغة) أي اعادة شرح وتطبيق المهارة التي تعلمتها الطالبة بلغة الطالبة الخاصة، وبهذا تعكس مدى فهمها واستيعابها للمهارة المطبقة ، ويمكن اعادة استخدام المنشط العقلي الاول في حالة وجود اخطاء اثناء تنفيذ المهارة .

الجزء التقويمي

بلغت مدته(10) دقائق، وتم فيه استخدام المنشط الرابع (المراجعات) لتقويم اداء الطالبات واختيار الطالبات الجيدات من الدرس كتشجيع للطالبات .

3- القسم الختامي:ومدته(5) دقائق والذي يضم: بعض تمارين التهدئة للجسم فضلاً عن الإرشادات التربوية ثم الانصراف علما ان هذا القسم يطبق لمجموعتي البحث المأخوذ من منهاج الاعتيادي للمدرس المادة .

جدول (7)

يبين التقسيم الزمني للوحدة التعليمية

أقسام الوحدة التعليمية		الزمن بالدقيقة	الزمن خلال 8 وحدات تعليمية	النسبة المئوية	الدرجة في الدائرة البيانية	
القسم التحضيري	المقدمة	5 د	40 د	٪ 6	20	
	إحماء عام	5 د	40د	٪ 6	20	
	إحماء خاص	10 د	80 د	٪ 11	40	
القسم الرئيسي	الجزء التعليمي	20 د	160 د	٪ 22	80	260
	الجزء التطبيقي	35 د	280 د	٪ 38	140	
	الجزءالتقويمي	10 د	80 د	٪ 11	40	
القسم الختامي		5 د	40 د	٪ 6	20	
المجموع		90 د	720 د	٪100	360	

خطوات تنفيذ المنهج التعليمي

1- قبل البدء بتنفيذ الوحدة التعليمية الاولى قام الباحث بتنظيم عينة البحث المتمثلة بطالبات المرحلة الثالثة(قسمي العلوم النظرية والتطبيقية) وذلك باستبعاد عدد من الطالبات كما ذكرنا سابقا ، وحسب تقسيم الكلية الى مجموعتين تم استخدام طريق قرعة الارقام في تحديد المجموعة التجريبية والتي كانت من نصيب شعبة (أ-فرع العلوم النظرية) والمجموعة الضابطة وكانت من نصيب شعبة (ب- فرع العلوم التطبيقية) وعلى النحو الآتي:-

- **المجموعة التجريبية** : استخدام اسلوب المنشطات العقلية في تعلم مهارات الطوق اثناء تطبيق المنهج التعليمي
- **المجموعة الضابطة :** استخدام الأسلوب المتبع للمدرس إثناء تعلم مهارات الطوق إثناء تطبيق المنهج التعليمي

2- تم إعطاء المجموعتين الإحماء نفسه بنوعيه العام والخاص .

3- تم شرح المهارة وعرضها من قبل مدرسة المادة وبالطريقة نفسها في بداية الجزء التعليمي للمجموعتين.

4- احتوى المنهج على(4) أنماط من المنشطات العقلية موزعة على أجزاء القسم الرئيسي وكما مبينة سابقا في الوحدة تعليمية.

5-استخدام المنشط العقلي الاول (الاسئلة التعليمية) ثم يظهر نتيجة لذلك المنشط العقلي الثاني (الاهداف التعليمية)، ويمكن اعادة استخدام عرض المنشط العقلي الاول (الاسئلة التعليمية) مرة اخرى في الجزء التطبيقي عند وجود اخطاء في اثناء تنفيذ المهارة للمجموعة التجريبية او اثناء الجزء التقويمي للتأكيد على بعض الملاحظات اثناء التقويم .

6- استخدام المنشط العقلي الثالث (اعادة الصياغة) في القسم التطبيقي من الجزء الرئيسي من الدرس لكل طالبة.

7- استخدام المنشط العقلي الرابع (المراجعات) في القسم التقويمي من الجزء الرئيسي من الدرس لترسيخ اداء المهارة وتقويم اداء الطالبات.

8- كل مهارة من المهارات الثلاث سوف تتكرر لأربع وحدات تعليمية ولجميع الوحدات التعليمية

الاختبارات البعدية

أجريت الاختبارات البعدية على أفراد عينة البحث بعد الانتهاء من تنفيذ المنهج والتي استمرت يومين من(13-2014/4/14) في قاعة الداخلية للجمناستك الايقاعي

الوسائل الاحصائية

- الوسط الحسابي . - الانحراف المعياري . - الوسيط. - اختبار(T) للعينات المترابطة.
-اختبار(T) للعينات المستقلة. - الالتواء . - النسبة المئوية للتطور . (الاختبار البعدي- الاختبار القبلي/ الاختبار البعدي×100) - النسبة المئوية. (الجزء / الكل ×100)

عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

عرض نتائج اختبارات(T-test) وتحليلها ومناقشتها

عرض نتائج الاختبارات القبلية و البعدية لمهارات الطوق الثلاث للمجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها :-

جدول (8)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T-test) المحتسبة ، ودلالتهما الإحصائية للاختبارين القبلي والبعدي لمهارات الطوق الثلاث وللمجموعة الضابطة

***علما ان قيمة (T) الجدولية عند درجة حرية (11) ومستوى دلالة (0,05) هي (1.796)**

ت	المهارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (T) المحتسبة	الدلالة الاحصائية
		الوسط الحسابي (س̄)	الانحراف المعياري (±ع)	الوسط الحسابي (س̄)	الانحراف المعياري (±ع)		
1	دوران الطوق على شكل رقم (&)	1,792	1,033	5,458	0,45	10,094	معنوي
2	رمي الطوق واستلامه بذراع بالقفزة المقصية	1,541	0,831	5,208	0,45	12,537	معنوي
3	ادخال الطوق برجل واخراجه من الاخرى	2,188	0,806	5,25	0,584	8,016	معنوي

من خلال جدول (8) يدل على وجود فروق معنوية في مهارة (دوران الطوق على شكل رقم & امام الجسم فوق الرأس مع دوران الجسم) بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

فقد و وجود فروق معنوية في مهارة (رمي الطوق بيد واحدة واستلامه بالقفزة المقصية) بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

وكذلك ظهرت فروق معنوية في مهارة (دوران الطوق حول الجسم ثم ادخاله برجل واخراجه من الرجل الاخرى) بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي

مناقشة نتائج(T-test)للاختبارات(القبلية – البعدية) لمهارات الطوق الثلاث للمجموعة الضابطة :-

يتضح لنا أن المجموعة الضابطة للبحث قد حققت هدفها في التأثير المعنوي بين الاختبارات القبلية والبعدية في تعلم مهارات البحث الثلاث .

ويعزو الباحث هذه النتائج الى فاعلية التعلم باستخدام منهاج الكلية المتبع في تعلم مهارات موضوع البحث، لذا ظهرت فروقات معنوية واضحة للمنهاج التعليمي المعتاد والمتبع في الكلية والمطبق على المجموعة الضابطة،بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمهارات الطوق الثلاث، وهذا يدل على سلامة المنهاج التعليمي المعتاد والمتبع في الكلية .

وان أي منهاج تعليمي يتبع فيه اسلوب علمي مدروس ومناسب للمستوى الطالب لابد من احداث تطور في الاداء، لذا فان تنفيذ المناهج بشكل فعال يؤدي الى تحسين الأداء العام للطالب بشكل كبير،وقد وضح (صالح جويد ، 2009) "بان النتائج المتقدمة التي نحصل عليها لكل مجاميع البحث يرجع سببها الى سلامة المنهج التعليمي واحتوائه على تمارين مختارة بصورة علمية وبتكرارات صحيحة ومتناسقة ومنسجمة مع مستوى وقابلية افراد العينة.

ويرى الباحث بان التدريب والممارسة على مهارة معينة يؤدي الى زيادة الخبرة واحداث تطور في الاداء، لذلك فان الممارسة يعد اهم متغير في عمليات التعلم للمهارات، وهذا ما يؤكده (وجيه محجوب، 2000) "على ان التكرار والتدريب يعطي للمهارة اتقاناً اكثر وتناسقاً وتألقاً حركياً اكثر دقة " .

وأن أساليب التعلم بصورة عامة تؤدي الى حب التعلم وتشجيع واندفاع أكثر للطالبة وتعطي مفهوماً عاماً عن المهارات المراد تعلمها فهي بذلك توضح الهدف الكلي من الأداء الحركي وهذا يشجع الطالب على وضع صورة حركية في ذاكرتها مما يؤدي الى بذل أقصى جهد محاولةً منه للوصول الى هذه الصورة التي تعبر له عن الأداء المثالي .

عرض نتائج الاختبارات القبلية البعدية لمهارات الطوق الثلاث للمجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها :-

جدول (9)
يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T-test) المحتسبة ، ودلالتهما الاحصائية للاختبارين القبلي والبعدي لمهارات الطوق الثلاث للمجموعة التجريبية
*علما ان قيمة (T) الجدولية عند درجة حرية (11) ومستوى دلالة (0,05) هي (1.796)

ت	المهارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (T) المحتسبة	الدلالة الاحصائية
		الوسط الحسابي (س–)	الانحراف المعياري (ع±)	الوسط الحسابي (س–)	الانحراف المعياري (ع±)		
ا	دوران الطوق على شكل رقم (&)	1,292	1,010	7,5	0,477	7,184	معنوي
2	رمي الطوق واستلامه بذراع بالقفزة المقصية	1,563	0,854	7,375	0,678	14,611	معنوي
3	ادخال الطوق برجل واخراجه من الاخرى	2,208	0,982	7,417	0,469	16,375	معنوي

من الجدول (9) وجود فروق معنوية في مهارة (دوران الطوق على شكل رقم & امام الجسم فوق الرأس مع دوران الجسم) بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

وعلى وجود فروق معنوية في مهارة (رمي الطوق بيد واحدة واستلامه بالقفزة المقصية) بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

و وجود فروق معنوية في مهارة (دوران الطوق حول الجسم ثم ادخاله برجل واخراجه من الرجل الاخرى) بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي

مناقشة نتائج (T-test)للاختبارات(القبلية – البعدية) لمهارات الطوق الثلاث للمجموعة التجريبية :-

من خلال النتائج المعروضة في الجدول(9) يتضح لنا أن مجموعة البحث التجريبية قد حققت هدفها في التأثير المعنوي بين الاختبارات القبلية والبعدية في تعلم مهارات البحث الثلاث ، وهذاما يحقق الفرض الاول للبحث وهوهناك فروق ذات دلالة إحصائية معنوية باستخدام المنشطات العقلية في تعلم بعض مهارات الطوق بالجمناستك الإيقاعي بين الاختبارات القبلية والبعدية .

ويعزو الباحث هذه النتائج الى اسباب متعددة منها فاعلية التعلم باستخدام المنشطات العقلية في تعلم مهارات موضوع البحث .

لذا ظهر هناك فروقات معنوية واضحة للمنهاج التعليمي للمنشطات العقلية الذي تم تطبيقه على المجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي لمهارات الطوق الثلاث، وتعزو الباحثة أسباب هذه الفروق إلى فاعلية المنهاج التعليمي المُعد وفقاً لاستراتيجيات المنشطات العقلية، إذ إن الهدف الذي تسعى إليه هذه البرامج التعليمية، هو تطوير مستوى الأداء وتحسينه وتسريع عملية التعلم، من خلال إتباع الأسس العلمية الصحيحة، عند تصميم هذه البرامج، وبما يتلاءم مع القابليات والإمكانيات المتاحة لاكتساب التعلم والوصول بالمتعلم إلى مستوى جيد لأداء المهارة المراد تعلمها.

وهذا ما ثبتته نتائج البحوث السابقة للمنشطات العقلية،وان الطالبة تحتاج ولاسيما المبتدئة منها، الى استخدام المنشطات العقلية كي تجعل اسلوب فهمها وتعلمها اكثر اثارة وتشويقا ومتعة لأبعاد الروتين في الدروس التعليمية و الايقاعية، ويصبح الموضوع الذي يدرسه اكثر وضوحا ومعنى وفائدة، لان المنشطات العقلية من شأنها ان تعمل على تبسيط عملية التعلم وتجعل المحتوى التعليمي غير المألوف مألوفا للمبتدئ، وتنمي مستويات عقلية مختلفة ومتنوعة،وان عرض المنشط العقلي على المتعلم بأنماط مختلفة، ومواقيت مختلفة، واشكال مختلفة، من شانه ان ينمي لديه عمليات عقلية مختلفة وغير مستغله في مجال التعلم والفهم والاسترجاع .

لذا يؤكد (فاخر 1976) بان" جزء من فشل الطالب في الاسترجاع الى افتقاده الى الطريقة الصحيحة للدراسة، وندرة معرفته بالمنشطات العقلية التي تعمل كوسائل للتذكر، إذ يعد التذكر احد العناصر الفعالة في عملية التعلم" ، لذا فالتعلم الفعال يعتمد على عدد المنشطات العقلية التي يستخدمها المتعلم في اثناء تعلمه،فكلما زاد عدد هذه المنشطات العقلية ادى الى تحسين مستوى الاستيعاب ثم التعلم .

اذ ان استخدام **المنشط العقلي الاول (الاسئلة التعليمية)** في بداية القسم الرئيسي من الوحدة التعليمية كان له الاثر المميز في عملية التفكير والاستنتاج والتطبيق وصولا الى تفاصيل المهارة بشكلها الدقيق والصحيح .

ويرى الباحث بان الاسئلة التعليمية تعد بحد ذاتها مهارة، لذا تحتاج الى دراسة وتدريب وخبرة،فضلاً عن ضرورة معرفة المدرب او المدرس او واضع المنهاج التعليمي بالمهارة المراد تدريسها للطالب لكي يكون قادر على تحليلها وتبسيطها وصياغتها بشكل اسئلة تعليمية و بالطريقة التي يجدها مناسبة لمستويات واعمار طلابه لذا يمكن القول بان معرفة الاجزاء العلمية لتحليل الحركة يساعد المتعلم للوصول الى الاداء الحركي الصحيح والمبني على اسس علمية

مدروسة مما يؤدي الى تجنب الحركات الغير الصحيحة اثناء اداء المهارات، وهذا يتفق مع ما أكدته (ناهدة عبد زيد ، 2008) بان"التوافق الحركي يتطور كلما ازدادت معرفة المتعلم بأجزاء المهارة التفصيلية واستيعابه للمعلومات المتعلقة بها بشكل جيد، وهذا يؤدي الى امكانية الملاحظة الذاتية والتصحيح الذاتي ومقارنتها بشرح المدرس وعرض ارشاداته ".

اما **المنشط العقلي الثاني (الاهداف التعليمية)** فيرى الباحث بانه وليد المنشط العقلي الاول (الاسئلة التعليمية) لأنه مرتبط به بشكل مباشر وعلى التوالي لان كلما كانت الاسئلة التعليمية واضحه ومميزة ومفهومه للطلاب مع مراعاة خصوصياتهم كلما زادت عملية التعلم وبتالي ظهرالمنشط العقلي الثاني (الاهداف التعليمية) من عملية التعلم في القسم الرئيسي من الوحدة التعليمية.

لذا يجب ان نبين بان كل عملية تعليمية أيا كان اختصاصها تسعى لتحقيق الاهداف سوى كانت رياضية كالقدرات (البدنية – والحركية – وايقاعية) او نظرية، وهذاهو ما نسعى اليه في الدروس الإيقاعية، لذا فالمنشطات العقلية تزيد من احتمال فرص النجاح في تعلم المادة التعليمية ومن احتمال تحقيق الاهداف التعليمية من قبل المتعلم وتسهل الاتصال والتفاعل بين الاعضاء المشتركين في تصميم البرامج وتطبيقها.

فالتعلم المثمر هو ما كان مبنياً على مواقف تعليمية تتضمن الخبرة الواقعية والحقيقية لموضوع التعلم.

اما **المنشط العقلي الثالث (اعادة الصياغة)** الذي يستخدم في الجزء التطبيقي من القسم الرئيسي من الدرس فيرى الباحث بانه يعد بمثابة المنبه والمحفز للعمليات العقلية لتسهيل عمليات الحفظ و الترتيب و الترسيخ للأفكار الاساسية والمهمة التي وردت في المادة النظرية والعملية المعروضة من قبل المدرس للإلمام بها وصياغتها بشكل الذي يراه الطالب قريب ومناسب الى عملياته العقلية وملائم للمهارة قيد التعلم .

ويرى الباحث ان اعادة صياغة المادة المدروسة من قبل الطالب يساعد على تثبيت المادة وترتيبها في ذاكرته بالصيغة التي يفهمها هو، فضلاً عن تكرارات اعادة الصياغة للمهارات نفسها ولكل الطالبات يساعد ايضا على الانتباه لتفاصيل قد تكون غائبة عن فهم بعض الطلاب ولاسيما الضعفاء منهم، اي بمعنى ان كلما زاد التردد للمعلومات وتزويدها للمتعلم كلما حصلنا على نتائج افضل للتعلم، كما أن نجاح استخدام التكرارات بوصفه وسيلة تعليمية بديلة عن الزمن قد وفر فرصاً متكافئة لكل افراد العينة في التعلم ولاسيما ان اسلوب اعادة الصياغة المستخدم في عملية التعلم هي فرصة جيدة للطالب سواء كان هو المؤدي بشكل عملي اونظري للحركة او المشاهد او المستمع لها، وبهذا يوفر للطالب تسهيل عملية الحفظ ويعوض عنه رؤية الانموذج المعروض مرة اخرى لأنه يقف بنفسه عند الصورة الحقيقية للتطبيق المهارة المطلوبة،ونقل هذه للمعلومات الكثيرة والمتوافرة حول الأداء من الذاكرة الحركية قصيرة الأمد الى الذاكرة طويلة الأمد وهذا النقل يؤدي الى عدم النسيان بصورة سريعة وهذا معناه القدرة على استعادة ما تعلموه بشكل ادق وبكمية اقل من الاخطاء إذ كان هذا المنشط هو احد اسباب التقدم للنتائج المجموعة التجريبية.

وقد أكدت ذلك (ماجدة إبراهيم ، 1995) بأن من " أهم مبادئ التعلم الجيد هو إتاحة الفرصة للطالبة حتى تكون مسؤولة عن تعلمها وتقويم أدائها الأمر الذي يجعلها أكثر فاعلية وأقل اعتماداً على المعلم ويزيد من دافعيتها مما يدفعها إلى تعلم واستيعاب وحفظ أكبر قدر ممكن من الخبرات .

اما **المنشط العقلي الرابع (المراجعات)** الذي تم استخدامه في الجزء التقويمي من القسم الرئيسي من الدرس فترى الباحثة بانه يعد بمثابة تقويم ومنافسة لأداء الطالبات وتزويدهن بالمعلومات عن مستوى أدائهن الحركي، عن طريق الاختبارات التقويمية المستخدمة في نهاية تعلم كل مهارة وفي كل وحدة تعليمية، ولتساعدها على تحقيق الأهداف المطلوبة من العملية التعليمية بشكل أفضل مما كانت عليه المجموعة الضابطة،بالإضافة الى ذلك فان الباحث يبين مدى اهمية هذه المراجعات باعتبارها وسيلة لتشجيع الطالبات لبث روح التنافس والحماس والدافعية فيما بينهن، لذا فنتائج هذه المهارات تعطي للمدرسّ فرصة التعرف على المستوى الحالي للتعلم وتحديد نقاط القوة والضعف في مستوى الأداء، إضافة إلى ذلك فإن نتائج هذه الاختبارات تُعد بمثابة مؤشر حقيقي على مستوى اداء الطالبات، من خلال تقويم أداء كل طالبة بمفردها، وعزو النتائج الى المنشطات الاربعة التي استخدمها الباحث في بحثه وتعرف الباحث على نسبة النجاح والتطور، لأن هذه " الاختبارات التقويمية تعد جزءاً مهماً للوقوف على مدى تقدم الطالب خلال الوحدة التعليمية والاخطاء التي قد يرتكبها البعض لغرض تصحيحها

لذا فالمنهاج التعليمي الذي وضع على وفق المنشطات العقلية لتعلم المهارة أدى إلى إعطاء نتائج أفضل وبتالي ساعد على اثراء العملية التعليمية واغناء المحتوى التعليمي المدروس وخاصة لدى عرض المنشطة العقلية بأكثر من جزء في ان واحد، لذا يمكن التأكيد على مدى فاعلية المنشطات العقلية في النتائج المميزة للمجموعة التجريبية .

عرض نتائج الاختبارات البعدية لمهارات الطوق الثلاث لمجموعتي البحث الضابطة و التجريبية وتحليلها ومناقشتها :-

جدول (10) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T-test) المحتسبة ، ودلالتهما للاختبارات البعدية في مهارات الطوق الثلاث للمجموعتين الضابطة و التجريبية

ت	المعالجة الإحصائية		الاختبار البعدي		قيمة T المحتسبة	الدلالة الاحصائية
	المهارة	المجموعة	الوسط الحسابي (س̄)	الانحراف المعياري (±ع)		
1	دوران الطوق على شكل رقم (&)	الضابطة	5,458	0,45	10,800	معنوي
		التجريبية	7,5	0,477		
2	رمي الطوق واستلامه بذراع بالقفزة المقصية	الضابطة	5,208	0,45	9,229	معنوي
		التجريبية	7,375	0,678		
3	ادخال الطوق برجل واخراجه من الاخرى	الضابطة	5,25	0,584	10,032	معنوي
		التجريبية	7,417	0,469		

***علما ان قيمة (T) الجدولية عند درجة حرية (22) ومستوى دلالة (0,05) هي (1,717)**

من خلال الجدول (10) وجود فروق معنوية في مهارة (دوران الطوق على شكل رقم & امام الجسم فوق الرأس مع دوران الجسم) بين الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية، ومن خلال ملاحظة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في مهارة (دوران الطوق على شكل رقم & امام الجسم فوق الرأس مع دوران الجسم) ومقارنتها بالوسط الحسابي للمجموعة الضابطة لنفس المهارة، تبين إن هناك فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية .

وهذا يدل على وجود فروق معنوية في مهارة (رمي الطوق بيد واحدة واستلامه بالقفزة المقصية) بين الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية، ومن خلال ملاحظة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في مهارة (رمي الطوق بيد واحدة واستلامه بالقفزة المقصية) ومقارنتها بالوسط الحسابي للمجموعة الضابطة لنفس المهارة ، تبين إن هناك فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية .

وهذا يدل على وجود فروق معنوية في مهارة (دوران الطوق حول الجسم ثم ادخاله برجل واخراجه من الرجل الاخرى) بين الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية،ومن خلال ملاحظة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في مهارة (دوران الطوق حول الجسم ثم ادخاله برجل واخراجه من الرجل الاخرى) وقياسها بالوسط الحسابي للمجموعة الضابطة للمهارة نفسها، تبين أن هناك فروقاً معنوية لصالح المجموعة التجريبية،

مناقشة نتائج (T-test)للاختبارات (البعدية) لمهارات الطوق الثلاث للمجموعتين (الضابطة والتجريبية) :-

يتضح لنا أن مجموعتي البحث قد حققتا هدفهما في التأثير المعنوي للاختبارات البعدية في تعلم مهارات البحث الثلاث، على الرغم من ظهور تباين في نسب التعلم بين المجموعتين، أي أن هناك تطوراً ذا دلالة معنوية عالية قد حدث على الرغم من اختلاف اسلوبي التعلم التي اتبعتها المجموعتين .

ويعزو الباحث هذه النتائج الى اسباب متعددة منها فاعلية التعلم باستخدام المنشطات العقلية فبالنسبة للمنهاجين التعليميين الذي تم تطبيقهما على المجموعتين الضابطة والتجريبية فقد ظهر هناك فروقات معنوية واضحة بين الاختبارين البعدي للمجموعة الضابطة والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية لمهارات الطوق الثلاث قيد البحث،وبهذا يتحقق الفرض الثاني من البحث والذي يتضمن، وجود فروق ذات دلالة إحصائية معنوية بين المجموعتين الضابطة و التجريبية باستخدام المنشطات العقلية في تعلم بعض مهارات الطوق بالجمناستك الإيقاعي ولصالح المجموعة التجريبية .

ويعزو الباحث أسباب هذه الفروق إلى فاعلية استخدام المنهاج التعليمي المختار وفق استراتيجيات المنشطات العقلية،لذا ترى الباحثة ان تعليم مهارات الجمناستك الايقاعي بطريقة المنشطات العقلية يعد استراتيجية جديدة بالنسبة لعينة البحث حيث كان له دور في التأثير على العامل النفسي لديهن والذي يتمثل بالتشويق والإثارة وزيادة اندفاعهن واستجاباتهن نحو ممارسة المهارة بأسلوب جديد، وقد بين عدد من الباحثين بان المنشطات العقلية تزود الطالبة بروابط للخزن والاستعادة للمهمة التعليمية لان الطالب الذي يوظف عملياته العقلية في اثناء التعلم سيتعلم بشكل افضل من الذي لا يقم بهذه العملية، كذلك انها تعد طريقة مرنه في التعامل مع المعلومات الدراسية بسبب مرونة هذه المنشطات ولغرض تنميتها وتطويرها نحو الاحسن فان الاساليب الادراكية تعد من المؤشرات الجيدة للتحصيل الدراسي وممكن ان تصاغ حسب حرية مستخدمها، وهذا ما اكدته دراسة (Gadzella,1984)الى ان "هناك علاقة ارتباطية موجبة بين التحصيل واستراتيجيات الادراك ومنشطاتها العقلية"

وكلما كان الشخص ملماً بمعنى المنشطات العقلية وطبيعتها تمكن من استخدامها بالطريقة المناسبة لها، ولتنوع المشكلات والتي كان أهمها قلة استخدام التقنيات الحديثة في عملية التعلم الذي يؤدي الى تأخر عملية التعلم وتباطئه من جهة، وحداثة المنشطات العقلية وعدم استخدامها بالمجال الرياضي من جهة اخرى، لذا كان لابد من التعرف على دورها

الفاعل في العملية التعليمية الذي يأتي كرد فعل او معالجة حقيقية لخبرات الفشل او تدني مستويات التعلم و التذكر التي تواجه الطلبة من خلال فقد الثقة بالنفس والشعور بضعف القدرة على التذكر داخل الدرس او خارجه،
ولمعالجة هذه المشاكل التي تواجه العملية التعليمية،تم استخدام مناهج وطرائق تعليمية حديثة تساعد المتعلم على ادراك المفاهيم التقنية واستيعابها فضلاً عن المستحدثات التربوية الاخرى ومنها المنشطات العقلية في معالجة المعلومات وحل المشكلات التي تواجهه .

لذا فإتاحة الفرصة للمتعلمين لاستخدام المنشطات العقلية يؤدي الى تفوق ادائهم على اداء نظائرهم الذين لم تتح لهم مثل هذه الفرصة، في المنهاج المعتاد في الكلية، والتفوق لا يقتصر على مستوى واحد من التعلم، وانما يتعداه الى المستويات التعليمية الاخرى كافة،كل تلك العوامل كانت سبباً في تفوق المجموعة التجريبية وتقدمها في تعلم المهارات أما المجموعة الضابطة فهي الاخرى قد حققت تأثيراً معنوياً في النتائج وهذا ما يؤكد صلاحية المنهج المتبع في الكلية والمطبق على المجموعة الضابطة وفي جميع المهارات قيد البحث .

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات، في ضوء نتائج البحث توصل الباحث الى الاستنتاجات الاتية

1- المنهاج التعليمي المعد من قبل الباحث قادر على تحسين مستوى اداء الطالبات بمهارة الطوق وفق استراتيجيات المنشطات العقلية وكان فعالا من خلال استخدام المنشطات العقلية الاربعة.
2- تفوق المجموعة الضابطة بالاختبارات البعدية في تعلم بعض مهارات الطوق الثلاث بالجمناستك الايقاعي .
3- تفوق المجموعة التجريبية بالاختبارات البعدية في تعلم بعض مهارات الطوق الثلاث بالجمناستك الايقاعي .
4- تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة بالاختبارات البعدية في تعلم بعض مهارات الطوق الثلاث بالجمناستك الايقاعي .
5- تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في نسب التطور لكافة المهارات المحددة بالبحث حيث كانت اكبر نسبة تطور لمهارة دوران الطوق على شكل رقم & واوطأ نسبة تطور كانت لمهارة تدوير الطوق حول الجسم ثم ادخاله برجل واخراجه من الرجل الاخرى .
6- ان الاساليب التعليمية (المتبع في الكلية ، المنشطات العقلية) المستخدمة قيد البحث لكلا المجموعتين لها تأثير ايجابي في عملية تعلممهارات الطوق الثلاث قيد البحث .

التوصيات ، بناءاً على نتائج البحث يوصي الباحث بما يلي

1- استخدام المنشطات العقلية في بحوث التربية الرياضية بشكل عام والجمناستك الايقاعي بشكل خاص لما له من اثر في رفع مستوى اداء الطلاب وتسريع الفهم والاستيعاب للمهارات الرياضية للأطول فترة ممكنة .
2- اجراء دراسات لبعض انواع المنشطات العقلية الاخرى الغير مستخدمة في الدراسة، وعلاقة تأثيرها في متغيرات تابعة اخرى كالاحتفاظ ، والتفكير الابداعي ، والتعلم الذاتي ....الخ
3- تضمين مفردات طرائق التدريس والمناهج والبرامج التعليمية والكتب الدراسية في مجال التربية الرياضية بأساليب استخدام المنشطات العقلية ، لكونها تعد احد الاساليب الناجحة والجديدة في هذا المجال ، ولأنها تساعد وكما هو واضح بالدراسة الحالية في تحسين الاداء للمهارات الرياضية وجعلها اكثر بساطة وسهولة ولكي يلم بها مدرسو المستقبل .
4- افادة التدريسيين عن طريق تدريبهم على هذا النوع من اساليب التعلم (المنشطات العقلية) بهدف تطبيقه عند تدريس مادة الجمناستك الايقاعي .

المصادر والمراجع العربية والاجنبية :

اولا : المصادر والمراجع العربية

١- إبراهيم احمد سلامة : **المدخل التطبيقي للقياسات في التربية الرياضية** ، منشاة المعارف ، الإسكندرية ، 2000

٢- جابر عبد الحميد جابر:**استراتيجيات التدريس والتعلم،** ط1 ،القاهرة ، دار الفكر العربي،1999 .

٣- دروزة افنان نظير: **اساسيات في علم النفس التربوي (استراتيجيات الادراك ومنشطاتها كأساس لتصميم التعلم) دراسات وبحوث وتطبيقات،** ط1 ، الاردن ، دار الشروق للنشر والتوزيع ،2004 .

٤- --------: **النظرية في التدريس،** ط1،عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع، 2000 .

٥- _____: **استراتيجيات الإدراك ومنشطاتها كأساس لتصميم التعلم** ، ط1، جامعة النجاح الوطنية ، نابلس ، 1995 .

٦- ساهرة رزاق كاظم : **تأثير برنامج تعليمي في تطوير بعض المدركات الحسية ومستوى الأداء في الجمناستك الإيقاعي** ،(أطروحة دكتوراه- كلية التربية الرياضية-جامعة بغداد)،2000 .

٧- صالح جويد هليل : **تأثير تكرارات مختلفة من التصور العقلي في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم وفقا لمستويات تعلم الاداء ،** (رسالة ماجستير - كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية) ، 2009 .

٨- ظافر هاشم إسماعيل الكاظمي : **الأسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطورمن خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة التنس ،** (أطروحة دكتوراه - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد) ، 2002 .

٩- فاخرعاقل: **علم النفس التربوي** ، ط3 ، دار العلم للملايين ، بيروت ، 1976.
١٠-عماد عبد الرحيم الزغلول وعلي فالح الهنداوي :**مدخل الى علم النفس** ، ط2، الامارات ، دار الكتب الجامعي ، 2004.
١١-ماجدة إبراهيم علي : **أثر استخدام أسلوبين للتعلم الفردي في تحصيل الطلبة المعلومات القيزياوية واستبقائها،** (أطروحة دكتوراه - كلية التربية أبن الهيثم - جامعة بغداد) ، 1995.
١٢-محسن السعداوي وسلمان الحاج عكاب : **ادوات البحث العلمي في التربية الرياضية** ،ط1 ، عمان ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، 2013 .
١٣-محمد عبد العال امين وحسن مردان عمر : **الاحصاء المتقدم في العلوم التربوية والتربية البدنية مع تطبيقات (SPSS)** ، ط1 ، عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، 2006 .
١٤-مهدي حطاب صخي وحوراء عبد الرزاق حميد : **استعمال منشطات الادراك في تدريس مادة علم نفس الطفل لطالبات معهد اعداد المعلمات في تنمية تفكيرهن العلمي** ، (رسالة ماجستير - كلية التربية الاساسية - جامعة واسط) ، 2010 .
١٥-ناهدة عبد زيد الدليمي : **اساسيات في التعلم الحركي** ، ط1 ، النجف ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، 2008 .
١٦-نبيل رفيق محمد ابراهيم : **الذكاء المتعدد** ،ط1 ، عمان ،دار صفاء للنشر والتوزيع، 2011
١٧-وجيه محجوب : **موسوعة علم الحركة – التعلم وجدولة التدريب** ، بغداد ، مطبعة العادل للطباعة الفنية ، 2000.

ثانيا: المصادر الاجنبية

18- B Arnett, J.E., Divsta, F .J.,&Rogozenski, J. T.what is lamed in note taking Journal of Educational Psychology, (1981) .
19- Carrier , C. ,joseph , M.R. , Krey ,C.,&L a Croix, Supplied Visuals and imagery in striation in field independent and field dependent Children's ,.recall .Education Communication and technology journal ,(1983a) .
20- Corkill, A.J., & Glover, J.A. Advance organizers: Concrete versus abstract. Journal of Educational Research, (1988) .
21- Felker, F., & Dapra, R.A. Effects of question type and position
22- placements on problem solving ability from prose material. Journal of Educational Psychology, (1975).
23- Gadzella, B. X Willison ,J. study skills, Sell Concept and academic achievement .Psychological Reports. 1984.
24- Tobias, S.Mandatory text review and instruction with student characteristics. Journal of Educational Psychology , (1987) .
25- Tobias, S. (1987). Mandatory test review and instruction wit student characteristics. Journal of Educational Psychology .
26- Wade, S.E., & Reynolds, R.E. Developing met cognitive awareness . Journal of Reading, (1989).
27- - www.iraqacad.org/lib/amira .htm