

## المقدمة:

يشهد العالم الآن انفجار معرفي وثورة معلوماتية كبرى وسيطرة تكنولوجية على معظم إستخدامات الحياة العلمية والتعليمية والتربوية والثقافية والفكرية وغيرها من مجالات الحياة الحيوية، الأمر الذي جعل من مسألة تعليم وتعلم مهارات التفكير للمراحل الأساسية ذات أهمية مميزة ضمن منظومات أهدافها الأساسية. (٢٢)

فالتعليم المباشر لمهارات وعمليات التفكير يساعد على رفع الكفاءة التفكيرية للطلبة، مما ينعكس على مستوى تحصيلها، وقد أشارت دراسة هويرت وآخرون **Huppert, J, et al., (٢٠٠٢م)** إلى أن تعليم المحتوى الدراسي مقروناً بتعليم مهارات التفكير يترتب عليه مهارات أعلى، لذا فيجب ألا يكون الإهتمام محصوراً نحو بذل الجهود التربوية لإكساب الطالبات بالمعارف والمعلومات والحقائق والمفاهيم العلمية المطلوبة فقط، بل أصبحت تتعدى ذلك لتشمل تنمية قدراتهن العقلية بمهارات التفكير. (١٢: ٢٣٥)

وعلى الرغم من أن التربويين متفقين على أن التفكير والإبداع مفتاح التربية، ومفتاح الحل لمعظم المشكلات، وعلى أهمية مهارات التفكير في النظام التعليمي، إلا أنه لا يوجد اتفاق مؤكد بينهم على كيفية تنمية هذه المهارات، حيث تتوافر للمعلم العديد من إستراتيجيات التدريس التي تنمي التفكير ولكل منها أهدافها واستخداماتها ووسائل تطبيقها التي تختلف من مادة إلى أخرى، مما يدفع المعلم إلى التعرف عليها واختيار الإستراتيجية المناسبة للدرس، حيث يقوم بشرحها وتطبيقها فعلياً من أجل إكساب الطالبات مهارات متطورة للتفكير تساعدهن على مواكبة تطورات العصر. (١١: ٩٨)

وتعد إستراتيجيات التفكير من التقنيات العالمية المتطورة ولها فاعلية وقوة وسرعة في التأثير فضلاً عن ضمان الجودة في التفكير، إذ يقول مبتكر هذه الإستراتيجيات إدوارد دي بونو أن الأدوات والأساليب اللازمة لتعليم مهارات التفكير سهلة ولكنها فعالة وبناءة، وأكثر إنتاجاً، وتساعد الجميع على ضبط مسارات التفكير لتعكس على جودة الأداء وتوجيه التفكير وتحرير العقل بوعي تام من النمطية والتقليدية السائدة في التفكير، والوصول إلى مسارات ذات جودة عالية. (٣: ٥)

ويشير **محمد العربي (٢٠٠٢م)** أن الوعي يعني شعور الكائن الحي بما في نفسه وما يحيط به، وأنه إدراك للأفكار التي يمكن التحكم فيها، كما أنه الحديث الصامت عن الآراء والإسترجاع المنتظم للحركات في العقل، وأيضاً هو الإطار المرجعي الذي يشكل ويصوغ الخبرة. (٩: ١٣٠)

ويعتبر الباليه إحدى أنواع الرياضات التي يشكل الجانب الفني فيها دوراً هاماً وهذا يجعل القائم على دراسة الحركة في هذه الرياضة على دراية بالتغيرات التي تمكن الطالبة من الأداء بصورة جيدة، حيث التوجيه الصحيح لعمليات التعليم والتفكير والتدريب يؤدي دوراً هاماً في تطوير مستوى الأداء المهاري.

ويعتبر الوثب من المهارات الفنية الأساسية للباليه وهو من أصعب وأهم المهارات الأساسية للباليه، حيث يتطلب مهارة فائقة للتحكم في عضلات الجسم عامة وعضلات الرجلين خاصة، ولذلك يتطلب الوثب التدريب لإتقان أدائه بصورة صحيحة. (٤: ٤٧)

## مشكلة البحث وأهميتها:

من خلال تدريس وتدريب الباحثة لمادة التعبير الحركي الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الزقازيق للعام الجامعي ٢٠١٦/٢٠١٧م، وجدت أن استيعاب وأداء الطالبات يتسم بالقصور والضعف وخاصة في أداء الوثبات المقررة عليهن مع صعوبة ربط المهارات ببعضها البعض في الباليه، بالرغم من الجهود المبذولة معهن، الأمر الذي تعذبه الباحثة إلى أن المناهج التعليمية المتبعة في تدريس مادة الباليه لا تحمل بين طياتها تنمية التفكير وتطويره، مما ينتج عنه ظاهرة ضعف إستخدام التفكير عند معظم الطالبات، ويصبح تفكيرهن بطريقة نمطية

تقليدية، ومن هنا أصبحت الحاجة ملحة للخروج من هذا النمط من التفكير ومحاولة إكساب الطالبات مهارات متطورة في التفكير، لذا فنحن بحاجة إلى تطوير مناهج التعليم بشكل نجعل فيه التفكير في أعلى مراتبه ومستوياته، وإذا كان تعليم التفكير ناجحاً، فعلياً أن نهتم بما سوف يدفع ويقوى الإستعداد للتفكير، الذي يعد الأساس لتعليم الإدراك والوعي وبالتالي معالجة المعلومات التي يشوبها بعض القصور، والإفادة منها في الجانب العملي من أجل تطوير العملية التعليمية، وبالتالي تطوير وتحسين مستوى الأداء.

الأمر الذي دفع الباحثة إلى إجراء هذه الدراسة تحت عنوان "فعالية برنامج للتفكير على الوعي الذاتي ومستوى الأداء الفني للوثبات في الباليه لطالبات الفرقة الأولى"، وخاصة إنه من خلال المسح المرجعي للأبحاث لم تجد الباحثة دراسة عربية أو أجنبية على حد علمها تناولت فعالية برنامج للتفكير على الوعي الذاتي ومستوى الأداء الفني للوثبات في الباليه.

#### هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على فعالية برنامج للتفكير على الوعي الذاتي "مقياس الوعي الذاتي لآمال يوسف - نشوى نافع" مرفق (٦) وتعلم الوثبات (تبديل القدمان في الهواء *Changement de paid* - الوثب من الوضع الأول *Sautè* - سيسون *Sissone Fermée*) - مستوى الأداء الفني للوثبات في الباليه "جملة حركية".

#### فروض البحث:

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً ونسب تغير بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الوعي الذاتي ومستوى أداء الوثبات والمستوى الفني للوثبات في الباليه (قيد البحث) ولصالح القياس البعدي.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً ونسب تغير بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.

#### مصطلحات البحث:

#### التفكير *Thinking*:

"نشاط عقلي وشكل من أشكال العمليات المعرفية التي تستخدم الإدراك والمفاهيم والرموز والتصورات، وأحد الوظائف الأساسية للذكاء والقدرات والاستعدادات". (٢: ١٢٨)

#### برنامج التفكير *Cort (Cognitive Research Trust)*:

أشهر برامج تعليم التفكير، وهو يساعد الطالبة على تعديل وتغيير أنماط التفكير المتعارف عليها من خلال دمج تعليم التفكير بمحتوى المنهج الدراسي، وروية الأمور بشكل أوسع وأوضح للحصول على نظرة إبداعية في حل المشكلات المتعلقة بالعملية التعليمية<sup>(\*)</sup>

#### إجراءات البحث:

#### منهج البحث:

إستخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذو القياس القبلي البعدي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة.

#### مجتمع وعينة البحث:

تم إختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الزقازيق للعام الجامعي ٢٠١٦/٢٠١٧م، حيث اختيرت عينة البحث الكلية بالطريقة العشوائية من بين طالبات الفرقة الأولى، وقد بلغ عددهن (٥٠) طالبة.

البحث الكلية في متغيرات (السن - الطول - الوزن - مستوى الذكاء - بعض المتغيرات البدنية "القدرة العضلية للرجلين - التوافق - الرشاقة - التوازن - المرونة") والجدول رقم (١) يوضح ذلك.

جدول (١)  
التوصيف الإحصائي لعينة البحث الكلية  
في المتغيرات قيد البحث

ن = ٥٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الإلتواء	معايير الإلتواء
السن	سنة	١٨,١٢	١٨,٠١	١,٠٣	٠,٣٢
الطول	سم	١٦٧,١٥	١٦٥,٣٣	٥,٨٦	٠,٩٣
الوزن	كجم	٦٤,٤٧	٦٦,٧٨	٥,٧٩	١,٢٠-
مستوى الذكاء	درجة	١١٤,٤٥	١١٤,٣٤	٥,٣٤	٠,٠٦
(القدرة العضلية) اختبار الوثب العمودي من الوقوف	سم	١٩,٠٤	١٩,٠١	٢,١٥	٠,٠٤
التوافق (إختبار نط الحبل)	درجة	٣,٠٠	٣,٠٢	٠,٨٩	٠,٠٧
الرشاقة (إختبار الوثبة الرباعية)	ث	١٩,٠٠	١٩,٥٠	٥,٩٧	٠,٢٥
التوازن (إختبار الوثب والتوازن فوق العلامات)	درجة	٥٠,٠٠	٥٢,٥٠	١١,٠٤	٠,٦٨
المرونة (إختبار الجلوس وامتداد الذراعين)	سم	٤,٠٩	٥,٠٠	٢,١١	١,٢٩
الوعي الذاتي	درجة	٥٥,٢٢	٥٥,٠١	٢,٥٤	٠,٢٥
(الجملة الحركية) مستوى الأداء الفني للوثبات في الباليه	درجة	٦,٠٣	٥,٨٩	١,٧٢	٠,٢٤

يتضح من الجدول (١) أن جميع قيم معاملات الإلتواء لعينة البحث الكلية في المتغيرات قد إنحصرت بين  $(\pm 3)$ ، مما يشير إلى وقوع عينة البحث الكلية داخل المنحنى الإعتدالي للمتغيرات قيد البحث، وهذا يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث الكلية في تلك المتغيرات.

قامت الباحثة بسحب عدد (١٠) طالبات كعينة إستطلاعية من عينة البحث الكلية، وبذلك أصبح العدد الفعلي لعينة البحث الأساسية (٤٠) طالبة تم تقسيمهن بالطريقة العشوائية إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، قوام كل منهما (٢٠) طالبة.

## وسائل جمع البيانات:

- جهاز الرستاميتير لقياس الطول (سم)، ميزان طبي لقياس الوزن (كجم).
- إستمارة تقييم مستوى الأداء الفني للوثبات في الباليه. مرفق (٣)
- إختبار الذكاء المصور لأحمد ذكي صالح. مرفق (٥)
- مقياس الوعي الذاتي. مرفق (٦).
- مسطرة مدرجة لقياس المرونة (سم).
- حبل، طباشير، جبر أبيض، شريط قياس، ساعة إيقاف.

## الإختبارات البدنية:

بعد الإطلاع على العديد من المراجع العلمية والبحوث المرجعية، ورأى السادة الخبراء مرفق (١) تم تحديد أهم العناصر البدنية والإختبارات التي تقيس تلك العناصر، حيث قامت الباحثة بإختيار العناصر والإختبارات المناسبة لقياسها والتي حصلت على (٨٠%) فأكثر من رأى السادة الخبراء وكانت على النحو التالي:

- إختبار الوثب العمودي من الوقوف لقياس (القدرة العضلية).
- إختبار الجلوس وإمتداد الذراعين لقياس (المرونة).
- إختبار نط الحبل لقياس (التوافق).
- إختبار الوثبة الرباعية لقياس (الرشاقة).
- إختبار الوثب والتوازن فوق العلامات لقياس (التوازن).

#### الدراسة الإستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الإستطلاعية على عينة قوامها (١٠) طالبات، تم إختيارهن بطريقة عشوائية من عينة البحث الكلية، وخارج عينة البحث الأساسية، وذلك يوم السبت الموافق ٢٠١٦/١٠/١م إلى يوم السبت الموافق ٢٠١٦/١٠/٨م حيث استهدفت الدراسة الإستطلاعية إلى ما يلي:

- تحديد درجة إستجابة الطالبات لمقياس الوعي الذاتي، وتحديد الزمن الذى تستغرقه الطالبات في الإجابة على المقياس عن طريق جمع الزمن الذى استغرقته أول طالبة مع الزمن الذى استغرقته آخر طالبة وقسمته على (٢).
- التعرف على الصعوبات التى يمكن أن تواجه الباحثة أثناء تطبيق البرنامج.
- إجراء المعاملات العلمية لمقياس الوعي الذاتى والإختبارات قيد البحث.

#### المعاملات العلمية:

##### • معامل الثبات:

قامت الباحثة بإيجاد معامل الثبات بطريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه على العينة الإستطلاعية وقوامها (١٠) طالبات، حيث تم تطبيق مقياس الوعي الذاتى وإختبار الذكاء يوم السبت الموافق ٢٠١٦/١٠/١م وإعادة تطبيقهما يوم السبت الموافق ٢٠١٦/١٠/٨م أى بفواصل زمنى أسبوع، (المقياس) إعداد أمال يوسف، نشوى نافع (٢٠٠٦م) (١) مرفق (٦) حيث يتكون المقياس من (٤٥) عبارة، وأمام كل عبارة إستجابتان (نعم - لا) لمعرفة ما إذا كانت كل عبارة من العبارات تتفق أو لا تتوافق مع الأداء الحركي للطالبة عن طريق إستجابتها على المقياس، تحسب درجات إستجابات المقياس على ميزان تقدير ثنائي (نعم / لا) بحيث تتمثل في (نعم) درجتان، (لا) درجة واحدة، وبذلك تكون العلامة الكلية للمقياس تتراوح ما بين (٩٠-٤٥) درجة بالإضافة إلى التقدير (٤٥ إلى ٥٥) ضعيف، (٥٦، ٦٦) متوسط، (٦٧ إلى ٩٠) عالي، بينما تم تطبيق باقى الإختبارات يوم الإثنين الموافق ٢٠١٦/١٠/٣م وإعادة التطبيق يوم الأربعاء الموافق ٢٠١٦/١٠/٥م أى بفواصل زمنى يومان بين التطبيقين، والجدول رقم (٢) يوضح معامل الثبات للإختبارات والمقياس قيد البحث.

جدول (٢)  
معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني  
في المتغيرات قيد البحث

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الإختبارات والمقاييس
	ع	م	ع	م	
*٨٧٦	٢,٣٣	١٩,٥٩	٢,١٥	١٩,٠٤	إختبار الوثب العمودي من الوقوف (قدرة عضلية)
*٨٣٤	٠,٩٤	٣,١٢	٠,٨٩	٣,٠٠	إختبار نظ الحبل (التوافق)
*٩٤٧	٥,٨٣	١٨,٧٨	٥,٩٧	١٩,٠٠	إختبار الوثبة الرباعية (الرشاقة)
*٩٥٤	١٠,١٣	٥٠,١٩	١١,٠٤	٥٠,٠٠	إختبار الوثب والتوازن فوق العلامات (التوازن)
*٩٣٩	٢,٢٤	٤,٢٢	٢,١١	٤,٠٩	إختبار الجلوس وامتداد الذراعين (المرونة)
*٧٥٠	١٤,٧٨	١٢٣,٠١	١٥,٣٤	١٢٢,٤٥	إختبار الذكاء
*٧٧٩	٢,٧١	٥٥,٧٢	٢,٥٤	٥٥,٢٢	مقياس الوعي الذاتي

ن = ١٠

\* قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجات الحرية ٨ = ٠,٦٣٢

يتضح من الجدول رقم (٢) وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً بين التطبيقين الأول والثاني في جميع المتغيرات قيد البحث، مما يدل على معامل ثبات الإختبارات والمقاييس فيما وضعوا لقياسه.

#### • معامل الصدق:

قامت الباحثة بإستخدام صدق التمايز، وذلك بتطبيق الإختبارات البدنية على مجموعتين قوام كل منهما (١٠) طالبات إحداهما العينة الإستطلاعية (مجموعة غير مميزة)، والمجموعة الثانية من نفس المرحلة (طالبات الفرقة الأولى) ولكنهن مشتركات وتميزات في البطولات الرياضية المختلفة (مجموعة مميزة)، وذلك بإستخدام المقارنة الإحصائية (ت) ويوضح ذلك الجدول رقم (٣)، ولحساب معامل صدق اختبار الذكاء، ومقياس الوعي الذاتي، إستخدمت الباحثة صدق المحكمين، حيث قامت الباحثة بعرض الاختبار والمقياس على السادة الخبراء وعددهم (١٠) خبراء، واعتبرت الباحثة نسبة اتفاق غالبية السادة الخبراء على اختبار الذكاء وعبارات المقياس معياراً لصدقهما، حيث حصلوا على نسبة (٨٠% - ٩٠%) على التوالي من رأى السادة الخبراء.

## جدول (٣)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة والغير مميزة  
للإختبارات البدنية قيد البحث

قيمة "ت"	المجموعة الغير مميزة		المجموعة المميزة		وحدة القياس	الإختبارات	الإختبارات البدنية
	ع	م	ع	م			
*٩,٧٥	٢,١٥	١٩,٠٤	٢,٥٣	٢٩,٧٦	سم	إختبار الوثب العمودى من الوقوف (قدرة عضلية)	
*٨,٢٥	٠,٨٩	٣,٠٠	١,٠٦	٦,٨١	درجة	إختبار نط الحبل (التوافق)	
*٤,٧٦	٥,٩٧	١٩,٠٠	١,٧٦	٩,١١	ث	إختبار الوثبة الرباعية (الرشاقة)	
*٣,٣٥	١١,٠٤	٥٠,٠٠	٨,٣٢	٦٥,٤٣	درجة	إختبار الوثب والتوازن فوق العلامات (التوازن)	
*٦,٣٥	٢,١١	٤,٠٩	٢,٧١	١٢,٤١	سم	إختبار الجلوس وامتداد الذراعين (المرونة)	

$$n_1 = n_2 = 10$$

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) = ٢,١٠١

يتضح من الجدول رقم (٣) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة المميزة والمجموعة الغير مميزة في الإختبارات قيد البحث، مما يشير إلى صدق تلك الإختبارات فيما وضعت لقياسه.

برنامج التفكير المقترح: مرفق (٧)

يتميز برنامج التفكير المقترح بالسهولة والوضوح والتكامل وحسن التنظيم ودقة العرض، والبرنامج مكون من (٦) أجزاء وكل جزء منها مؤلف من (١٠) دروس. (١٨)

ومن برامج تعليم التفكير بأسلوب الدمج من خلال محتوى المناهج الدراسية "إستراتيجية الأسئلة المفتوحة، الطريقة الكشفية لبرونر، النموذج الاستقرائي لهيداتابا".

وقد استخدمت الباحثة أسلوبى "إستراتيجية الأسئلة المفتوحة والمغلقة - الطريقة الكشفية" في هذا البحث.

أهداف برنامج التفكير:

- يوجد في المنهاج ما يجعل الطالبة تتعامل مع التفكير بشكل مباشر.
- تنتظر الطالبات لأنفسهن على أنهن مفكرون.
- تنتظر الطالبات للتفكير على أنه مهارة يمكن تحسينها بالإنتباه والتعلم والتدريب.
- يكسب الطالبات أدوات تفكير متحركة تعمل بشكل جيد في جميع المواقف وفي كل أجزاء المنهج مما يزيد من التحصيل المعرفى والمهارى. (٢٠)

أجزاء برنامج التفكير:

(١) توسعة مجال الإدراك: الهدف الأساسى من هذا الجزء هو توسيع دائرة الفهم والإدراك لدى الطالبات، وهو جزء أساسى ويجب أن يدرس قبل أى من الأجزاء الأخرى، وينظر إدوارد دى بونو "مصمم برنامج الكورت للتفكير" إلى هذا الجزء على أنه القاعدة الأساسية للدروس المستقبلية، لأنه يوفر المهارة التى تقوم عليها الوحدات الأخرى، وفي هذا المستوى تتم دراسة القضايا التالية: (معالجة الأفكار - اعتبار جميع العوامل المرتبطة بالفكرة تؤثر في الطالبات - القوانين - النتائج المنطقية وما يتبعها - الأهداف - التخطيط - الأولويات المهمة الأولى - البدائل والاحتمالات - القرارات - وجهات نظر الآخرين).

٢) **التنظيم:** يساعد هذا الجزء على تنظيم أفكار الطالبات وجمع التفاصيل الدقيقة قبل الانتقال لفكرة أخرى، فالدروس الخمسة الأولى تساعد الطالبات على تحديد معالم المشكلة، والخمسة الأخيرة تعلم الطالبات كيفية تطوير الإستراتيجيات لوضع الحلول، وفي هذا المستوى تتم دراسة القضايا المبنية على الكلمات التالية: تعرف - حل - قارن - اختر - أوجد طرقاً أخرى - ابدأ - نظم - ادمج - ركز - استنتج).

٣) **التفاعل:** يهتم هذا الجزء بتطوير عملية المناقشة لدى الطالبات، وذلك حتى تستطيع الطالبات تقييم مداركهن والسيطرة عليها، وفي هذا المستوى تتم دراسة القضايا التالية: (التحقق من الطرفين - التدليل وأنواع الأدلة - قيم الأدلة - الاختلاف والاتفاق وانعدام العلاقة - أن تكون على صواب أو على خطأ - المحصلة النهائية).

٤) **الإبداع:** يتناول هذا الجزء الإبداع كجزء طبيعي من عملية التفكير، وبالتالي يمكن تعليمه للطالبات وتدريبهن عليه. والهدف الأساسي منه هو تدريب الطالبات على الهروب الواعي من حصر الأفكار، وبالتالي إنتاج الأفكار الجديدة، وفي هذا المستوى تتم دراسة القضايا التالية: الحجر المتدحرج - المدخلات العشوائية "التفكير بشئ عشوائي لا علاقة له بالمهارة" - معارضة الفكرة - الفكرة الرئيسية - تعريف المشكلة - إزالة الأخطار - الربط بين الأفكار - المتطلبات - التقييم.

٥) **المعلومات والعواطف:** في هذا الجزء يتعلم الطالبات كيفية جمع وتقديم المعلومات بشكل فعال وكيفية التعرف على السبل التي تجعل مشاعرهن وقيمهن وعواطفهن مؤثرة على عمليات بناء المعلومات، وفي هذا المستوى تتم دراسة القضايا التالية: المعلومات - الأسئلة - مفاتيح الحل - التناقضات - التوقع - الاعتقاد - الآراء والبدائل الجاهزة - العواطف - القيم - التبسيط والتوضيح.

٦) **العمل:** تختص الوحدات الخمسة الأولى من البرنامج بجوانب خاصة من التفكير، أما الجزء (٦) فمختلف تماماً، إذ أنه يهتم بعملية التفكير في مجموعها بدءاً باختيار الهدف وانتهاءً بتشكيل الخطة لتنفيذ الحل "النهاية المرجو تحقيقها"، وفي هذا المستوى تتم دراسة القضايا المبنية على الكلمات التالية: هدف - توسع - اختصر - جميع العمليات السابقة - الهدف - المدخلات - الحلول - الاختيار - العملية - جميع العمليات السابقة. (١٩)

#### أساسيات برنامج التفكير:

العمل الجماعي - التحفيز - التدريبات - التنوع - الإثراء - الإثارة - التركيز - الإنجاز - الضبط والإنضباط - التعزيز. (٢١)

#### أسس برنامج التفكير:

- مراعاة الفروق الفردية.
- عدم التسرع في الانتقال من مرحلة إلى أخرى.
- طرح الأسئلة والأنشطة الاستثنائية لإستنتاج المعلومات الاثرائية من الطالبات لخدمة محتوى المنهج
- بهجة التعلم داخل المحاضرة.
- السماح الكامل للطالبات بالمناقشة والحوار وليس فقط الاجابة على الأسئلة.
- شحن الطالبات بأن المسؤولية تقع على عاتقهن كاملة مع إشعارهن بالثقة فيهن وبقدرتهن على التفكير والنجاح في التنفيذ.
- استخدام أساليب متنوعة لإثارة انتباه الطالبات مثل (الإشارات - الإيماءات - الإبتسامات - الصمت الايجابي - نظرات الرضا - نظرات التوجه - طبقات الصوت - المعززات المعنوية - المعززات المادية).
- الإستمرار في التدريب.
- مراعاة الترتيب والتكوين الهرمي. (١٨)

#### مميزات برنامج التفكير:

- يوسع إدراك المتدربين.
- يساعدهم على تنظيم المعلومات.
- يساعدهم على حل المشكلات.
- يحثهم على طرح الأسئلة.
- يزيد من ثقة المتدربين بأنفسهم. (٢٢)

#### تقييم مستوى الأداء الفني للوثبات في الباليه:

قامت الباحثة بتصميم جملة حركية صغيرة مدتها (١ق) لقياس مستوى الأداء الفني للوثبات في الباليه، واستعانت بخبراء متخصصين (٣) من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية للبنات بالزقازيق "لجنة محكمات" مرفق (٢)، وتم تحديد درجة مستوى الأداء بواقع (٢٠) درجة لعينة البحث، وإستمارة تقييم مستوى الأداء مرفق (٣) توضح تفاصيل كيفية وضع الدرجة لعينة البحث، حيث قامت كل محكمة من الثلاث محكمات بوضع الدرجة على حدى، ثم تم جمع درجات المحكمات الثلاثة وقسمتها على (٣) واستخراج درجة كل طالبة على حدى.

#### الخطوات التنفيذية للبحث:

##### القياسات القبلية:

تم إجراء القياسات القبلية يوم الأحد الموافق ٢٠١٦/١٠/٩م حيث شملت القياسات "مقياس الوعى الذاتى"، تقييم مستوى الأداء الفني للوثبات في الباليه (قيد البحث).

##### تجربة البحث الأساسية:

تم تطبيق برنامج التفكير على المجموعة التجريبية من يوم الإثنين الموافق ٢٠١٦/١٠/١٠م إلى يوم الأحد الموافق ٢٠١٦/١٢/٤م، بزمن تطبيق ثابت (٣٠)ق خلال الوحدة اليومية لمدة (٨) أسابيع بواقع (٣) وحدات إسبوعياً بإجمالي (٢٤) وحدة تعليمية، والتدريس للمجموعة الضابطة عن طريق البرنامج التقليدى المتبع بالكلية "الشرح اللفظى للمهارات" وأداء نموذج من قبل الباحثة، حيث قامت الباحثة بالتدريس للمجموعة التجريبية وتطبيق برنامج التفكير أيام (الإثنين - الأربعاء - السبت) الساعة (٢) بعد الظهر، والتدريس للمجموعة الضابطة برنامج الكلية أيام (الثلاثاء - الخميس - الأحد) الساعة (٢) بعد الظهر، بحيث تمر كل مجموعة بنفس الظروف، ونفس مواقيت التدريب.

##### القياسات البعدية:

بعد الإنتهاء من تطبيق برنامج التفكير، قامت الباحثة بأخذ القياس البعدى لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة، وتم إجراء القياس البعدى يوم الإثنين الموافق ٢٠١٦/١٢/٥م.

##### المعالجات الإحصائية:

المتوسط - الوسيط - معامل الإلتواء - الإنحراف المعياري - إختبار "ت" لدلالة الفروق - معامل الارتباط - النسبة المئوية لمعدل التغير.

##### عرض ومناقشة النتائج:

##### أولاً: عرض النتائج



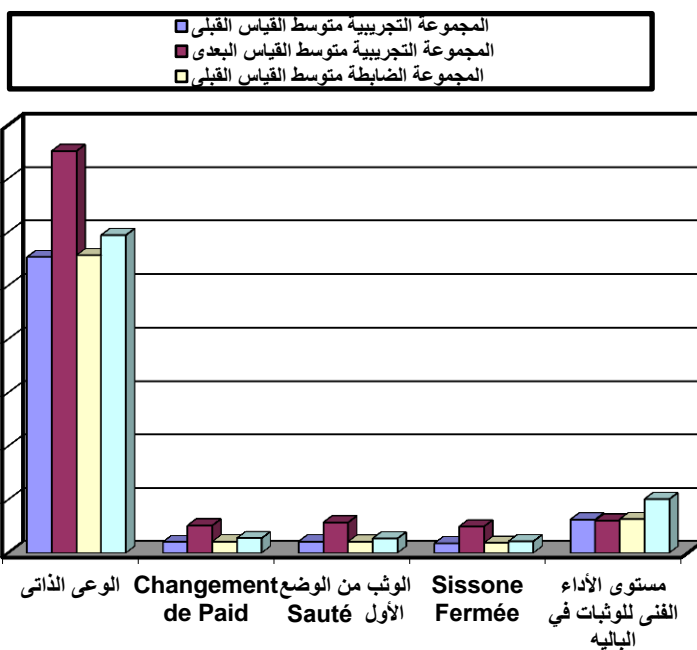
جدول (٤)

دلالة الفروق ونسب التغير بين متوسطى "القياسين القبلى والبعدى" و"القياسين البعدين" للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث

المتغيرات	المجموعة التجريبية				معدل التغير %	قيمة "ت"	المجموعة الضابطة				معدل التغير %	قيمة "ت"
	بعدى		قبلى				بعدى		قبلى			
	ع	م	ع	م			ع	م	ع	م		
الوعى الذاتى	٢,٢٣	٧٥,٠٩	٢,١٩	٥٥,٢٧	٣٥,٨٦%	*٩,٧٨	٢,١٣	٥٩,٣٧	٢,١١	٥٥,٦١	٦,٧٦%	١,١٢
Changement de Paid	٠,٢٩	٥,١١	٠,١٧	٢,٠١	١٥٤,٢٣%	*٧,٥٩	٠,٤٩	٢,٧٣	٠,١٤	٢,١١	٢٩,٣٨%	*٢,٢٣
الوثب من الوضع الأول Sauté	١,٠١	٥,٦٧	٠,٢٢	٢,١١	١٦٨,٧٢%	*٨,٠٦	٠,٧٥	٢,٦٩	٠,١٨	٢,٠٩	٢٨,٧١%	*٢,١٨
Sissone Fermée	٠,٨٧	٤,٩١	٠,١١	١,٧٨	١٧٥,٨٤%	*٦,٥٤	٠,٦٥	٢,١٥	٠,١٣	١,٨٥	١٦,٢٢%	١,٠١
مستوى الأداء الفنى للوثبات فى الباليه	١,٩٥	١٦,٠١	١,٥٥	٦,٢١	١٥٧,٨١%	*٩,٦٧	١,٩٨	١٠,٠٤	١,٦١	٦,٢٩	٥٩,٦٢%	*٢,١٦

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٢,٠٢١

ن = ٢٠ = ٢٠



## شكل (١)

## الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث

## قبل وبعد تطبيق برنامج التفكير

يتضح من جدول رقم (١) والشكل رقم (١) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد البحث عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ولصالح القياس البعدي، وهذا ما أوضحتها النسب المئوية لمعدلات التغير، بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة في متغير الوعي الذاتى ومهارة "Sissone"، ولكن توجد فروق دالة إحصائياً في متغيرات (مهارة *Changement de Paid* - الوثب من الوضع الأول *Sauté*)، مستوى الأداء الفنى للوثبات في الباليه ولصالح القياس البعدي حيث توجد فروق بسيطة دالة إحصائياً، كما توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

## ثانياً: مناقشة النتائج:

يتضح من نتائج جدول (١) والشكل البياني (١) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي في المتغيرات قيد البحث، حيث يوضح ذلك النسب المئوية لمعدل التغير للمتغيرات قيد البحث، فقد بلغت أعلى نسبة تحسن لمهارة *Sissone* (١٧٥,٨٤%)، يليها مهارة الوثب من الوضع الأول *Sauté* (١٦٨,٧٢%)، ثم مستوى الأداء الفنى للوثبات في الباليه (١٥٧,٨١%)، يليه مهارة *Changement de Paid* (١٥٤,٢٣%) وأخيراً الوعي الذاتى أقل نسبة تغير (٣٥,٨٦%).

كما يتضح من الجدول (٤) والشكل البياني (١) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة في بعض المتغيرات ولصالح القياس البعدي، حيث تراوحت نسبة التحسن في مهارة *Changement de Paid* (٢٩,٣٨%)، ومهارة الوثب من الوضع الأول *Sauté* (٢٨,٧١%)، ومستوى الأداء الفنى للوثبات في الباليه (٥٩,٦٢%)، كما يتضح من الجدول (٤) والشكل البياني (١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.

تعذى الباحثة هذه النتيجة الإيجابية للمجموعة التجريبية نتيجة لتطبيق برنامج التفكير وتأثيره الفعال على الوعي الذاتى وتعلم وإتقان المهارات في الباليه قيد البحث، حيث يمتاز برنامج التفكير بأنه يوسع الإدراك، حيث تم تقديم مهارات تفكير مصممة بعناية للطالبات كأدوات عملية، وبعد ذلك تتدرب الطالبات على استخدام الأدوات في مواقف متنوعة، فالأدوات تظل ثابتة، بينما تتغير المواقف وبهذه الطريقة يتم تنمية المهارات في استخدام أدوات التفكير لدى الطالبات، حيث بإستطاعتهم بعد ذلك نقلها في أى جزء من أجزاء المناهج.

وهذا ما تشير إليه "عفاف عبد الله ونهاد محمد" (٢٠٠٨م) (٦) حيث أن مرونة برامج التفكير تجعله قابلاً للدخول في المنهاج التعليمى بأى طريقة تتناسب المعلم على أفضل وجه، فبعض الأساتذة يدرسون برامج التفكير كمادة منفردة، بينما يدخله البعض الآخر في مادة ما أو في المنهاج كله، وتضيف أن معلم التربية الرياضية لا يهتم كثيراً بالإعداد الفكرى داخل الوحدة التعليمية ولكن التركيز يكون فقط على الجوانب البدنية والمهارية.

وترى الباحثة أنه أصبح من الضروري تدريب الطالبات على التفكير، بحيث تسعى الطالبات بإستمرار لتطوير ما تعرفه وخاصة في مجال تعلم المهارات الحركية، والبحث عن سبل الإرتقاء إلى مستويات أكثر كثافة في الأداء، بالإضافة إلى أن برنامج التفكير يتميز بالعملية والبساطة، حيث يمكن أن يستخدم بالعديد من الأساليب، بالإضافة إلى أن برنامج التفكير يتميز بالتماسك على مدار انتقاله من متدرب لآخر، ومن المعلمة إلى الطالبة.

وتشير الباحثة إلى أن تعليم المحتوى الدراسى مقروناً بمهارات التفكير يترتب عليه مهارات أعلى، وهذا ما تفسره الباحثة من تحسن مستوى الأداء لدى طالبات المجموعة التجريبية نتيجة لتعلمهن الوثبات في الباليه بطريقة تعليم التفكير، مما أدى إلى تنمية الوعي الذاتى لدى الطالبات وزيادة إستنارة دوافع الطالبات نحو التعلم، مما أدى إلى تحسن المستوى الفنى للوثبات في الباليه قيد البحث.

ويتفق مع ذلك "قيس المقدادي" (٢٠٠٠م) (٧)، إذ يرى بأنه لا يمكن إعداد وتصميم برامج خارجية لتعلم مهارات التفكير، بل يجب أن تدخل في المنهج الدراسي، بحيث يركز المعلم على مهارات التفكير من خلال المادة الدراسية، كما يرى أهمية أن تتضمن المناهج الدراسية المختلفة مهارات تعليم التفكير في كل الموضوعات الدراسية بمختلف المراحل التعليمية.

ويضيف "ليفراנקويس Lefrancois, G, R" (٢٠٠٥م) (١٣) أن تنمية مهارات التفكير تعني رفع مستوى الذكاء وزيادة مستويات القدرات الإدراكية لدى الطلاب.

كما يضيف "پاول Pau, R" (٢٠٠٣م) (١٥) أن التدريب على توسيع أنماط التفكير يؤدي إلى زيادة الإدراك والوعي بنفس الطريقة التي تؤدي بها التمرينات الرياضية إلى زيادة اللياقة البدنية للجسم.

ترى الباحثة أن تنمية التفكير ضمن الوحدات التعليمية ساعد طالبات المجموعة التجريبية على زيادة مقدار تعلم الوثبات في الباليه قيد البحث بشكل أفضل من المجموعة الضابطة، والتي كانت تتعلم بالأسلوب التقليدي المتبع بالكلية، والذي يعتمد على الشرح اللفظي وإعطاء معارف ومعلومات من قبل المعلمة للطالبات، إذ يلقي العبء الأكبر على عاتق المعلمة دون إعطاء الفرصة للطالبات لتنمية الإعدادات الفكرية داخل الوحدة التعليمية أو يعلمهن كيفية التفكير فيما يؤدون، الأمر الذي لا يتيح للطالبة إدراك وفهم ووعي ما تتعلمه، بالإضافة إلى أن مادة الباليه وما يتضمنه المنهج والمقرر من مجموعة من الوثبات تؤدي بشكل مترابط تتميز بالتنوع نظراً لتفاعل عدة عناصر في وقت واحد، مما يتطلب تنمية واستخدام التفكير عند تعلم الوثبات، باعتبارها من المهارات الهامة والأساسية في مادة الباليه.

تتفق نتائج الدراسة مع "تريب Tripp, D.H" (٢٠٠٨م) (١٧) في أن برامج التفكير تحسن مستوى الأداء المهاري، كما تتفق هذه النتيجة أيضاً مع ما أشار إليه "سيجال وآخرون Segal, J, W, et al." (٢٠٠٥م) (١٦) أن الطالبة عندما تؤدي مهارة حركية فإنها لا تؤدي ذلك بجسمها أو عضلاتها أو باستخدام الرجلين أو الذراعين أو الرأس مثلاً، لكنها تؤدي ذلك باستخدام عقلها وتفكيرها.

يتضح أيضاً من الجدول (٤) والشكل البياني (١) أن المجموعة الضابطة قد حققت فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لمتغير *Changement de Paid*، الوثب من الوضع الأول *Sauté*، ومستوى الأداء الفني للوثبات في الباليه بنسب تحسن ضئيلة، بينما لا توجد فروق دالة إحصائية في باقي المتغيرات قيد البحث، الأمر الذي ترجعه الباحثة إلى ضرورة عدم اغفال الطريقة التقليدية المتبعة بالكلية لتوصيل المعارف والمعلومات للطالبات من قبل المعلمة، ولكن عدم تحقيق فروق دالة إحصائية في باقي المتغيرات يدل على أن هذه الطريقة يشوبها بعض القصور، والذي ترجعه الباحثة إلى عدم تفعيل دور الطالبات في العملية التعليمية والتدريبية، بالإضافة إلى عدم تنمية مهارات التفكير لديهن، فمهارات التفكير تجعل الطالبات أكثر قدرة على الفهم والإدراك والوعي والقدرة على التركيز والتذكر وهذا يتفق مع "تاش Nash, N." (٢٠٠٦م) (١٤) في أن المعلم لا يهتم بالإعدادات الفكرية داخل الوحدة التعليمية، وأن دور المعلم في المجال الرياضي قاصراً على نقل المعلومات والمعارف، الأمر الذي يحتاج إلى صحة، حيث أصبح من الضروري تدريب الطالبات على التفكير لتطوير قدراتهن في المهارات الحركية.

وبذلك يتحقق صحة الفرضين الأول جزئياً والثاني كلياً واللذان ينصان على:

- ١- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الوعي الذاتي ومستوى أداء الوثبات والمستوى الفني للوثبات في الباليه (قيد البحث) والصالح القياس البعدي.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.

#### الإستخلاصات والتوصيات:

##### أولاً: الإستخلاصات:

- ١- برنامج التفكير كان له تأثيراً إيجابياً على الوعي الذاتي ومستوى الأداء الفني للوثبات في الباليه.
- ٢- تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث.

٣- البرنامج التقليدي المتبع في المنهج الدراسي بالكلية غير كافي للوصول إلى مستوى جيد مهارياً، حيث يتضح ذلك من خلال نتائج المجموعة الضابطة مقارنةً بنتائج المجموعة التجريبية.

ثانياً: التوصيات:

- ١- تطبيق برنامج التفكير بجانب الأساليب التدريسية والتعليمية في كليات التربية الرياضية لكل المواد العملية.
- ٢- استخدام برنامج التفكير كأحد الأساليب المستخدمة لتحقيق ضمان الجودة والإعتماد في التعليم الجامعي.
- ٣- الإهتمام بتنمية مهارات التفكير للطالبات من خلال دمجها مع المقررات الدراسية.
- ٤- إعداد برامج لتنمية مهارات التفكير في باقى المقررات العملية.
- ٥- إدخال أسلوب التفكير كأحد أساليب التعليم والتعلم لمقررات التعبير الحركي.
- ٦- إعداد دورات تدريبية للمعلمين لكي يتعرفوا على مفهوم أسلوب التفكير واسسه وخطواته واستراتيجيات تنفيذه

المراجع:

أولاً - المراجع العربية :

- ١- أمال محمد يوسف ونشوى نافع (٢٠٠٦م): "تأثير برنامج نفسى حركى على الوعى الذاتى وعلاقته بالعوامل المؤثرة في مستوى أداء الطالبات للتمرينات والتعبير الحركي الحديث"، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية.
- ٢- أميرة محمد مطر (٢٠١٠م): مذكرات في الجمباز الفنى للفرقة الثانية، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، القاهرة.
- ٣- سلوى محمد هوساوى (٢٠٠٨م): "فعالية برنامج قبعات التفكير الست في تنمية وتوجيه أساليب التفكير لدى عينة من طالبات كلية التربية بمحافظة جدة"، رسالة دكتوراه غير منشورة، فرع كليات البنات، جامعة الملك عبد العزيز.
- ٤- صفية أحمد محى الدين وسامية ربيع محمد (٢٠٠٢م): الباليه والرقص الحديث، القاهرة.
- ٥- صلاح أحمد مراد وأمين على محمد سليمان (٢٠١٢م): الاختبارات والمقاييس في العلوم النفسية والتربوية، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- ٦- عفاف عبد الله ونهاد محمد (٢٠٠٨م): "أثر برنامج كورت في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد"، مجلة علوم الرياضة، جامعة بغداد.
- ٧- قيس إبراهيم صالح المقدادى (٢٠٠٠م): "أثر برنامج تعليم التفكير الناقد على تطوير الخصائص الإبداعية، وتقدير الذات لدى طلبة الصف الحادى عشر"، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة الأردن.
- ٨- كمال عبد الحميد إسماعيل (٢٠١٦م): اختبارات قياس وتقويم الأداء المصاحبة لعلم حركة الإنسان، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٩- محمد العربى (٢٠٠٢م): "التدريب العقلى في المجال الرياضى"، ط٢، دار الفكر العربى، القاهرة.
- ١٠- محمد حسن علاوى ومحمد نصر الدين (٢٠٠١م): إختبارات الأداء الحركى، دار الفكر العربى، القاهرة.
- ١١- نفين حمزة شرف (٢٠٠٨م): "أثر التدريس باستخدام إستراتيجيات الذكاءات المتعددة والقبعات الستة K.W.L. في التحصيل والتواصل والترابط الرياضى لدى طالبات الصف الثالث المتوسط بمدينة مكة المكرمة"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

ثانياً – المراجع الأجنبية :

- 12- Huppert, J., J. Yaakobi and Lezarovritz, R. (2002): "Learning microbiology with computer simulation, student's academic achievement by method and gender". Res. Sci. Technol. Educ., 16, 231-245. DOI, 10.1080/0263514980160210.
- 13- Lefrancois, G.R. (2005): "The ories of human learning" 5<sup>th</sup> Edn., Wadsworth Publishing, ISBN-10: 0534641520, PP: 496.
- 14- Nash, N. (2006): Developing creativity and critical thinking skills in learning.
- 15- Paul, R. (2003): Critical thinking: What every person needs to survive in a rapidly changing world. 3<sup>rd</sup> Edn. Foundation for Critical Thinking, Santa Rosa ISBN: 0944583083, PP: 505.
- 16- Segal, J.W., S.F. Chipman and R. Glaser (2005): Thinking and learning skills: Volume 1: Relating Instruction to Research (Psychology of Education and Instruction Series). 2<sup>nd</sup> Edn., Routledge, ISBN-10: 0898591651, PP: 554.
- 17- Tripp, D.H. (2008): The evaluation of the De Bono (Cort) Thinking Project some the oretical issues. Stud. Educ. Evaluat., 6: 185-194.

ثانياً – مراجع شبكة المعلومات الدولية :

- 18- <http://www.memar.net/vb/showthead.phb?t=6>
- 19- [Faculty.mu.edu.sa](http://Faculty.mu.edu.sa)
- 20- [Alothmany.me](http://Alothmany.me)
- 21- [www.alukah.net](http://www.alukah.net)
- 22- <https://books.google.com>

ملخص البحث :

الملخص باللغة العربية:

يهدف البحث إلى التعرف على فاعلية برنامج للتفكير على الوعي الذاتى ومستوى الأداء الفنى للوثبات فى الباليه لطالبات الفرقة الأولى.

وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذو القياس القبلى البعدى لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وطبق البحث على طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الزقازيق للعام الدراسى (٢٠١٦-٢٠١٧) بمتوسط عمر (١٢,١٨) عام، تم استخدام مقياس الوعي الذاتى، بعض الاختبارات البدنية التى تقيس (القدرة العضلية - التوافق - الرشاقة - التوازن - المرونة) كما تم استخدام إختبار الذكاء.

وقد أسفرت أهم النتائج أن برنامج التفكير ينمى الوعي الذاتى للطالبات ومن ثم تحسن مستوى الأداء الفنى للوثبات فى الباليه لطالبات الفرقة الأولى.

وتوصى الباحثة بتطبيق برنامج التفكير فى بداية محاضرة التعبير الحركى لتأثيره الفعال والايجابى على الوعي الذاتى، ومن ثم الإرتقاء بمستوى الأداء الفنى للوثبات فى الباليه لطالبات الفرقة الأولى.

الكلمات المفتاحية: (التفكير - الكورت - الوعي الذاتى - الوثبات - الباليه).

الملخص باللغة الانجليزية :

The world is providing now information on most uses of life scientific, educational, cultural, thinking and other purview of vital life, which made learning of thinking skills of the basic stages are importance .distinct within their core target systems

The research aims to identify the efficiency of thinking educational program on self-awareness and .technical performance level of sauté in ballet of the 1rd grade female students

The researcher used the experimental approach using the experimental design with pre and post measurements for two experimental and control groups. The research was applied to 1rd grade female students, Faculty of Physical Education (girls), Zagazig University (2016-2017) with average age (18.12) years. The researcher used self-awareness scale, some physical test were measured muscular ability, .compatibility, agility, balance, flexibility and intelligence testing

The results revealed that the thinking educational program was statistically significant and positively .affect on self-awareness and technical performance level of sauté in ballet of the 1rd grade female students

The researcher recommends to apply the thinking program at the beginning of the dance lecture for its effective and positively effect on self-awareness and technical performance level of sauté in ballet of 1rd .grade female students

.(Key Words: (Thinking – Cort – Self Awareness – Sautè – Ballet