

تصميم وبرمجة حقيبة تعليمية إلكترونية وتأثيرها علي التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات الأساسية في البالية

د. سمر عبد الحميد السيد عبد الحميد

مدرس بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركي
(شعبة التعبير الحركي)، بكلية التربية الرياضية
للبنات، جامعة الزقازيق، مصر

ملخص البحث

يهدف البحث إلي بناء حقيبة تعليمية إلكترونية ومعرفة تأثيرها علي تعلم بعض المهارات الأساسية في البالية (قيد البحث) وعلي التحصيل المعرفي للمهارات الأساسية في البالية، وقد إستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو القياس القبلي البعدي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وطبق البحث على عينة من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق للعام الدراسي ٢٠١٥م/٢٠١٦م، بلغ قوامها (٦٠) طالبة قُسمت إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (٣٠) طالبة، وقد استخدمت الباحثة بعض الاختبارات لقياس الصفات البدنية، والاختبار المعرفي للمهارات الأساسية المستخدمة، وقد أسفرت نتائج البحث على أن البرنامج المقترح باستخدام الحقيبة التعليمية الإلكترونية والذي يحتوى علي (CD- الكتيب المبرمج - المطوية) له تأثير إيجابي علي تحسين مستوى أداء المهارات الأساسية في البالية (قيد البحث) والتحصيل المعرفي، وأوصت الباحثة بضرورة إنشاء معمل خاص بالتعبير الحركي يضم جميع الوسائط التكنولوجية البصرية والسمعية البصرية وضرورة تطبيق البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الحقيبة التعليمية الإلكترونية علي جميع الأنشطة الرياضية الأخرى

المقدمة وأهمية البحث

يشهد عصرنا الحاضر تطوراً كبيراً وسريعاً في شتي مجالات الحياة، وقد حظى التميز العلمي والتفوق التكنولوجي بنصيب كبير من خلال المؤسسات التعليمية المختلفة ومراكز البحث العلمي، فهذا التطور لم يكن نتيجة الصدفة بل هو نتيجة التخطيط العلمي السليم والجهد المتواصل من قبل الباحثين والخبراء والمتخصصين في استخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة لإيجاد أفضل الوسائل التعليمية لتعليم وتطوير المهارات الحركية الأساسية والنهوض بمادة التخصص واستخدام كل ما هو مستحدث وتكنولوجي للوصول الي نتاج تعليمي أفضل بأقل جهد ممكن وفق قواعد وأساليب حديثة تأخذ في عين الاعتبار مراعاة الفروق الفردية، حيث أن مواكبة المستحدثات التكنولوجية وما تقدمه من كم هائل من المعلومات مختلفة المصادر تفرض علي العملية التعليمية الاندماج في الثورة المعلوماتية للانفتاح علي مختلف ثقافات العالم، وهناك العديد من الإتجاهات التكنولوجية الحديثة التي استخدمت أكثر من وسيط في عملية التعليم والتعلم مثل (مالتى ميديا Multi media - هيبيرميديا Hypermedia - الحقيبة التعليمية الإلكترونية Electronic

المعلم والمتعلم لإيجاد حلول مبتكرة في التعلم والأنقال من مرحلة التعليم التقليدي السلبي إلي التعليم الذاتي الإيجابي لتوطيد العلاقة بين العلم والتكنولوجيا (٤ : ٢) (٢٨ : ٤٥)

وهناك العديد من أشكال وأساليب نظم التعلم ، فهي تتقارب في المبادئ العامة لها وتختلف في بعض الخصائص المميزة لكل أسلوب ومنها التعلم الذاتي الذي يعد نمط من التعليم المخطط ، المنظم ، والموجه ذاتياً يمارس فيه المتعلم النشاطات التعليمية (فردياً) وينتقل من نشاط إلي آخر نحو الأهداف التعليمية بحرية وبالمقدار والسرعة التي تناسبه مستعيناً في ذلك بالتقويم الذاتي وتوجيهات المعلم وإرشاداته حينما يلزم الأمر . (١٧ : ٧٩ ، ٢٨٦)

فالتعلم الذاتي يكتسب فيه المتعلم المعلومات والمهارات نتيجة الجهد الذي يبذله للوصول لل غاية النهائية ، وهو نشاط تعليمي يقوم به المتعلم مدفوع برغبة ذاتية بهدف تنمية استعداداته وقدراته وإمكانياته مستجيباً لميوله وأهتماماته بما يحقق تنمية شخصيته وتكاملها والتفاعل الناجح مع مجتمعة عن طريق الأعتداع علي نفسه والثقة بقدراته في كيفية الحصول علي مصادر التعلم خلال العملية التعليمية . (١٤ : ٢٣)

و يشير " كمال عبد الحميد زيتون " (٢٠٠٤م) أن البرامج التكنولوجية الحديثة تراعي تعلم الطالبة وفقاً لقدراتها الذاتية وتترك لها التنقل في البرنامج التعليمي بحرية فتكتسب مهارات التفكير التكنولوجي لمواجهة التطور والتعايش معه وقد يمكنها أن تقلل وقت التعليم وتزيد من معدل التغذية الرجعية لديها . (١٧ : ٢٦٣ ، ٢٦٢)

وفي هذا الصدد يوضح "مصطفى السايح" (١٩٩٥م) أن التعليم بإستخدام البرمجيات التعليمية المتعددة والمتنوعة يوفر نسبة كبيرة من الوقت تصل إلي ٥٠% من الوقت الكلي للتعليم مما يعني أنخفاض تكلفة التعليم ، وزيادة التحصيل الدراسي . (٢٠ : ١٦٤)

وتعتبر الحقيبة التعليمية الإلكترونية إحدى وسائل التعلم التي بها كافة الإرشادات والتوجيهات لتسهيل عملية التعلم الذاتي ، كما إنها عبارة عن برنامج تعليمي متكامل مُصمم بطريقة مُنهجة و مُنظمة تساعد المتعلمين علي التعلم الفعال بتزويدهم بإرشادات مفصلة تقودهم في عملية التعلم ، وتهيئ لهم مواد تعليمية مناسبة علي شكل مطبوعات أو تقنيات سمعية أو بصرية أو مرئية كلاً وفق قدراته وقابليته للتعلم ليصل إلي مستوى متميز في الأداء ، فلا بد من إستخدام كل ما هو مستحدث للوصول الي أفضل ناتج تعليمي بأقل جهد ممكن للأرتقاء بالعملية التعليمية لأنها أحد أساسيات بناء وتشكيل جوانب الاداء المعرفي والمهارى والوجداني . (١ : ٢٥)

وفي هذا الصدد ترى " وفيقة مصطفى سالم " (٢٠٠١م) أن الحقيبة التعليمية تساعد المتعلم علي تكامل الخبرات لديه و لها أهمية كبيرة للمتعلم حيث تراعي مبدأ الفروق الفردية من حيث المدركات حيث أن تكوين المدركات يختلف من متعلم إلي آخر فهي تساعد المتعلم إلي تحقيق أكبر قدر من المدركات الحسية ، فتهياً للمتعلم الخبرة المرئية عن طريق الأفلام والصور التعليمية والخبرة المسموعة من خلال الأسطوانات والتسجيلات الصوتية والخبرة الحسية باللمس من خلال التركيب والحل عن طريق العينات وتساعد المتعلم أيضاً علي إتقان المهارة وتطبيقها في مواقف مختلفة حيث تساعد الحقيبة التعليمية الالكترونية المتعلم علي عدم الانتقال من جزء من المادة التعليمية إلي الجزء الذي يليه إلا بعد إتقان تعلم الجزء الأول ، فهي تحقق أكبر قدر من التجاوب والتفاعل للمتعلم لتحقيق الأهداف التعليمية المحددة. (٢٤ : ١٥٥) (٣٠)

والحقيبة التعليمية الالكترونية عند تصميمها تقوم بعدة مراحل وهي مرحلة التحليل و مرحلة التركيب ومرحلة التقويم ، فمرحلة التحليل يتم فيها تحديد الأهداف العامة للحقيبة التعليمية وتحديد الخصائص الفردية للمتعلم وتحديد المحتوى العلمي المراد تعلمه ، ومرحلة التركيب يتم فيها تحديد الأنشطة التعليمية ووسائل الأتصال التعليمية المستخدمة ، ومرحلة التقويم وهي من أهم المراحل حيث يتم فيها عرض الحقيبة علي مجموعة من المحكمين للحكم علي مدى تكامل مكونات الحقيبة لتحقيق الأهداف سواء كانت (أهداف معرفية - نفس حركية - إنفعالية) والتأكد من تأثير الحقيبة التعليمية الالكترونية علي تعديل سلوك المتعلم والوصول إلي تعلم أفضل.(٢٤ : ١٧٠ ، ١٧١)

ويعد فن البالية أحد فروع التعبير الحركي بالإضافة إلي انه أحد العناصر الأساسية المهمة للعديد من الأنشطة التي تدخل في تقييمها العنصر الفني للأداء الحركي ، كما يمتاز فن البالية بكثرة متطلباته وواجباته الحركية التي ينبغي علي المتعلمين الإلمام بالجوانب الفنية والتعليمية الخاصة بها لتحسين مستوى الأداء ، وهذا يتطلب دائماً استخدام أساليب حديثة وتقنيات جديدة لتحسين الأداء الفني للمهارات اعتماداً علي التعلم الذاتي للمتعلم من خلال مشاهدة النموذج التعليمي المستخدم والمسجل علي الأقراص المدمجة بصورة تفصيلية مع شرح النقاط الفنية والتعليمية الخاصة ببعض مهارات البالية المستخدمة.(١٢ : ١٥)

ومن هنا جاءت أهمية وفكرة البحث في تصميم وبرمجة حقيبة تعليمية إلكترونية منبثقة من المنهج التعليمي الأساسي المقرر علي طالبات الفرقة الثانية لمادة التعبير الحركي حيث تحتوي الحقيبة التعليمية الالكترونية علي برمجية لبعض المهارات يمارسها الطالبات ذاتياً خطوة بخطوة بما تتناسب مع قدراتهم وميولهم ورغباتهم للوصول إلي الأداء الأمثل أو المستوى المهاري المطلوب

مشكلة البحث

إن الطرق والأساليب المستخدمة في البرنامج الدراسي لتعلم بعض مهارات البالية لطالبات الفرقة الثانية بالكلية تأخذ الكثير من الوقت والجهد ، وإن مستوى الأداء المهاري لدى الطالبات يفتقر إلي بعض فنيات الأداء الصحيح ، وبناءً علي درجات هؤلاء الطالبات في الفرقة الأولى (العام الدراسي الماضي) والأطلاع عليها وجد إنخفاض ملحوظ في مستوى الدرجات للأداء المهاري وترجع الباحثة هذا الانخفاض في المستوى إلي أنه قد يكون هناك قصور في طرق التدريس المتبعة والتصور الخاطئ للطالبات نتيجة لعدم استخدام جميع الحواس عند تدريس تلك المهارات للطالبات ، حيث تعتمد الطالبات اعتماداً كلياً علي ما يقدمه المعلم وبالتالي هذه الطريقة لاتأخذ بعين الاعتبار مراعاة الفروق الفردية والقدرات العقلية والمهارية لدى الطالبات ، كما أن هناك من لا يستطيع منهن رؤية النموذج الصحيح للمهارة نتيجة لزيادة الأعداد داخل صالة التدريب الواحدة بالإضافة إلي إهدار الوقت حيث أنهم يحتاجون إلي مدة زمنية طويلة لإتقان الأداء المهاري مما يؤدي إلي انخفاض دافعتهم لتعلم المهارة وانخفاض القدرة علي التحصيل المعرفي والأداء الحركي لديهن.

وتري الباحثة أن استخدام الحقيبة التعليمية الالكترونية هي أسلوب حديث ذات تقنية عالية في مجال التدريس بصفة عامة والتربية الرياضية بصفة خاصة حيث أنها تحتوي علي الفيديو الخاص ببعض المهارات قيد البحث و الصور المسلسلة و النص المكتوب للنقاط التعليمية والفنية وذلك يتم بطريقة خطية متتابعة له بداية ونهاية ، حيث إنها تشجع الطالبات علي التعلم تبعاً لقدراتهن وإمكانياتهن وسرعاتهن الذاتية من خلال استخدام الحاسوب لشرح المهارات بطريقة مبسطة ومتدرجة ، فهي تراعي الفروق الفردية والقدرات العقلية و المهارية بينهن .

ومن خلال القراءات المتعددة للمراجع العلمية المتخصصة في مجال فن البالية أيضاً من خلال المسح المرجعي للدراسات والبحوث السابقة وعن طريق الشبكة الدولية للمعلومات وعلي حد علم الباحثة انه لم يتعرض احد الباحثين في مجال التعبير الحركي استخدام الحقيبة التعليمية الالكترونية في تعلم بعض المهارات الأساسية للبالية ، لذا فالبحث الحالي هو محاولة لتجريب أسلوب جديد من أساليب تقنيات التعليم المستحدثة التي يمكن من خلالها تقديم المحتوى العلمي باستخدام إستراتيجيات جديدة للتدريس .

أهداف البحث

يهدف البحث الي بناء حقيبة تعليمية إلكترونية ومعرفة تأثيرها علي :-

١- تعلم بعض المهارات الأساسية في البالية والمتمثلة في (مهارة البادوشاة Pas de Chat - مهارة الإيشاببية Echappe - مهارة السييسون Sissionne - والحركات الرابطة البادوبيرية Pas de pouree)

٢- التحصيل المعرفي للمهارات الأساسية في البالية (قيد البحث) .
فروض البحث

١- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى تعلم بعض المهارات الأساسية في البالية Echappe-Pas de Chat-Sissionne-Pas de pouree) والتحصيـل المعرفي لصالح القياس البعدي.
٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين لكلاً من المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى تعلم المهارات الأساسية في البالية Echappe-Pas de Chat-Sissionne- Pas de pouree) والتحصيـل المعرفي لصالح المجموعة التجريبية .

مصطلحات البحث

١- البرمجة Programming

"أحد البرامج التطبيقية للحاسب الآلي وتستخدم لتوضيح فكرة معينة أو تحقيق هدف معين بالرسوم و الصور والبيانات والنصوص والصوت والفيديو". (٣١)

٢- الحقيبة التعليمية الإلكترونية: Electronic educational bag

"نظام في التعلم الذاتي ينظم المادة التعليمية في وسائل متعددة تقود المتعلم إلى تحقيق أهداف التدريس بأعلى فاعلية وقد تستخدم مواد مطبوعة أو كتيبات مبرمجة وشرائح وأشرطة وشفافيات وتسجيلات ومجسمات وغيرها تتكامل مع بعضها". (٢٤ : ١٦٦)

٣- التحصيل المعرفي Collection of knowledge

" المعلومات التي أكتسبتها الطالبة من خلال الموضوعات الدراسية ويقاس بالدرجة التي تحصل عليها الطالبة من أحد أختبارات التحصيل". (٢ : ٦٤)

٤- المهارات الأساسية Basic skills

"مجموعة من الحركات التي تحتاج إلى فترات طويلة من التمرين والتدريب ومقدرة عالية علي التحمل لإتقان أدائها بصورة صحيحة". (*)

٥- البالية Ballet

" فن رفيع المستوي يعبر عن فكرة واقعية أو خيالية مستخدماً قدرات جسمية عالية في التعبير عن هذه الفكرة مستعيناً بعناصر فنية متعددة مثل الموسيقى ، الديكور ، الإضاءة ، الملابس". (١٤ : ١) (*) تعريف إجرائي

الدراسات المرجعية

قامت الباحثة بالمشح المرجعي للعديد من الابحاث والدراسات فعلي حد علمها لم تجد دراسة واحدة استخدمت الحقيبة التعليمية الالكترونية في التعبير الحركي .

دراسات مرجعية خاصة بالحقيبة التعليمية

- ١- قام " أحمد رمضان عبد الحكم " (٢٠١٥م) (٣) بدراسة بعنوان "تأثير برمجة تعليمية بإستخدام الوسائط الفائقة علي مستوى المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ المعاهد الأزهرية بالقليوبية "تهدف الدراسة إلي تصميم برمجة تعليمية بإستخدام أسلوب الوسائط الفائقة لتنمية بعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ المعاهد الأزهرية بالقليوبية ،أستخدم الباحث المنهج التجريبي، واشتملت عينة الدراسة علي (٣٠) تلميذ تم تقسيمهم إلي مجموعتين أحدهما تجريبية وعددهم (١٥) تلميذ والأخري ضابطة وعددهم (١٥) تلميذ ، وأشارت النتائج التي توصل اليها الباحث الي أن البرنامج المقترح بإستخدام الوسائط الفائقة له تأثير إيجابي علي مستوى المهارات الحركية الأساسية للتلاميذ.
- ٢- قام "تامر جمال " (٢٠١١م)(٦) بدراسة بعنوان "تأثير برمجة تعليمية بإستخدام الوسائط الفائقة علي تعلم بعض المهارات الهجومية في رياضة المبارزة وتأثيرها علي التحصيل المعرفي " تهدف الدراسة إلي تصميم برمجة تعليمية بإستخدام أسلوب الوسائط الفائقة لتعلم بعض المهارات الهجومية في رياضة المبارزة وتأثيرها علي التحصيل المعرفي ، أستخدم الباحث المنهج التجريبي ، واشتملت عينة الدراسة علي (٤٠) طالب من الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة بنها تم تقسيمهم إلي مجموعتين أحدهما تجريبية وعددهم (٢٠) طالب والأخري ضابطة وعددهم (٢٠) طالب ، وأشارت النتائج التي توصل اليها الباحث إلي أن البرمجة ساهمت في تحسين مستوى تعلم المهارات الهجومية في رياضة المبارزة وتحسين التحصيل المعرفي لدي الطلاب .
- ٣- قام " سعيد غني نوري " (٢٠١٠م) (١٣) بدراسة بعنوان "تصميم وبناء حقيبة تعليمية كوسيلة مساعدة في تعلم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة " تهدف الدراسة الي تصميم حقيبة تعليمية كوسيلة مساعدة في تعلم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة ،استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعات التجريبية المتكافئة ، واشتملت عينة الدراسة علي (٢٠) طالبة تم تقسيمهن الي مجموعتين (١٠) طالبات للمجموعة التجريبية ، (١٠) طالبات للمجموعة الضابطة ، وأشارت النتائج التي توصل اليها الباحث الي وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبارات البعدية بين المجموعة التي استخدمت الحقيبة التعليمية و المجموعة التي مارست التعلم التقليدي لصالح المجموعة التي استخدمت الحقيبة التعليمية .

٤- قام "حسين عبد السلام" (٢٠٠٨ م) (٨) بدراسة بعنوان "أثر استخدام حقيبة تعليمية مبرمجة في التعلم المعرفي والمهاري الذاتي للإرسال والاستقبال بالكرة الطائرة" تهدف الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام حقيبة تعليمية مبرمجة في التعلم المعرفي والمهاري الذاتي للإرسال والاستقبال بالكرة الطائرة، ومقارنتها بالطريقة التقليدية، أشتملت عينة الدراسة على (٣٠) طالباً في مدارس روضة المعارف الأهلية وزعوا على مجموعتين مجموعة الضابطة (١٥) طالباً تعلمت بالطريقة التقليدية، المجموعة التجريبية تكونت من (١٥) طالبا تعلمت بالطريقة الذاتية باستخدام الحقيبة التعليمية المبرمجة و بعد التحليل الإحصائي توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية أن الطريقتين أثرتا ايجابياً في تعلم مهاري الإرسال والاستقبال وتحسن القياس البعدي مقارنة مع القبلي و أظهرت النتائج أفضلية التعلم المعرفي والمهاري الذاتي للإرسال والاستقبال باستخدام الحقيبة المبرمجة مقارنة بالطريقة التقليدية. وأوصى الباحث باستخدام الحقيبة التعليمية المبرمجة في التعلم المهاري والمعرفي الذاتي بالكرة الطائرة.

٥- قام لمياء حسن الديوان (٢٠٠٦ م) (١٨) بدراسة بعنوان " أثر استخدام الحقيبة التعليمية على مستوى تعلم بعض المهارات الهجومية بسلاح الشيش للمبتدئات" التي تهدف الي التعرف علي أثر استخدام الحقيبة التعليمية على مستوى تعلم بعض المهارات الهجومية بسلاح الشيش للمبتدئات، استخدم الباحث المنهج التجريبي، أشتملت عينة الدراسة علي ١٢ لاعب، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن الحقيبة التعليمية ذات أثر ايجابي في تعلم بعض المهارات الهجومية في سلاح الشيش.

٦- قامت "رضا أحمد سعد" (٢٠٠٤ م) (١٠) بدراسة بعنوان " تأثير برنامج مقترح بإستخدام الحقيبة التعليمية علي تعلم بعض مهارات الجمباز لدي طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا " وتهدف الدراسة الي إعداد برنامج مقترح بإستخدام الحقيبة التعليمية علي تعلم بعض مهارات الجمباز لدي طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا ، وأشتملت عينة الدراسة علي (٢٠) طالبة تم تقسيمهن الي مجموعتين (١٠) طالبات للمجموعة التجريبية ، (١٠) طالبات للمجموعة الضابطة ، وأشارت النتائج التي توصل اليها الباحثة الي أن الي وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبارات البعدية بين المجموعة التي أستخدمت الحقيبة التعليمية و المجموعة التي مارست التعلم التقليدي لصالح المجموعة التي أستخدمت الحقيبة التعليمية .

دراسات مرجعية خاصة بالبالية

٧- قامت "غادة محمد يوسف" (٢٠٠٦ م) (١٦) بدراسة بعنوان " فاعلية برنامج بأستخدام الهيرميديا علي مستوى أداء المهارات الاساسية في البالية " تهدف الدراسة الي أستخدام برنامج الهيرميديا المقترح لتعليم بعض المهارات الاساسية في البالية، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمة

لهذا البحث، واشتملت عينة الدراسة علي (٤٨) طالبة تم تقسيمهن الي مجموعتين (٢٤) طالبة مجموعة تجريبية (٢٤) طالبة مجموعة ضابطة وتوصلت الباحثة الي ان المجموعة التجريبية التي استخدمت الهيرميديا تفوقت علي المجموعة الضابطة.

٨- قامت " أنتصار عبد العزيز حلمي " (٢٠٠٨) (٥) بدراسة بعنوان " فاعلية برنامج مقترح بأسلوب الوسائط المتعددة علي مستوى أداء بعض المهارات الحركية في البالية والرضا الحركي والتحصيل المعرفي " تهدف الدراسة الي استخدام برنامج مقترح بأسلوب الوسائط المتعددة لمعرفة تأثيره علي بعض المهارات الحركية في البالية ، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمة لهذا البحث، واشتملت عينة الدراسة علي (٤٠) طالبة تم تقسيمهن الي مجموعتين (٢٠) طالبة مجموعة تجريبية (٢٠) طالبة مجموعة ضابطة ، توصلت الباحثة الي ان البرنامج المقترح بأسلوب الوسائط المتعددة له تأثير ايجابي علي مستوى أداء المهارات قيد البحث للمجموعة التجريبية ، ووجود فروق دالة إحصائية للمصالح المجموعة التجريبية في الرضا الحركي والتحصيل المعرفي في البالية .

إجراءات البحث

منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وذلك لملاءمته لطبيعة هذا البحث وذلك باستخدام القياس القبلي والبعدى لكل من المجموعتين الضابطة والتجريبية .

مجتمع وعينة البحث

يتكون مجتمع البحث من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الزقازيق للعام الدراسي ٢٠١٥م / ٢٠١٦م البالغ عددهن (٣٧٠) طالبة وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من طالبات الفرقة الثانية والبالغ عددهن (٦٠) طالبة ، وقد تم تقسيمهن الي مجموعتين بالتساوي قوام كل مجموعة (٣٠) طالبة للمجموعة التجريبية (٣٠) طالبة للمجموعة الضابطة والجدول رقم (١) يوضح تصنيف مجتمع وعينة البحث .

جدول (١)

تصنيف مجتمع وعينة البحث .

| عينة البحث | | إجمالي العينة المسحوبة | مجتمع البحث |
|--------------|--------------------|------------------------|-------------|
| مجموعة ضابطة | العينة الاستطلاعية | | |
| ٣٠ | ٣٠ | ٧٢ | ٣٧٠ |

أسباب اختيار عينة البحث :

- مادة التعبير الحركي مقررة علي طالبات الفرقة الثانية في الفصل الدراسي الثاني ومعظم المهارات قيد البحث يتم دراستها لأول مرة ضمن مقرر البالية لنفس الفرقة كما هو موجود داخل توصيف الفرقة الثانية .
 - تقوم الباحثة بالتدريس لهن مما يوفر الجو المناسب للبحث وضبط المتغيرات .
 - طالبات عينة البحث غير مشتركات في أبحاث أخرى .
- وقد قامت الباحثة بالتأكد من إعتدالية العينة الكلية للبحث قامت الباحثة بإيجاد التجانس في متغيرات النمو (السن-الطول - الوزن- التحصيل المعرفي)، والمتغيرات البدنية وتشمل علي (قوة عضلات الرجلين- قدرة الرجلين - الرشاقة - التوافق العضلي العصبي - التوازن الثابت - مرونة الجذع) ويتضح ذلك من خلال جدول رقم (٢)، (٣).

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمجتمع البحث في المتغيرات الأنثروبومترية " السن - الطول - الوزن "، القدرات العقلية، الاختبار المعرفي ن = ٧٢

| المتغير | وحدة القياس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|------------------|-------------|-----------------|-------------------|----------------|
| السن | سنة | ١٨,٠٩٧ | ٠,٤٧٩ | ٠,٢٦٨ |
| الطول | سم | ١٦٣,٧٠٨ | ٤,٤٦٣ | ٠,١٠٢ |
| الوزن | كجم | ٦٢,٣٧٥ | ٢,٢٤١ | ٠,٧٢٥ |
| القدرات العقلية | درجة | ٩٧,٧٩١ | ١,١٤٩ | ٠,٩٥٠ |
| الاختبار المعرفي | درجة | ٢٥,١٥٥ | ٢,٨٠٩ | ٢,٤٤٦ |

يتضح من الجدول رقم (٢) أن معاملات الالتواء لمجتمع البحث في المتغيرات قيد البحث قد إنحصرت ما بين (+،-٣) مما يدل على أن مجتمع البحث إعتدالي طبيعي في متغيرات (السن، الطول، الوزن)، القدرات العقلية، الاختبار المعرفي.

جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمجتمع البحث في المتغيرات البدنية والمهارية والمعرفية

ن=٧٢

| المتغيرات | الاختبارات | وحدة القياس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|-----------|-------------------------|-------------|-----------------|-------------------|----------------|
| البدنية | قوة عضلات الرجلين | ث/كجم | ١,٣٧٤ | ٠,٠٠٧ | ١,٩٤٦ |
| | قدرة الرجلين (وثب عريض) | سم | ٧١,٨٨٩ | ٢,٠١٨ | ٠,٥٦٩ |
| | التوارن | ث | ٢,٢٦٧ | ٠,٠١١ | ٠,٧٧٤- |
| | الرشاقة | ث | ٦,٥٣٣ | ٠,٠١٨ | ٠,٤٥٩ |
| | المرونة | سم | ١٤,٤٥٠ | ٠,٤٥١ | ٠,١٢٧ |
| | التوافق العضلي العصبي | درجة | ٥٢,٩٧٧ | ٠,٠٣٨ | ٢,١٥٣- |
| المهارية | echappe | درجة | ١,٥١٤ | ١,٢٣٣ | ٠,٤٠٧ |
| | Pas de cha | درجة | ١,٠٨٣ | ٠,٩١٥ | ٠,١٧٢ |
| | Sissonne ferme | درجة | ١,٧٣٦ | ٠,٧٦٩ | ٠,٨٧٨ |
| | Pas de baurree | درجة | ٠,٩١٧ | ٠,٦٢٢ | ٠,٠٥٥ |
| | الاختبار المعرفي | درجة | ٢٥,١٥٥ | ٢,٨٠٩ | ٠,٢٤٤- |

يتضح من الجدول رقم (٣) أن معاملات الإلتواء لمجتمع البحث في المتغيرات قيد البحث قد إنحصرت ما بين (+،-٣) مما يدل على أن مجتمع البحث إعتدالي طبيعي في المتغيرات (البدنية والمهارية والمعرفية).

وبعد التأكد من إعتدالية العينة الكلية في المتغيرات المختارة (قيد البحث) قامت الباحثة بسحب عينة إستطلاعية قوامها (١٢) طالبة من العينة الكلية وبذلك أصبحت عينة البحث الاساسية (٦٠) طالبة تم تقسيمهن إلى مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (٣٠) طالبة ، قامت الباحثة بإيجاد التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة والجدول رقم (٤) يوضح تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات المختارة (قيد البحث).

جدول (٤)

دلالة الفروق بين القياسات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البدنية المهارية

ن = ٦٠

| sig | قيمة " ت " | الفرق بين المتوسطين | المجموعة التجريبية (٣٠) | | المجموعة الضابطة (٣٠) | | وحدة القياس | الاختبارات | المتغير |
|-------|------------|---------------------|-------------------------|--------|-----------------------|--------|-------------|-------------------------|----------|
| | | | ع | س | ع | س | | | |
| ٠,٢٩٤ | ١,١٨٤ | ٠,٠٠٢- | ٠,٠٠٨ | ١,٣٧٥ | ٠,٠٠٧ | ١,٣٧٣ | ث/كجم | قوة عضلات الرجلين | البدنية |
| ٠,٣٤٤ | ٠,٤٤٤ | ٠,٢٣٣ | ١,٩٥٥ | ٧١,٨٠٠ | ٢,١٠٩ | ٧٢,٠٣٣ | سم | قدرة الرجلين (وثب عريض) | |
| ٠,١٢٤ | ١,٢٠٨ | ٠,٠٠٤- | ٠,٠١٠ | ٢,٢٦٨ | ٠,٠١٣ | ٢,٢٦٤ | ث | التوازن | |
| ٠,٠٢٥ | ١,٢٨٠ | ٠,٠٠٦ | ٠,٠١٤ | ٦,٥٣٠ | ٠,٠٢١ | ٦,٥٣٦ | ث | الرشاقة | |
| ٠,٤٣٣ | ٠,٢٦٤ | ٠,٠٣١- | ٠,٤٦٨ | ١٤,٤٧١ | ٠,٤٤٣ | ١٤,٤٤٠ | سم | المرونة | |
| ٠,١٥٩ | ١,٤٢٧ | ٠,٠٦٦- | ٠,٠٣٩ | ٥٢,٩٧٦ | ٠,٢٥٠ | ٥٢,٩١٠ | درجة | التوافق العضلي العصبي | |
| ٠,٧٥٥ | ٠,٣١٣ | ٠,١٠٠- | ١,٢٤٨ | ١,٦٠٠ | ١,٢٢٥ | ١,٥٠٠ | درجة | echappe | المهارية |
| ٠,٧٨٥ | ٠,٢٧٤ | ٠,٠٦٧- | ٠,٩٠٠ | ١,١٣٣ | ٠,٩٨٠ | ١,٠٦٧ | درجة | Pas de cha | |
| ٠,٨٦٠ | ٠,١٧٧ | ٠,٠٣٣ | ٠,٦٦١ | ١,٦٦٧ | ٠,٧٩٤ | ١,٧٠٠ | درجة | Sissonne ferme | |
| ٠,٤١٧ | ٠,٨١٨ | ٠,١٣٣ | ٠,٦٤٨ | ٠,٨٣٣ | ٠,٦١٥ | ٠,٩٦٧ | درجة | Pas de baurree | |
| ٠,٣٩٢ | ٠,٨٦٢ | ٠,٦٤٠- | ٢,٨٩٠ | ٢٥,٤١٢ | ٢,٨٥٩ | ٢٤,٧٧٢ | درجة | الاختبار المعرفي | |

ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٥ ودرجة حرية ٥٨ = ٢,٠١

يتضح من الجدول رقم (٤) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياسات القبلية مما يدل على تكافؤ المجموعتين في الاختبارات البدنية، المهارية، المعرفية.

وسائل وأدوات جمع البيانات :

١- أدوات وأجهزة البحث .

٢- الاختبارات (الاختبارات البدنية - الأختبار المعرفي) .

١- أجهزة وأدوات البحث :

❖ الحاسب الآلي : تم استخدام معمل الحاسب الآلي " تكنولوجيا التعلم" الخاص بكلية التربية

الرياضية للبنات جامعة الزقازيق حيث يحتوى على :-

❖ عدد ٥٠ جهاز حاسب آلي - جهاز داتا شو - بطاقة صوت للمعمل ككل - سماعة حاسب

آلي لكل جهاز

- ❖ أقراص مدمجة (CD) - معالج بانتيون ١١ بسرعة ٧٠٠ ميغا هيرتز - ذاكرة مؤقتة ١٢٨ ميغا بايت
 - ❖ بطاقة شاشة ٣٢ بايت - جهاز مسح ضوئي - جهاز الرستاميتير لقياس الطول والوزن .
 - ❖ جهاز الديناموميتر لقياس القوة العضلية للرجلين - ساعة إيقاف لقياس الزمن.
 - ❖ طباشير - حبال.
- *الاختبارات البدنية

بعد تحليل المهارات المقررة بجملة البالية للفرقة الثانية والاطلاع علي العديد من المراجع العلمية والدراسات السابقة قامت الباحثة بحصر أهم الصفات البدنية المرتبطة بتلك المهارات (Echappe-Pas de Chat-Sissionne- Pas de poure) وتم عرضها علي السادة الخبراء لتحديد انسب هذه الصفات البدنية والجدول رقم (٥) يوضح النسب المئوية لأراء الخبراء في الصفات المختارة مرفق رقم (٢)

جدول (٥)

النسب المئوية لأراء السادة الخبراء في الصفات البدنية المختارة ن = ١٠

| م | الصفات البدنية | النسبة المئوية للسادة الخبراء |
|----|-----------------------|-------------------------------|
| ١ | القوة العضلية | ٨٠% |
| ٢ | الرشاقة | ٨٠% |
| ٣ | التوافق | ٨٠% |
| ٤ | المرونة | ٩٠% |
| ٥ | التوازن | ٨٠% |
| ٦ | القدرة العضلية | ٩٠% |
| ٧ | التحمل العضلي | ٤٠% |
| ٨ | السرعة | ٦٠% |
| ٩ | التحمل الدوري التنفسي | ٥٠% |
| ١٠ | الدقة | ٦٠% |

وقد تم إختيار الصفات البدنية التي حصلت علي نسبة ٧٠% فأكثر من رأي السادة الخبراء كما تم حصر جميع الاختبارات التي تقيس تلك الصفات البدنية المختارة من قبل الخبراء . والجدول رقم (٦) يوضح النسب المئوية لأراء السادة الخبراء في الاختبارات البدنية المختارة قيد البحث.

جدول (٦)

النسب المئوية لأراء السادة الخبراء في الاختبارات البدنية المختارة

| م | الاختبارات | وحدة القياس | الصفات البدنية | رأي الخبراء |
|---|--------------------------------|-------------|-----------------------|-------------|
| ١ | إختبار الشد علي الديناموميتر . | ث/كجم | القوة العضلية للرجلين | ٨٠ % |
| ٢ | اختبار الجري الزجراجي . | ث | الرشاقة | ٨٠ % |
| ٣ | إختبار ثني الجذع من الوقوف. | سم | مرونة الجذع | ٩٠ % |
| ٤ | إختبار الوقوف علي مشط القدم. | ث | التوازن الثابت | ٨٠ % |
| ٥ | إختبار الدوائر المرقمة | ث | التوافق | ٨٠ % |
| ٦ | إختبار الوثب العريض من الثبات | سم | القدرة العضلية | ٩٠ % |

قد تم إختيار الاختبارات البدنية التي حصلت علي نسبة ٧٠% فأكثر من رأي السادة الخبراء

- الاختبار المعرفي للمهارات الأساسية في البالية (قيد البحث) مرفق رقم (٨)

قامت الباحثة بإستخدام الاختبار المعرفي للأستاذ دكتور/ انتصار عبد العزيز أستاذ التعبير الحركي بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق نظراً لأن هذا الاختبار مناسباً للمهارات المستخدمة في البحث وطبق أكثر من مرة ومعاملاته العلمية عالية وهو يحتوي علي (٤) محاور تشمل الاتي :

- فكرة عامة عن المهارة والبالية .
- كيفية الاداء (الخطوات الفنية والتعليمية).
- الاخطاء الشائعة .
- الزمن الموسيقي .

وكانت عدد الاسئلة الخاصة بالاختبار عددها (١٠٠) سؤال موزعة علي محاور الأختبار وأسئلة الأختبار متنوعة (إختبار من متعدد- الإجابة مكان النقط - (√) او (X).

طريقة تصحيح الاختبار :

تعطي نصف درجة لكل سؤال بواقع (٥٠) درجة لأسئلة الأختبار ككل وتحتسب الدرجة للطالبة كالأتي : من (٤٣ : ٥٠ درجة) ممتاز ، (٣٨ : ٤٢,٥ درجة) جيد جداً، من (٣٣ : ٣٧,٥ درجة) جيد ، من (٢٥ : ٣٢,٥ درجة) مقبول ، من (١٥ : ٢٤,٥ درجة) ضعيف، من (صفر : ١٤,٥ درجة) ضعيف جداً.

- الخطوات التمهيديّة والتنفيذية للبحث
الدراسة الاستطلاعية :

قامت الباحثة بإجراء التجربة الإستطلاعية خلال الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٠١٦/٢/١٤ إلى يوم الأحد الموافق ٢٠١٦/٢/٢١م علي العينة الأستطلاعية المختارة من مجتمع البحث وخارج

عينة البحث الأساسية وعددهن (١٢ طالبة) (كمجموعة غير مميزة) وتم اختيار عينة إستطلاعية من الطالبات المشتركات في الفرق الرياضية من نفس الفرقة بلغ عددهن (١٢ طالبة) (كمجموعة مميزة) بهدف إيجاد المعاملات العلمية لجميع المتغيرات قيد البحث للتأكد من صلاحية الأختبارات ومناسبة البرنامج التعليمي للطالبات.

المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) :-

الصدق Validity :-

تم حساب صدق الاختبارات البدنية المتمثلة في (القوة العضلية للرجلين - اختبار الجري الزجراجي - إختبار ثني الجذع للأمام من الجلوس الطويل - إختبار الوقوف علي مشط القدم - الوثب داخل الوائر المرقمة - قدرة الرجلين (الوثب العريض من الثبات) والمتغيرات المهارية والمعرفية عن طريق صدق التمايز بين المجموعتين المميزة وغير المميزة قوام كل منهما (١٢) طالبة ويوضح ذلك الجدول رقم (٧) .

جدول (٧)

دلالة الفروق بين المجموعتين غير المميزة والمميزة في المتغيرات البدنية، المهارية، المعرفية ن=٢٤

| ت | م ف | المجموعة المميزة | | المجموعة غيرالمميزة | | المتغيرات | |
|--------|--------|------------------|--------|---------------------|--------|-------------------------|----------|
| | | ع | م | ع | م | | |
| *٧,٦٣٦ | ٠,١٦٥- | ٠,٠٧٥ | ١,٥٣٨ | ٠,٠٠٥ | ١,٣٧٣ | قوة عضلات الرجلين | البدنية |
| *٥,٥٥٥ | ٤,٦٦٧- | ٢,٠٢١ | ٧٦,٤١٧ | ٢,٠٩٤ | ٧١,٧٥٠ | قدرة الرجلين (وثب عريض) | |
| *٤,٠٩٥ | ٠,٠١٩- | ٠,٠١٣ | ٢,٢٩٠ | ٠,٠٠٩ | ٢,٢٧١ | التوارن | |
| *٩,١٩٨ | ٠,٤٦٢ | ٠,١٧٣ | ٦,٠٦٨ | ٠,٠١٦ | ٦,٥٣٠ | الرشاقة | |
| *٦,٨٢٢ | ١,٩٩٤- | ٠,٩٠٠ | ١٦,٤١٧ | ٤٦٣, | ١٤,٤٢٣ | المرونة | |
| *٣,٠٥١ | ١,٦١٤- | ١,٨٣٢ | ٥٤,٥٨٣ | ٠,٠٤٨ | ٥٢,٩٦٩ | التوافق العضلي العصبي | |
| *٥,٢١٥ | ٢,٥٠٠- | ١,٣٠٣ | ٣,٦٦٧ | ١,٠٣٠ | ١,١٦٧ | echappe | المهارية |
| *٥,٧٤٥ | ٢,٢٥٠- | ١,٠٥٥ | ٣,٢٥٠ | ٠,٨٥٣ | ١,٠٠٠ | Pas de cha | |
| *٤,٨١٢ | ١,٦٦٧- | ٠,٧٩٣ | ٣,٥٨٣ | ٠,٩٠٠ | ١,٩١٧ | Sissonne ferme | |
| *٦,٨٨٠ | ٢,٦٦٧- | ١,١٦٥ | ٣,٥٨٣ | ٠,٦٦٩ | ٠,٩١٧ | Pas de baurree | |
| ٧,٨٦٨* | -٨,٦١٣ | ٢,٥٣٤٦ | ٣٤,٣٣ | ٢,٨٢١ | ٢٥,٧٢٠ | الاختبار المعرفي | |

ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٥ ودرجة حرية =٢٢=٠,٧

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في جميع المتغيرات البدنية، المهارية، المعرفية، وهذا يشير إلى صدق تلك الاختبارات.

الثبات Reliability:-

تم حساب الثبات للأختبارات البدنية والمهارية والمعرفية عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه **Test Rtest** وذلك بفواصل زمني أسبوع بين التطبيق الأول والثاني وذلك علي نفس العينة الاستطلاعية السابق ذكرها والمسحوبة من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية والتي بلغ قوامها (١٢) طالبة حيث تم التطبيق الأول يوم الأحد الموافق ٢٠١٦/٢/١٤ والتطبيق الثاني يوم الأحد الموافق ٢٠١٦/٢/٢١ ويوضح ذلك الجدول رقم (٨)

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات البدنية المهارية ن = ١٢

| Sig | معامل الارتباط | التطبيق الثاني | | التطبيق الأول | | وحدة القياس | الأختبارات | المتغير |
|-------|----------------|----------------|--------|---------------|--------|-------------|-------------------------|----------|
| | | ع | س | ع | س | | | |
| ٠,٠٠١ | ٠,٨٣٧ | ٠,٠٥٠ | ١,٣٧٤ | ٠,٠٥٠ | ١,٣٧٣ | ث/كجم | قوة عضلات الرجلين | البدنية |
| ٠,٠٠١ | ٠,٨٤٦ | ٢,٠٩٤ | ٧١,٧٥٠ | ٢,٠٩٤ | ٧١,٧٥٠ | سم | قدرة الرجلين (وثب عريض) | |
| ٠,٠٠٠ | ٠,٩٤٠ | ٠,٠١١ | ٢,٢٦٩ | ٠,٠٠٩ | ٢,٢٧١ | ث | التوازن | |
| ٠,٠٢٣ | ٠,٦٤٦ | ٠,٠١٧ | ٦,٥٢٨ | ٠,٠١٦ | ٦,٥٣٠ | ث | الرشاقة | |
| ٠,٠٢٤ | ٠,٦٤٤ | ٠,٤٦١ | ١٤,٥٨٩ | ٠,٤٦٣ | ١٤,٤٢٣ | سم | المرونة | |
| ٠,٠٠٢ | ٠,٨٠١ | ٠,٠٣٧ | ٥٢,٩٨٠ | ٠,٠٤٨ | ٥٢,٩٦٩ | درجة | التوافق العضلي العصبي | |
| ٠,٠٠٤ | ٠,٧٦٦ | ٩,٠٠٠ | ١,٤١٧ | ١,٠٣٠ | ١,١٦٧ | درجة | echappe | المهارية |
| ٠,٠٠٠ | ٠,٩٤٧ | ٠,٨٣٥ | ١,١٦٧ | ٠,٨٥٣ | ١,٠٠٠ | درجة | Pas de cha | |
| ٠,٠٠٠ | ٠,٩٢١ | ٠,٨٥٣ | ٢,٠٠٠ | ٠,٨٥٣ | ٢,٠٠٠ | درجة | Sissonne ferme | |
| ٠,٠٠٠ | ٠,٩٩٧ | ٠,٧٣٩ | ١,٠٠٠ | ٠,٦٦٩ | ٠,٩١٧ | درجة | Pas de baurree | |
| ٠,٠٠١ | ٠,٨٣٧ | ٢,٨١٨ | ٢٥,٧٧٨ | ٢,٨٢١ | ٢٥,٧٢٠ | درجة | الاختبار المعرفي | |

ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٠ = ٠,٥٧٦

يتضح من الجدول رقم (٨) أن قيم معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات قد انحصرت ما بين (٠,٦٦٤-٠,٩٩٧) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية مما يدل على ثبات الاختبارات المستخدمة (قيد البحث) .

٣- البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الحقيبة التعليمية الالكترونية مرفق رقم (٩):

إن تصميم برنامج تعليمي مقترح باستخدام الحقيبة التعليمية الالكترونية يحتاج إلي تنسيق وإعداد جيد للوصول إلي الهدف المرجو منه وهو تعليم الطالبات بعض المهارات المختارة قيد البحث والوصول إلي الإتقان في الأداء ، ولذا قامت الباحثة بالاطلاع علي العديد من المراجع والدراسات التي تناولت إعداد البرامج التعليمية باستخدام الحقيبة التعليمية الالكترونية ومن خلال ذلك إستخلصت الباحثة الخطوات التالية:

تحديد الأهداف العامة للبرنامج :

يعد تحديد الأهداف هي أول خطوة لأي برنامج تعليمي ، ولا بد أن تتسم الأهداف بالوضوح والواقعية وان تكون محددة حتى يسهل في اختيار الأنشطة التي تؤثر في التعليم وتحقيق الأهداف . حيث هذه الأهداف يجب أن تصاغ في صورة أغراض تربوية سلوكية يمكن قياسها لان هذه الأهداف تعبر بصورة عامة عن التعليم الذي يتوقع أن يحققه المتعلم . وقد حددت الباحثة الأهداف العامة لبرنامجها التعليمي كالآتي :-

١- أهداف مهارية (نفس حركية) :

تعليم الطالبات عينة البحث بعض المهارات الأساسية في البالية وكيفية أدائها والوصول بهم إلي مرحلة الإقنان في الأداء المتمثلة في (Pas de Echange-Pas de Chat-Sissionne-- Pas de) (poure

٢- أهداف معرفية (إدراكية) :

تزويد الطالبات عينة البحث بمعلومات ومعارف عن البالية مثل تاريخ البالية ، تعريف الباليه وأهميته- أهداف البالية - أوضاع القدمين - أوضاع الذراعين - أنواع الثني - التعريف بالوثبات وأنواعها .

٣- أهداف وجدانية (إنفعالية) :

مساعدة الطالبات عينة البحث علي إكتشاف الحقائق بأنفسهم من خلال التعلم الذاتي باستخدام الحقيبة التعليمية الالكترونية .

❖ تحديد أغراض البرنامج :

حددت الباحثة أغراض برنامجها التعليمي فيما يلي:-

- أن تتعلم الطالبات عينة البحث الأداء المهاري الصحيح لمهارات (Pas de Echange - Pas de Chat - Sissionne - Pas de) .
- أن تساعد الطالبات علي تخيل الأداء الصحيح للمهارات قيد البحث .
- أن تساعد الطالبات علي أداء المهارات كما شاهدوها علي جهاز الحاسب الالي .
- أن تفهم الطالبات التسلسل الحركي للأداء المهاري للمهارات قيد البحث .
- أن تعلم الطالبات أن أداء المهارات بمستوى جيد يكون مرتبط بالمعلومات المرتبطة بالأداء سواء النقاط الفنية أو التعليمية .
- أن تكتسب الطالبات معلومات ومعارف عن البالية من حيث (التاريخ- متطلبات الوثب- المهارات الأساسية قيد البحث) .

- أن تكتسب الطالبات الثقة والاعتماد علي النفس.
- أن تنمي لدي الطالبة القدرة علي الإدراك و الفهم والانتباه.

❖ أسس وضع البرنامج:

- راعت الباحثة الأسس الآتية عن وضعها لبرنامجها قبل أن يتم تطبيقه علي عينة البحث :
- مراعاة خصائص النمو لهذه المرحلة السنوية .
 - أن يتميز البرنامج بالبساطة والتنوع .
 - توفير المكان والإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج .
 - مراعاة الفروق الفردية بين الطالبات .
 - مراعاة مبدأ التدرج من السهل إلي الصعب في التعلم .
 - مراعاة أن يحقق البرنامج الشعور بالتشويق والدافعية في التعلم.
 - إتاحة الفرصة للطالبات لتعلم بعض المهارات الأساسية لديهم في البالية باستخدام الحقيبة التعليمية الالكترونية

بعد أن قامت الباحثة بوضع الأسس العامة للبرنامج التعليمي قامت الباحثة بتصميم أستمارة لاستطلاع رأي السادة الخبراء مرفق رقم (٢) في تحديد الفترة الكلية للوحدات التعليمية وعدد الوحدات التعليمية الأسبوعية وزمن الوحدة التعليمية اليومية مرفق رقم (٤) ، والجدول رقم (٩) يوضح النسب المئوية لأراء السادة الخبراء في توزيع المحتوى التعليمي.

جدول (٩)

النسب المئوية لأراء السادة الخبراء في توزيع المحتوى التعليمي

| م | محتوى البرنامج المقترح | رأي السادة الخبراء | النسب المئوية |
|---|--|--------------------|---------------|
| ١ | الزمن الكلي للوحدات التعليمية | ٦ أسابيع | %٩٠ |
| ٢ | عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع الواحد | ٢ وحدة | %٩٠ |
| ٣ | زمن الوحدة التعليمية | ٩٠ دقيقة | %٩٠ |
| ٤ | زمن مشاهدة المهارة في معمل الحاسب الألي قبل التطبيق | ١٠ دقائق | %٩٠ |
| ٥ | زمن فترة الأحماء من بداية التدريب حتي نهايةته | ٥ دقائق | %٩٠ |
| ٦ | زمن التطبيق العملي للمهارة داخل صالة التدريب من بداية البرنامج لنهايته | ٣٥ دقيقة | %٩٠ |
| ٧ | زمن تدريس باقي المنهج المقرر من بداية البرنامج لنهايته | ٣٥ دقيقة | %٩٠ |
| ٨ | زمن فترة الختام من بداية البرنامج لنهايته | ٥ دقائق | %٩٠ |

الخطة الزمنية للبرنامج:-

قامت الباحثة بإعداد البرنامج التعليمي بحيث يشمل علي (١٢) وحدة تعليمية لمدة (٦) أسابيع بواقع (وحدتين تعليميتين) في الأسبوع ، وزمن الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة ، وذلك طبقاً لخطة الدراسة بالكلية ، والجدول التالي يوضح التوزيع الزمني للبرنامج .

جدول (١٠)

التوزيع الزمني للبرنامج التعليمي المقترح

| م | البيان | التوزيع الزمني للبرنامج |
|---|---|-------------------------|
| ١ | إحماء لتهيئة جميع أجزاء الجسم | ٥ق |
| ٢ | عرض المهارات (قيد البحث) باستخدام الحاسوب | ١٠ق |
| ٣ | الجزء الرئيسي لتطبيق المهارة | ٣٥ق |
| ٤ | تدريس باقي المقرر بالطريقة التقليدية | ٣٥ق |
| ٥ | الختام | ٥ق |

تحديد خصائص ومستوي الطالبات :

قامت الباحثة بدراسة الخصائص والسمات المميزة لعينة البحث من حيث (السن - المستوي المهاري) وذلك لإعداد البرنامج بصورة تناسبهم .

❖ خطوات تنظيم محتوى البرنامج التعليمي :

قامت الباحثة بتنظيم محتوى البرنامج التعليمي للحقيبة التعليمية الالكترونية علي النحو

التالي :

- شكل الاطارات الرئيسية والفرعية وألوانها ووضوحها وتأثيراتها .
- أنواع النصوص المكتوبة وموضوعتها وموقعا علي الاطار .
- الصور المستخدمة وحجمها والموضوعات التي تدل عليها .
- الرسوم التوضيحية والصور المسلسلة ودلالاتها وموضوعاتها .
- أفلام الفيديو للمراحل الفنية والخطوات التعليمية .
- أنواع المؤثرات المستخدمة ودرجة الألوان وتنسيقها وموقع كل عنصر علي الإطار .

❖ محتوى البرنامج التعليمي باستخدام الحقيبة التعليمية :

- تعريف البالية .
- أوضاع الذراعين .
- أوضاع الرجلين .
- متطلبات الأداء الفني للمهارات قيد البحث .
- عرض فيديو كامل للمهارات .

- صورة سلسلة ومتحركة للمهارة بالطريقة العادية ثم الطريقة البطيئة .
- الخطوات الفنية للمهارة .
- الخطوات التعليمية للمهارة .
- التسلسل الحركي لاداء المهارة .
- أسئلة تقييمية لكل مهارة .

❖ تحديد الاسلوب التعليمي واستراتيجية التدريس:

وقد استخدمت الباحثة في تقديم برنامجها التعليمي باستخدام الحقيبة التعليمية الالكترونية الطريقة الغير خطية التي تسمح للطالبة بحرية التنقل خلال البرنامج بما يناسب قدرتها وسرعتها الذاتية في الاستيعاب والتعلم والسرعة في الحصول علي المعلومات ، حيث استخدمت كل طالبة من طالبات المجموعة التجريبية الحاسب الالي بمفردها تحت إشراف وتوجيه من الباحثة .

❖ إعداد مكونات البرنامج :

قامت الباحثة بالإطلاع علي العديد من المراجع والدراسات السابقة وراي الخبراء للتوصل الي أفضل النصوص المكتوبة التي تشرح الجزء النظري للمهارات (قيد البحث) وشرح الخطوات الفنية أو التعليمية وقد تم كتابتها علي جهاز الحاسب الالي مستخدمة برنامج وورد **Word** ٢٠١٠ لكتابة تلك النصوص .

- تم إدخال شريط الفيديو التعليمي الي جهاز الحاسب الالي بواسطة كارت الفيديو " **Video Card** " باستخدام برنامج " **Windows Media Player** " .

- تم انتاج الصور (الثابتة ، المتسلسلة) عن طريق تقسيم شريط الفيديو التعليمي الي **لقطات** عديدة متحركة باستخدام برنامج موف ميكر " **Move Maker** " وتحويل هذه اللقطات المتحركة الي لقطات ثابتة باستخدام البرنامج " **Paint Brush** " ثم اختيار اللقطات المناسبة لعرضها بشكل متسلسل (تتابعي) .

- قامت الباحثة بحساب زمن مشاهدة الفيديو لكل مهارة من المهارات قيد البحث ثم كتبت النص الذي يشرح المشهد والتعليق بصوتها خلال رؤيتها لمشاهدة الفيديو علي الحاسب الالي بحيث يكون زمن التعليق مساوي أول أقل من زمن مشاهدة الفيديو ، وتم إدخال التعليق الي جهاز الحاسب الالي عن طريق " الميكروفون **Mic** " الخاص بالحاسب الالي باستخدام برنامج " جيت أوديو " **Jet Audio** .

- قامت الباحثة بإضافة بعض من المقطوعات الموسيقية لزيادة الدافعية والتشويق لدي الطالبات ، كما تم استخدام بعض المؤثرات الصوتية (للتعزيز الفوري) .

❖ **مرحلة تصميم الحقيبة التعليمية الالكترونية :**

قامت الباحثة بالأطلاع علي العديد من المراجع و الأبحاث والدراسات السابقة حيث توصلت الي

أن الحقيبة التعليمية تمر بثلاث مراحل (خطوات) وهي :-

- ١- مرحلة التحليل . ٢- مرحلة التركيب . ٣- مرحلة التقويم .

- مرحلة التحليل

أولاً : تحليل الأهداف العامة : حيث وضعت الباحثة هدف عام أساسي يجب الوصول إليه وهو

تعلم عينة البحث بعض المهارات الحركية الأساسية في البالية من خلال مايلي :

(١) إستخدام وسائل وأدوات جديدة مشوقة من خلال أستخدام البدائل التعليمية .

(٢) تصميم منهج تعليمي مبسط يعطى الحرية للمتعلمين لأختيار ما يناسبهم من قدرات تزيد من دوافعهم للتعلم

(٣) تسهيل عملية التعلم من خلال إيجاد بدائل جديدة .

(٤) من خلال ما تم ذكره قامت الباحثة بتصميم حقيبة تعليمية إلكترونية تحتوي علي عدة بدائل

متنوعة ومشوقة بالاضافة الي إستخدام الحاسب الالي جزء أساسي من الحقيبة من خلال الفيلم

التعليمي المتكامل بالصوت والصورة والشرح الوافي للمهارة الموضوعه علي قرص (CD) وفق

نظام برنامج PowerPoint والذي هو أساس تصميم الحقيبة التعليمية الالكترونية .

ثانياً : تحديد الخصائص الفردية لكل متعلم : عند تطبيق أسلوب التعلم الذاتي من لابد من أخذ

بعين الاعتبار أن المتعلمين قد يختلفون فيما بينهم من حيث القدرات البدنية او المهارية وحتى

دافعية التعلم تختلف أيضاً فيما بينهم وهذه الاختلافات تحتم علي الباحثة أن تتوع الوسائل

والأنشطة التعليمية وذلك كلاً حسب قدرات وإمكانياته الخاصة ، لذلك قامت الباحثة بالتنوع في

الوسائل التعليمية مثل المادة النظرية المدعومة بالصور والرسوم التوضيحية و كذلك الفيلم التعليمي

المتكامل.

ثالثاً : تحديد الخصائص المشتركة بين المتعلمين: عن تطبيق الحقيبة التعليمية الالكترونية لابد

من إيجاد خصائص مشتركة بين المتعلمين لضمان دقة الاداء وضبط جميع المتغيرات التي قد

تؤثر علي الأداء .

رابعاً: تحديد الأهداف السلوكية : قامت الباحثة بتحديد العديد من الأهداف السلوكية الخاصة بتعلم

بعض المهارات الحركية الأساسية في البالية والواجب تحقيقها خلال فترة التعلم .

- مرحلة التركيب:

أولاً: الشكل الخارجة للحقيبة التعليمية الالكترونية : قامت الباحثة بحفظ جميع الوسائل التعليمية الخاصة بالحقيبة التعليمية من الفيلم التعليمي CD و الكتيب المصغر والمطوية الورقية داخل حقيبة جلدية سوداء اللون تم إختيارها بمقاس (٣٠ X ٣٠ سم) ذات حمالة جلديه صغيرة لحملها علي الكتف وقامت الباحثة بطبع أسماء عينة البحث من المجموعة التجريبية علي كل حقيبة .

ثانياً : دليل الحقيبة التعليمية الالكترونية : قامت الباحثة بعمل دليل للحقيبة التعليمية علي شكل دفتر صغير اشتمل هذا الدفتر على (الغلاف الخارجي للحقيبة - العينة واعمارها - المهارات المطلوب تعلمها - مدة تطبيق البرنامج - التعليمات الخاصة بالمعلم والمتعلم - مكونات الحقيبة).

ثالثاً : البدائل التعليمية المستخدمة : قامت الباحثة بإستخدام البدائل الأتية:-

* الفيلم التعليمي (القرص المدمج CD) : قامت الباحثة بتصميم فليم تعليمي يجمع بين الصور المتحركة والصوت والشرح لكافة المهارات الأساسية (قيد البحث).

*المادة النظرية :قامت الباحثة بوضع النقاط التعليمية والفنية والصور الملونة المتسلسلة للمهارات قيد البحث داخل كتيب مصغر ليسهل علي عينة البحث أستخدامة .

* مطوية ورقية : كما قامت الباحثة بعمل مطوية ورقية ملونة يوجد بها شرح لبعض المهارات قيد البحث بطريقة مشوقة وبعض الصور الملونة و المتسلسلة للمهارات (قيد البحث) .

- تحكيم الحقيبة التعليمية الإلكترونية من خلال الخبراء مرفق رقم (٢):

التقويم خطوة أساسية من خطوات تصميم الحقيبة التعليمية الالكترونية فمن خلال التقويم نستطيع التعرف علي مدى تحقيق الاهداف التي وضعت وصممت من أجلها الحقيبة التعليمية ، لذلك قامت الباحثة بعرض محتوى الحقيبة التعليمية علي المتخصصين في مجال التعبير الحركي والمناهج وطرق التدريس مرفق رقم (٢) لإستطلاع آرائهم لمعرفة نقاط القوة والضعف بها من أجل ضمان مسار صحيح للعملية التعليمية من خلال الحقيبة التعليمية الالكترونية وذلك بعد تكوين وتصميم الحقيبة التعليمية الإلكترونية من السيناريو التعليمي ، وتناولته الباحثة بالتعديل والتطوير حسب التوجيهات الموضوعية من قبل الخبراء .

-تجريب الحقيبة التعليمية الإلكترونية :

بعد إجراء التعديلات المطلوبة من السادة الخبراء تم عرض الحقيبة التعليمية الالكترونية مرة أخرى علي نفس المجموعة من الخبراء في التعبير الحركي بالإضافة إلي خبراء في مجال المناهج طرق لتدريس مرفق (٢) وذلك بهدف أستطلاع رأيهم في الهدف العام للحقيبة وأغراضها ومحتواها

، والدقة العلمية ، اسلوب العرض ، ومدى صلاحيتها للتطبيق وبناءً علي رأي الخبراء اتبعت الباحثة الاتي :

- تم إضافة تكبير الصورة لكي تستطيع الطالبة مشاهدة أداء المهارة بوضوح
- إضافة الالوان .
- إضافة التسلسل الحركي للمهارة

وبعد التعديل قامت الباحثة بتطبيق (٣) وحدات تعليمية من الحقيبة التعليمية علي طالبات العينة الاستطلاعية وعددهم (١٢) طالبة وذلك لملاحظة كيفية استخدام الطالبات الحاسوب ومعرفة الصعوبات التي قابلت الطالبات أثناء استخدام برنامج الحقيبة التعليمية الإلكترونية ومعرفة الزمن الذي يستغرقه الطالبات للتعلم باستخدام الحقيبة التعليمية الإلكترونية وبناءً علي تجريب البرنامج علي الطالبات تم الاتي:

- تقديم بعض التعليمات عن كيفية استخدام القرص المدمج(CD) الذي يحتوي علي البرنامج وكيفية التجول بداخلة .
- تعديل صياغة بعض الالفاظ الصعبة .
- تعديل الحقيبة في صورتها النهائية لتكون قابلة للتطبيق علي العينة التجريبية ومناسبة كل جزء من اجزاء الوحدة لتحقيق الهدف منها ، وتم عرضة في صورته النهائية مرة أخرى علي السادة الخبراء حتي تمت صلاحية من حيث المحتوى وطريقة التطبيق.
- الشكل النهائي لتصميم البرنامج التعليمي (السيناريو التعليمي)
- ١- الشاشة الافتتاحية : وتحتوي علي عنوان الوحدة التعليمية ، خلفية موسيقية ، يتم تشغيلها أثناء دخول الطالبات لقاعة الحاسوب .
- ٢- العناصر الرئيسية للوحدة التعليمية :وتحتوي علي العناصر الرئيسة للوحدة مع وجود روابط (Links) يمكن من خلالها الضغط علي أي عنصر للدخول علي مباشرة .
- ٣- محتوى الوحدة التعليمية :وهي عبارة عن المادة العلمية الخاصة بالوحدة التعليمية والتي سيتم تقديمها من خلال هذه الوحدة
- ٤- الشاشة الختامية :وهي عبارة عن شاشة ختامية يتم عرضها للطالبات قبل الانصراف من قاعة الحاسوب وتتميز بوجود مقطوعات موسيقية ولقطات ختامية .
- الخطوات الإجرائية لتطبيق الحقيبة التعليمية الإلكترونية :-
- تقوم الباحثة بأخذ المجموعة التجريبية علي معمل الحاسب الألي الموجود داخل الكلية لمشاهدة العرض الخاص بالمهارة علي جهاز الحاسوب ومشاهدة التسلسل الحركي البطئ

- للمهارة ، وقراءة النقاط التعليمية والفنية الخاصة بالمهارة والتدريبات الخاصة بها أيضاً والإجابة علي بعض أسئلة الإختبار المعرفي الخاص بالمهارة .
- تبدأ الوحدة التعليمية داخل صالة التدريب من خلال إعطاء مجموعة من تمارين الإحماء لتهيئة جميع عضلات الجسم .
 - تقوم الطالبات بتطبيق المهارة التي تم عرضها علي جهاز الحاسوب داخل صالة التدريب وذلك بإشراف من الباحثة لتوجيه الطالبات وتصحيح بعض الأخطاء لهم ورؤية النقاط التعليمية والفنية من خلال الكتيب المبرمج وكذلك الصور المتسلسلة للمهارة من خلال المطوية الورقية لتصحيح المسار الحركي للمهارة فمن خلال رؤية الطالبة لصورة المهارة مرة أخرى والإطلاع علي النقاط الفنية والتعليمية مرة أخرى داخل صالة التدريب فإنها تستطيع إتقان المهارة وأدائها بصورة صحيحة .
 - تشرف الباحثة علي الطالبات وتقدم لهم المساعدة وتعديل لهم الأخطاء.
 - تنتهي الوحدة التعليمية بمجموعة من التمارين لتهدئة وعودة الجسم إلي حالته الطبيعية.

٤- مستوى الاداء المهاري

أستعانت الباحثة بخبراء متخصصين في تحديد درجة مستوى أداء المهارات الأساسية (قيد البحث) بواقع (٥ درجات لكل مهارة) وقامت الباحثة ببناء علي الخبراء المتخصصين بعمل أستمارة لتوزيع الدرجة علي كل مهارة قيد البحث مرفق رقم (٢) ، وبذلك يكون إجمالي الدرجات (٢٠درجة) علي كل المهارات قيد البحث وأستعانت الباحثة في القياس القبلي والبعدي بلجنة ثلاثية تم تشكيلها من الخبراء في المجال لإعطاء الطالبة درجة بناءً علي مستوى أدائها للمهارات الحركية الأساسية مرفق رقم (٣) .

جدول رقم (١١) الوحدة التعليمية الأولى (٩٠) ق الأسبوع الأول

المهارة المراد تعلمها: مهارة الإيشابية *Echappe' sur les pointes*

| م | أجزاء الوحدة | الزمن | الهدف | المحتوى | الأهداف السلوكية |
|---|---|-------|---|--|--|
| ١ | مشاهدة الطالبة للمهارة في معمل الحاسب الآلي قبل التطبيق | ١٠ ق | - مشاهدة الطالبة للأداء الصحيح للمهارة. - تتعرف الطالبة علي النقاط التعليمية والفنية للمهارة . | -مشاهدة المهارة المراد تعلمها تقوم الباحثة بالتركيز على النقاط التعليمية والفنية الخاصة بالمهارة التي يتم عرضها - تقوم الباحثة بالتركيز علي التسلسل البطئ والسريع للمهارة والتدريبات الخاصة بها . | - تعليم النظام - كيفية استخدام الحاسب الآلي. - كيفية التنقل داخل البرمجية والاستفادة منها . |
| ٢ | الأحماء | ٥ ق | إعداد وتهيئة الجسم | -المشى والجرى حول صالة التدريب مع استخدام أوضاع الذراعين - (وقوف) دوران الرأس جهة اليمين وجهة اليسار . - (الوقوف فتحاً ثبات الوسط) ميل الجذع يميناً ويساراً - (وقوف) طعن جانبي لليمين واليسار ويكرر - (الوقوف) الجرى في المكان مع التصفيق . - (الوقوف) الوثب فى الاتجاهات بالقدمين . - (الوقوف) الزحقة الجانبية لليمين واليسار . - (الوقوف) التوقيت العالي ثم المنخفض . | - أن تعرف الطالبة معلومات ومعارف عن أهم أجزاء الجسم العاملة في المهارة - أن تمارس الطالبة بعض التمارين لتهيئ بدنياً لأداء المهارة . - أن تشارك الطالبة بإيجابية أثناء أداء التمرينات المختلفة. |
| ٣ | الجزء الرئيسي (التطبيق العملي للبرمجية التعليمية في صالة التدريب) | ٣٥ ق | تعليم مهارة الإيشابية Echappe | تقوم الطالبة بتطبيق ما شاهدته في البرمجية ومن خلال جهاز الحاسب الآلي في صالة التدريب | - أن تتذكر الطالبة ما شاهدته من معارف ومعلومات . |
| | | | | الخطوات الفنية لأداء وضع الاستعداد : الوقوف الوضع الخامس للقدمين . شرح المهارة : دفع الارض بالزحف جانباً عالياً مع فتح الرجلين في الوضع الثاني مع فرد الركبتين ومفصلي القدمين فردا تاما ثم الهبوط في الوضع الخامي مع ثني الركبتين ثم تكرار الزحف جانباً عالياً للإرتقاء عالياً مع مد الركبتين والقدمين للوصول للوضع الثاني علي أطراف الاصابع ثم الهبوط في الوضع الخامس القدم اليسرى أماما والرجلين في وضع الثني النصفي. | - أن تعرف الطالبة معلومات عن الخطوات الفنية لأداء مهارة الإيشابية Echappe . - ان تستطيع الطالبة تنفيذ التعليمات الموجهة إليها . أن تشعر الطالبة بالسعادة والتشويق أثناء الأداء. |

تابع الوحدة التعليمية الأولى

| م | أجزاء الوحدة | الزمن | الهدف | المحتوى | الأهداف السلوكية |
|---|-------------------------------|-------|-------------------------------------|--|--|
| | | | | <p>الخطوات التعليمية :</p> <p>عند أداء المهارة لا بد من البدء من وضع الثني النصفي وتكون الركبتين والمشطين متجهين للخارج والظهر مفرد والركبة عمودية علي مشط القدم .</p> <p>أن يكون النظر للأمام والذقن للداخل والرأس والظهر والمقعدة والقدمين علي خط واحد .</p> <p>عند زحف القدمين للخارج لا بد من التأكد من سحب القدمين للخارج في توقيت واحد .</p> <p>تتحرك القدمين للخارج بنفس المقدار والكعبين للداخل .</p> <p>عند شد القدمين مرة أخرى للوصول للوضع الخامس الثني النصفي للقدمين يراعي أن تكون القدمين ملاصقتين للأرض</p> | <p>- أن تعرف الطالبة معلومات عن أداء مهارة الإيشابية Echappe</p> |
| ٤ | باقي مقرر مادة التعبير الحركي | ٣٥ ق | تعلم باقي مهارات المنهج الأساسي | تقوم الطالبات بتطبيق ما تم مشاهدته من خلال أداء نموذج المعلمة عن طريق الطريقة التقليدية لباقي محتوى المنهج | <p>-تعلم مهارات جديدة من خلال طريقة تدريس المعلمة .</p> |
| ٥ | الختام | ٥ ق | تهدئة وعودة الجسم إلي حالة الطبيعية | <p>- (وقوف) جري خفيف في صالة التدريب .</p> <p>- (وقوف) توقيت منخفض في المكان مع اهتزاز الذراعين</p> <p>(وقوف) رفع الذراعين جانبا عاليا مع اخذ شهيق عميق . الذراعين جانبا ولأسفل إخراج أقصى زفير .</p> | <p>شعور الطالبات بالأسترخاء والسعادة والرضا .</p> |

خطوات تطبيق تجربة البحث :**القياس القبلي :**

تم إجراء القياس القبلي علي مجموعتي البحث خلال الفترة من يوم الأثنين الموافق ٢٢ / ٢٠١٦ م الي يوم الأربعاء ٢٤ / ٢ / ٢٠١٦ م في معدلات النمو (الطول - الوزن - السن) والاختبارات البدنية (قيد البحث) وأختبار التحصيل المعرفي والمهارات الأساسية (قيد البحث) .

التجربة الأساسية :

قامت الباحثة بتطبيق البرنامج المقترح بإستخدام الحقيبة التعليمية الالكترونية علي طالبات المجموعة التجريبية دون الضابطة ، أما المجموعة الضابطة فقد طبق عليها البرنامج المتبع في الكلية خلال الفترة من ٢٥ / ٢ / ٢٠١٦ م الي ٢٧ / ٤ / ٢٠١٦ م مدة البرنامج (١٢) وحدة تعليمية لكل مجموعة خلال (٦) أسابيع بواقع (٢) وحدة تعليمية في الاسبوع للمجموعة التجريبية و زمن الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة ، (٢) وحدة تعليمية في الاسبوع للمجموعة الضابطة و زمن الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة وكانت أيام التدريب (الاحد والثلاثاء) للمجموعة التجريبية أثناء المحاضرة يتم مشاهدة البرمجية في قاعة الحاسب الالي ثم الانتقال الي صالة التدريب مع جود حاسوب محمول في الصالة وشاشة عرض لمراجعة تفاصيل المهارة إلي لزم الامر ، والمجموعة الضابطة يومي (الاثنين والخميس) أثناء المحاضرة حيث يتم تعليم طالبات المجموعة الضابطة من خلال الأسلوب المتبع (الشرح اللفظي والنموذج العملي) ، بحيث يتم تدوير المجموعتين التجريبية والضابطة بحيث تمر كلاهما بنفس الظروف ونفس مواعيد التطبيق ونفس الزمن وقامت الباحثة بالتطبيق لمجموعتي البحث .

القياس البعدي :

تم إجراء القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة وذلك يوم الخميس الموافق ٢٧ / ٤ / ٢٠١٦ م إلي يوم السبت ٣٠ / ٤ / ٢٠١٦ م بنفس ظروف وشروط القياس القبلي .

المعالجات الاحصائية :

قامت الباحثة بإستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) والذي يشتمل على المعالجات التالية:

- المتوسط الحسابي - الإنحراف المعياري - معامل الالتواء - معامل الارتباط - النسبة المئوية

- اختبار "ت".

مستوي الدلالة :

- إتخذت الباحثة مستوى دلالة (معنوية) عند (٠,٠٥).

عرض النتائج :-

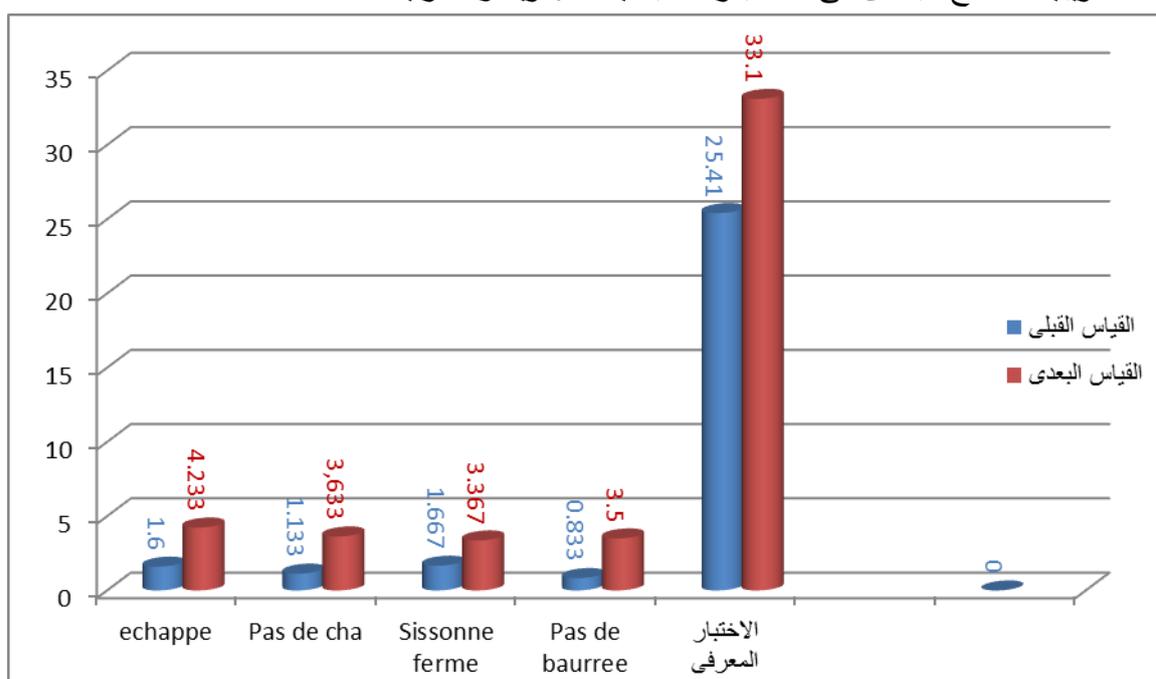
جدول (١٢)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارية، المعرفية ن=٦٠

| Sig | قيمة " ت " | الفرق بين المتوسطين | القياس البعدى | | القياس القبلى | | وحدة القياس | الاختبارات | المتغيرات |
|------|------------|---------------------|---------------|-------|---------------|-------|-------------|------------------|-----------|
| | | | ع | س | ع | س | | | |
| ٠,٠٠ | *٧,٧٣٠ | ٢,٦٣٣- | ١,١٠٤٣ | ٤,٢٣٣ | ١,٢٤٨ | ١,٦٠٠ | درجة | echappe | المهارية |
| ٠,٠٠ | *٧,٧٩٤ | ٢,٥٠٠- | ١,١٥٩ | ٣,٦٣٣ | ٠,٩٠٠ | ١,١٣٣ | درجة | Pas de cha | |
| ٠,٠٠ | *٦,٢٥٣ | ١,٧٠٠- | ١,٥٤٢ | ٣,٣٦٧ | ٠,٦٦١ | ١,٦٦٧ | درجة | Sissonne ferme | |
| ٠,٠٠ | *١١,٠٥٠ | ٢,٦٦٧- | ١,٣٥٨ | ٣,٥٠٠ | ٠,٦٤٨ | ٠,٨٣٣ | درجة | Pas de baurree | |
| ٠,٠٠ | *١٢,٠١٤ | ٢,١١ | ٣٣,١٠٠ | ٣٣,١٠ | ٢,٨٨ | ٢٥,٤١ | درجة | الاختبار المعرفى | |

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٥ ودرجة حرية ٢٩ = ٢,٠٤

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية لصالح البعدى في الاختبارات البدنية المهارية، والمعرفية.



رسم توضيحي (١) دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارية والمعرفية

جدول (١٣)

دلالة الفروق بين القياسات البعدية للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبارات المهارية، المعرفية
 $n = 60$

| sig | قيمة " ت " | الفرق بين المتوسطين | المجموعة الضابطة ن=٣٠ | | المجموعة التجريبية ن=٣٠ | | وحدة القياس | المتغير | المتغيرات |
|-------|------------|---------------------|--------------------------|--------|----------------------------|--------|-------------|----------------|------------------|
| | | | ع | س | ع | س | | | |
| ٠,٠٠٠ | ٠,٣٧,٨* | -٠,٦٧,٢ | ٨٧٤٣, | ١٦٧,٢ | ١٠٤,١ | ٢٣٣,٤ | درجة | echappe | المهارية |
| ٠,٠٠٠ | ٧٦٨,٨* | -٠,٦٧,٢ | ٥٦٨, | ٥٦٧,١ | ١٥٩,١ | ٦٣٣,٣ | درجة | Pas de cha | |
| ٠,٠٠٦ | *٢,٨٨١ | ١,١٠٠- | ١,٤١٣ | ٢,٢٦٧ | ١,٥٤٢ | ٣,٣٦٧ | درجة | Sissonne ferme | |
| ٠,٠٠٠ | *٥,٧٥٧ | ٢,٠٠٠- | ١,٣٣٣ | ١,٥٠٠ | ١,٣٥٨ | ٣,٥٠٠ | درجة | Pas de baurree | |
| ٠,٠٠٠ | ٥٩٨,١٤* | ٨٩١,٦ | ٤٩٨,١ | ٢٠٩,٢٦ | ٢,١١ | ٣٣,١٠٠ | درجة | | الاختبار المعرفي |

ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٥ ودرجة حرية ٥٨ = ٢,٠١

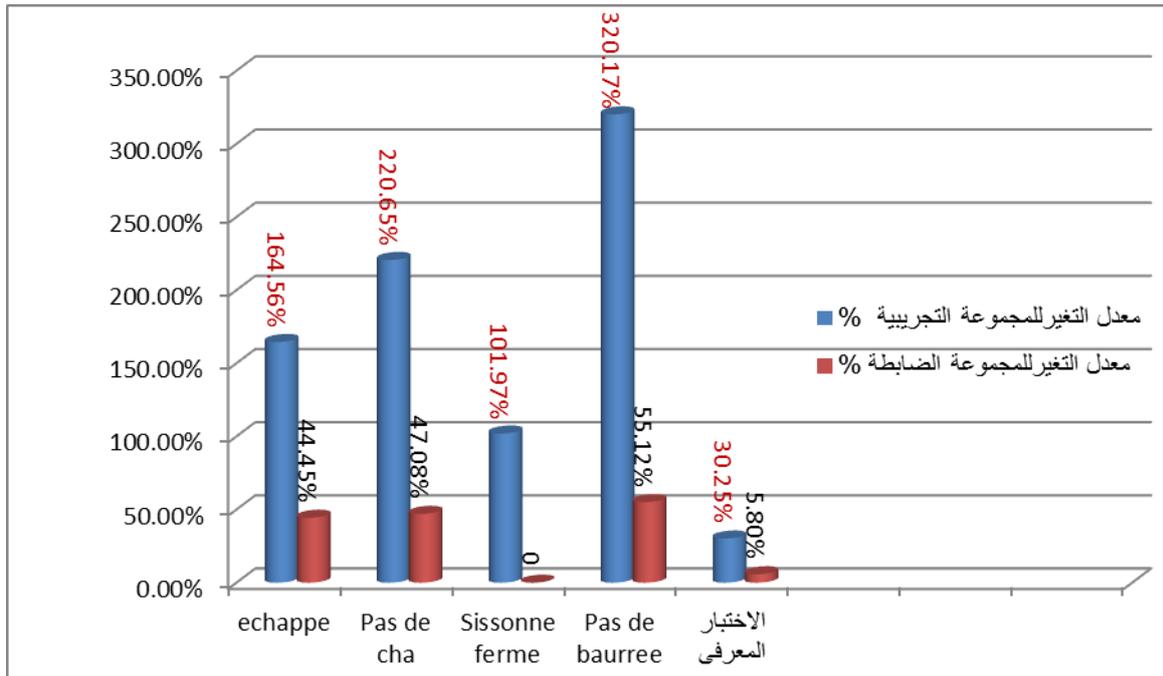
يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياسات البعدية في الاختبارات المهارية والمعرفية لصالح المجموعة التجريبية .

جدول (١٤)

معدل التغير بين القياسات البعدية عن القبليّة للمجموعة التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية والمعرفية

| للمجموعة الضابطة ن=٣٠ | | | المجموعة التجريبية ن=٣٠ | | | وحدة القياس | المتغير | المتغيرات |
|-----------------------|---------------------|---------------------|-------------------------|---------------------|---------------------|-------------|----------------|------------------|
| معدل التغير % | متوسط القياس البعدي | متوسط القياس القبلي | معدل التغير % | متوسط القياس البعدي | متوسط القياس القبلي | | | |
| %٤٤,٤٥ | ٢,١٦٦ | ١,٥٠٠ | %١٦٤,٥٦ | ٢٣٣,٤ | ١,٦٠٠ | درجة | echappe | المهارية |
| %٤٧,٠٨ | ١,٥٦٦ | ١,٠٦٧ | %٢٢٠,٦٥ | ٦٣٣,٣ | ١,١٣٣ | درجة | Pas de cha | |
| %٣٣,٣٥ | ٢,٢٦٧ | ١,٧٠٠ | %١٠١,٩٧ | ٣,٣٦٧ | ١,٦٦٧ | درجة | Sissonne ferme | |
| %٥٥,١٢ | ١,٥٠٠ | ٠,٩٦٧ | %٣٢٠,١٧ | ٣,٥٠٠ | ٠,٨٣٣ | درجة | Pas de baurree | |
| %٥,٨٠ | ٢٦,٢٠٦ | ٢٤,٧٧٢ | %٣٠,٢٥ | ٣٣,١٠٠ | ٢٥,٤١٢ | درجة | | الاختبار المعرفي |

يتضح من جدول (١٥) ان معدلات التغير للمجموعة التجريبية أفضل من معدلات التغير المجموعة الضابطة ، حيث تراوح معدل التغير للمجموعة التجريبية للمهارى، المعرفى ما بين (٣٠,٢٥% : ٣٢٠,١٧%) ، وللمجموعة الضابطة ما بين (٥,٨٠% : ٥٥,١٢%) .



رسم توضيحي (٢) معدل التغير بين القياسات البعدية عن القبلية للمجموعة التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية والمعرفية

ثانياً: مناقشة النتائج :

يتضح من نتائج الجدول رقم (١٢) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في مستوى تعلم بعض المهارات الأساسية في البالية (قيد البحث) والتحصيل المعرفي لصالح القياس البعدى ، وتغزو الباحثة ذلك التحسن لدى طالبات المجموعة التجريبية إلى استخدام البرنامج التعليمي المقترح بإستخدام الحقيبة التعليمية الإلكترونية وما تحتوية من مواد تعليمية مختلفة مثل CD يحتوى علي عرض فيديو للمهارات الأساسية قيد البحث عن طريق الوسائط المتعددة والكتيب المبرمج الذي يحتوى علي النقاط الفنية والتعليمية للمهارات قيد البحث والمطوية التي تحتوى علي الصور الملونة للمهارات والتسلسل الحركي لكل مهارة ، حيث ساعدت الحقيبة التعليمية علي تنظيم المادة التعليمية بطريقة خطية منطقية ومتابعة لها بداية ولها نهاية تساعد الطالبة علي فتح آفاق جديدة من المعرفة وعلي التفكير العلمى المنظم وزيادة المقدرة علي التفكير والتأمل والبحث عن المعلومات والربط بين المعلومات المرتبطة بالمادة العلمية ، كما ساعدت الطالبة علي الفهم والإدراك لما تتعلمة وإثارة إهتمامتها وتوجيها وتحفيزها علي بذل الجهد في التعلم وعدم شعورها بالملل والضيق والفهم الجيد للمهارات ومفرداتها الحركية وإستيعابها بصورة أفضل مما ساهم في تحسن مستوى أداء المهارات الأساسية في البالية (قيد البحث) ، كما ان البرنامج التعليمي

المقترح قسم المهارات إلى أجزاء صغيرة في ضوء التسلسل المنطقي لها بطريقة منظمة ومتتابعة وعرض وتوضيح أجزاء الجسم أثناء أداء المهارات والتركيز على الأجزاء المهمة في الأداء والتدريب عليها مما كان له أثراً إيجابياً وفعالاً في التعلم لأن طريقة العرض المستخدمة في الحقيبة التعليمية سواء كانت (CD- الكتيب المبرمج - المطوية) عرضت المهارات بطريقة خطية في شكل صورة ومقاطع فيديو وتسلسل بطى للمهارة ولقطات من مواقع الشبكة الدولية للمعلومات ، مما ساعد الطالبة علي تكوين صورة واضحة عن المهارة بالإضافة إلي تركيز الانتباه وفهم كل جزء تعلمته الطالبة بطريقة سهلة وصحيحة ، وهذا الفهم ساعد الطالبة علي ربط أجزاء المهارة ببعضها ، ومعرفة الخطأ في كل جزء والعمل علي تصحيحه وإعادة أداء النموذج الصحيح عدة مرات مما أوجد العلاقة بين المشاهدة والأداء العملي للمهارة حيث أدي إلي زيادة فهم المهارة وجعل الطالبة أكثر معرفة بالنقاط التعليمية والفنية لأداء المهارات الأساسية (قيد البحث) .

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كلاً من ديرك Derek (١٩٨١م) (٢٧) ، نشوان محمود الصفار (١٩٩٨م) (٢٢) ، خالد محمد داود (٢٠٠٣م) (٩) ، لمياء حسن الديوان (٢٠٠٦م) (١٨) بأن استخدام الحقيبة التعليمية الإلكترونية في مجال التعليم تحقق الشمولية وتطرح البدائل للمحتويات التعليمية و تراعي مستوى الطالب وتراعي الفروق الفردية وتحد من شعور الطالب بالخوف والخجل وتساعد الطالب علي إعادة النظر في المادة التعليمية عن طريق التغذية الراجعة .

ويشير كلاً من يوسف سعد (٢٠٠٢م) (٢٥) ، حسين عبد السلام (٢٠٠٨م) (٨) بأن الكتيب المبرمج يحسن من مستوى المهارات الحركية والمعرفية في الألعاب الرياضية ويساعد علي توصيل المعلومة للطالب ذاتياً ويساعد علي إدارة الوقت التعليمي وخاصةً إذا كانت المهارات ذات طابع تدريسي نظري وتطبيقي .

كما تري الباحثة التحسن في المستوى المعرفي لدى المجموعة التجريبية من خلال القياسات البعدية لمقياس التحصيل المعرفي وذلك التحسن جاء نتيجة الحقيبة التعليمية الإلكترونية وما تحتويه من (CD- الكتيب المبرمج - المطوية) حيث استخدمت الباحثة الوسائط المتعددة في عرض المهارات الأساسية (قيد البحث) وكذلك الكتيب المبرمج الذي يحتوي علي النقاط الفنية والتعليمية للمهارات (قيد البحث) والمطوية التي تحتوي علي الصور الملونة للمهارات (قيد البحث) والتسلسل الحركي لها، فالحقيبة التعليمية ساعدت الطالبة بقدر كبير من التغذية الراجعة عن الأداء الفني والتعليمي وتصحيح الأخطاء والمعلومات النظرية والمعرفية عن البالية والمهارات

(قيد البحث) مما ساعد الطالبة علي ترتيب الأفكار في الذاكرة نظراً لتعدد وتسلسل الوسائط المستخدمة في المنظومة والذي يسهل الفهم الصحيح للمهارة وإستيعاب المعلومات وإستردادها عند الحاجة إليها ذاتياً.

وهذا يتفق مع رأي آدم **Adam** (٢٠٠٠م) (٢٦) أن الأتجاه المعاصر في طرق التدريس يميل إلى إستخدام التعلم التكنولوجي الذاتي الذي يجعل الطالب محور العملية التعليمية ويتيح له فرصة التمكن من أساسيات التعليم وأن الوسائط المتعددة تجعل التعليم أبقى أثراً وتحفز الطالبات ويزيد نشاطهم وتفاعلهم وتحسن من مستوى أدائهم المهاري وتتفق هذه النتيجة مع كلاً من أحمد رمضان عبد الحكم " (٢٠١٥م) (٣)، تامر جمال " (٢٠١١م) (٦) أنتصار عبد العزيز حلمي " (٢٠٠٨م) (٥) سعيد غني نوري " (٢٠١٠م) (١٣) حسين عبد السلام " (٢٠٠٨م) (٨) علي أهمية استخدام الحقيبة التعليمية الالكترونية في تحسين المهارات (قيد البحث) والتحصيل المعرفي لدى الطالبات.

وتتفق هذه النتيجة أيضاً مع رأي كلاً من محمد حسن علاوي (١٩٩٤م) (١٩) ، وسيت فيشر **WestFisher** (١٩٩٦م) (٢٩)، مصطفى عبد القادر الجيلاني (٢٠٠٠م) (٢١) أن التعليم بإستخدام الوسائط التكنولوجية الحديثة بما تمتلكه من إمكانيات متنوعة ومتميزة تزيد من فاعلية العملية التعليمية وتعمل علي تشويق وإيجابية الطالبة وتحفيزها علي إكتساب المهارات المطلوبة بصورة أكثر فاعلية كما أنها تراعي الفروق الفردية بين المتعلمين من حيث سرعة التعلم وسهولة التعرف علي الأخطاء في الأداء وتصحيحها مما أدي إلي زيادة دافعية الطالبات نحو الإجادة في التعلم .

وبذلك يتحقق الفرض الأول والذي ينص علي :

توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى تعلم بعض المهارات الأساسية في البالية Echappe-Pas de Chat-Sissionne-Pas de poure و التحصيل المعرفي لصالح القياس البعدي.

كما يتضح من نتائج جدول (١٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية والمهارية والمعرفية لصالح المجموعة التجريبية حيث أن "ت" المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٥ وهذا يدل علي تحسن المجموعة التجريبية عن الضابطة .

كما يتضح أيضا من خلال نتائج جدول (١٥) نسبة تحسن القياس البعدى للمجموعتين التجريبية الضابطة في المتغيرات المهارية والتحصيل المعرفي لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية حيث بلغ معدل التغير لمهارة **Pas de baurree** (٣٢٠ %) يليها مهارة **Pas de cha** (٢٢٠,٦٥ %) يليها مهارة **echappe** (١٦٤,٥٦ %) يليها مهارة **Sissonne** (١٠١,٩٧ %) يليها التحسن في التحصيل المعرفي (٣٠,٢٥ %) وتغزو الباحثة هذا التحسن للمتغيرات للمجموعة التجريبية إلى تأثير الحقيبة التعليمية وما تحتوية من (CD - الكتيب المبرمج - المطوية) حيث ساعد الطالبة علي فتح آفاق جديدة من المعرفة وعلي التفكير العلمى المنظم وزيادة المقدرة علي التفكير والتأمل والبحث عن المعلومات والربط بين المعلومات المرتبطة بالمادة العلمية ، وعلي التعلم المهارى الدقيق ومراعاة الفروق الفردية بين الطالبات ، والأختصار في الوقت والجهد وعلي التغذية الراجعة الفورية لأصلاح الأخطاء والحرية في التعلم ذاتياً في أي وقت وأي مكان .

وتضيف سامية الهجرسي (٢٠٠٤م) (١١) أن حسن استخدام الوسائل المرئية والمسموعة (كالفيديو والحاسوب) يساعد على تحسن المهارات الحركية وإتقانها وتثبيتها عن طريق استخدام الإرتباطات البصرية السمعية مما يستثير القدرات الفردية ويعمل على ضمان التقدم والتطور .

كما يضيف عبد الباسط محمد حسن (١٩٩٠م) (١٥) نقلاً عن برونز "Broner" إلى أن التوضيح بالتقنيات الحديثة كإمكانية العرض البطيء يمكن أن تبرز النقاط الفنية فى ذهن الطالبات .

وفي هذا الصدد يشير " كمال عبد الحميد زيتون " (٢٠٠٤م) (١٧) أن البرامج التكنولوجية الحديثة تراعي تعلم الطالبة وفقاً لقدراتها الذاتية وتترك لها التنقل في البرنامج التعليمي بحرية فتكتسب مهارات التفكير التكنولوجي لمواجهة التطور والتعايش معه وقد يمكنها أن تقلل وقت التعليم وتزيد من معدل التغذية الرجعية لديها .

كما ترى الباحثة أن تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة فى المهارات (قيد البحث) قد يرجع إلى أن استخدام الحقيبة التعليمية وما تحتوية ومن خلال البرنامج الذى خضعت له المجموعة التجريبية كان وراء تفوقها على المجموعة الضابطة وذلك لأنه يتضمن أداء المهارات قيد البحث من خلال أداء لبلارينة من معهد الباليه كنموذج للأداء المثالى ويعرض آدائها من خلال الصور الثابتة والمتحركة بحركات مختلفة للشاشة بالمصاحبة الموسيقية .

مما يساعد الطالبات على فهم وإستيعاب شكل المهارة ومسار الحركة بها ويوضح لهم المراحل المختلفة والنقاط الفنية بها مما يعمل على تثبيتها ويجعل عملية التعلم سهلة وشيقة مما يكون له

عظيم الأثر على تعلمهم المهارات الأساسية قيد البحث بصوة جيدة والوصول بهم إلى أفضل مستوى ممكن، بينما تفتقر الطريقة التقليدية والتي خضعت لها المجموعة الضابطة إلى ذلك حيث اعتمدت على أسلوبى الشرح اللفظى وأداء النموذج العملى فقط.

كما تشير " وفيقة مصطفى سالم " (٢٠٠١م) (٢٤) أن الحقيبة التعليمية تساعد المتعلم على تكامل الخبرات لديه وتحقيق أفضل تعلم من خلال الخبرة المرئيه للأفلام والصور وكذلك الخبرة المسموعة من خلال التسجيلات الصوتية ، فهي تحقق أكبر قدر من التجاوب والتفاعل للمتعلم لتحقيق الاهداف التعليمية المحددة فهي تحتوى على أنواع مختلفة من المواد التعليمية فقد تحتوى على صور ثابتة وأفلام ثابتة ومتحركة ومجموعة من الشرائح وشفافيات والخرائط ورسوم البيانية ونماذج وكتب مبرمجة ومواد مبرمجة.

ويتفق هذا مع نتيجة كلاً من أحمد رمضان عبد الحكم " (٢٠١٥م) (٣) ، تامر جمال " (٢٠١١م) (٦)، سعيد غني نوري " (٢٠١٠م) (١٣) حسين عبد السلام " (٢٠٠٨) (٨) ، علي أهمية الحقيبة التعليمية الإلكترونية في تحسين المستوى المهارى والمعرفي .

كما يتضح أيضا من خلال نتائج جدول (١٤) نسبة تحسن القياس البعدى للمجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية والتحصيل المعرفي حيث بلغ معدل التغير لمهارة **Pas de baurre** (٥٥,١٢ %) يليها مهارة **Pas de cha** (٤٧,٠٨ %) يليها مهارة **echappe** (٤٤,٤٥ %) يليها مهارة **Sissonne ferme** (٣٣,٣٥ %) يليها التحسن في التحصيل المعرفي (٥٠,٨٠%) وتغزو الباحثة هذا التحسن للمتغيرات المهارية والتحصيل المعرفي إلي أن الباحثة أتبع أسلوب المتبع في التدريس وهو الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي للمهارة وبالتالي تعود الطالبات على هذه الطريقة في التعلم أدي إلي تحسن الأداء وأيضا التعلم بشكل جماعي أثار دافعتهم للتنافس فيما بينهم ومحاولة تقليد الجيد منهن وتشجيع الباحثة لهن على الأداء الجيد ، مما أدي إلي تحسن المهارات نتيجة التدريب والمران بنفس الزمن المخصص للمجموعة التجريبية .

وبذلك يتحقق الفرض الثاني والذي ينص علي :

توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعدين لكلاً من المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى تعلم المهارات الحركية في البالية- **Echappe-Pas de Chat** و **Sissionne- Pas de poure** والتحصيل المعرفي لصالح المجموعة التجريبية .

الاستخلاصات والتوصيات

أولاً: الاستخلاصات

في ضوء أهداف البحث وفروضة وفي ضوء المعالجة الإحصائية للبيانات أستخلصت الباحثة ما يلي :-

- ١- أن الحقيبة التعليمية الإلكترونية لها تأثير إيجابي علي تحسين مستوى أداء المهارات الأساسية (قيد البحث) حيث بلغت نسبة التحسن لمهارة **Pas de baurree** (٣٢٠%)، مهارة **Pas de cha** (٢٢٠,٦٥%) ، مهارة **echappe** (١٦٤,٥٦%) مهارة **Sissonne ferme** (١٠١,٩٧%)، التحسن في التحصيل المعرفي (٣٠,٢٥%).
- ٢- أن الحقيبة التعليمية الإلكترونية أدت إلي تفوق المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة في مستوى أداء المهارات الأساسية (قيد البحث) والتحصيل المعرفي .
- ٣- البرنامج التعليمي المقترح له تأثير إيجابي على تعزيز التغذية الراجعة المتزامنة وتحسين مستوى الأداء المهاري.
- ٤- وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى تعلم بعض المهارات الأساسية (قيد البحث) والتحصيل المعرفي لصالح القياس البعدي.
- ٥- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى تعلم بعض المهارات الأساسية (قيد البحث) و التحصيل المعرفي لصالح القياس البعدي.
- ٦- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين لكلاً من المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى تعلم المهارات الأساسية (قيد البحث) والتحصيل المعرفي لصالح المجموعة التجريبية
- ٧- تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في نسب التحسن للمتغيرات (قيد البحث).
- ٨- أن البرنامج المتبع بالكلية أدى إلي تحسن المجموعة الضابطة نسبياً في مستوى أداء المهارات الأساسية (قيد البحث)

ثانياً : التوصيات :-

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث والأستنتاجات وفي حدود عينة البحث توصي الباحثة ما يلي :

- ١- تطبيق الحقيبة التعليمية الإلكترونية بكل ما تحتوية من أهداف تعليمية وسلوكية لتدريس البالية لطلاب الفرقة الثانية لما أثبتته نتائج هذه الدراسة من تحسن في مستوى الأداء.
- ٢- عمل برامج مشابهة علي طالبات الفرقة الأولى - الثالثة - الرابعة .

- ٣- تطبيق الحقيبة التعليمية الإلكترونية علي جميع أنواع التعبير الحركي وجميع الأنشطة الرياضية الأخرى .
- ٤- إنشاء معمل خاص للتعبير الحركي يضم جميع الوسائط التكنولوجية الحديثة (البصرية والسمعية) وبرمجة منهاج التعبير الحركي وترك الطالبة إختيار أسلوب التعلم الذي يناسبها .
- ٥- ضرورة إستخدام التعلم الذاتي بأشكاله المتعددة وأنواعه لأن هذا الأسلوب يعطى فرصة للمتعلم للأبداع وبراعي الفروق الفردية .
- ٦- عقد دورات صقل لأعضاء هيئة التدريس في كيفية تصميم وبرمجة الحقائق التعليمية الألكترونية في جميع الأنشطة الرياضية الأخرى لسهولة عملية التعلم .

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:-

- ١- إبراهيم عبد العزيز الدعيلج (٢٠١١م) : الاتصال والوسائل والتقنيات التعليمية ، دار الكتاب للنشر والتوزيع ،عمان .
- ٢- أحمد حسنين الجمل (١٩٩٦م): معجم المصطلحات التربوية والمعرفية ، عالم الكتب ، القاهرة .
- ٣- أحمد رمضان عبد الحكم (٢٠١٥م) : تأثير برمجية تعليمية بإستخدام الوسائط الفائقة علي مستوى المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ المعاهد الأزهرية بالقليوبية " رسالة ماجستير، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة بنها .
- ٤- الغريب زاهر، إقبال بهبهانى (١٩٩٩م): تكنولوجيا التعليم (نظرة مستقبلية) ، ط٢ ، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- ٥- أنتصار عبد العزيز حلمي (٢٠٠٨ م) : "فاعلية برنامج مقترح بأسلوب الوسائط المتعددة علي مستوى أداء بعض المهارات الحركية في البالية والرضا الحركي والتحصيل المعرفي"، بحث منشور ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، المجلد ٤٢- العدد ٧٩ ، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق.
- ٦- تامر جمال (٢٠١١م) : "تأثير برمجية تعليمية بإستخدام الوسائط الفائقة علي تعلم بعض المهارات الهجومية في رياضة المبارزة وتأثيرها علي التحصيل المعرفي " ، رسالة دكتوراة ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة بنها .
- ٧- حسين عبدالسلام جابر (٢٠٠٧ م) :تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام ثلاثة أساليب تدريس في تعلم مهارة الضرب الساحق وتحسين الانتباه، مجلة العلوم التربوية والنفسية .جامعة البحرين .

- ٨- حسين عبدالسلام جابر (٢٠٠٨ م) : " أثر استخدام حقيبة تعليمية مبرمجة في التعلم المعرفي والمهاري الذاتي للإرسال والاستقبال بالكرة الطائرة " بحث منشور ،مجلة النجاح للبحوث والدراسات جامعة النجاح الوطنية، مجلد (٢٢) ، فلسطين .
- ٩- خالد محمد داؤد (٢٠٠٣م) : تأثير انتقال أثر التعلم العمودي والعمودي المعكوس المصحوب بالحقيبة التعليمية وبدونها علي التحصيل المهاري لبعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة ، مجلد البحوث، جامعة اليرموك الأردن.
- ١٠- رضا أحمد سعد (٢٠٠٤ م) : "تأثير برنامج مقترح بإستخدام الحقيبة التعليمية علي تعلم بعض مهارات الجمباز لدي طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا " ، رسالة دكتوراة ، غير منشورة ، جامعة طنطا.
- ١١- سامية الهجرسي (٢٠٠٤م): مقدمة التمرينات الإيقاعية والجمباز الإيقاعي والمفاهيم العلمية، مطبعة ومكتبة الغد، القاهرة .
- ١٢- سامية ربيع ، صفية احمد محيي،: البالية والرقص الحديث، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٢م.
- ١٣- سعيد غني نوري (٢٠١٠ م) : "تصميم وبناء حقيبة تعليمية كوسيلة مساعدة في تعلم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة " بحث منشور ،مجلة ميسان للدراسات الاكاديمية ، المجلد التاسع ، العدد السابع عشر ، كلية التربية الرياضية جامعة ميسان .
- ١٤- طلحة حسام الدين (١٩٩٤م) : ميكانيكا الحيوية - الأسس النظرية والتطبيقية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ١٥- عبد الباسط محمد حسن(١٩٩٠م) :أصول البحث الاجتماعي ، ط١١ ،مكتبة وهبة ، القاهرة .
- ١٦- غادة محمد يوسف (٢٠٠٦ م) : "فاعلية برنامج بأستخدام الهيبريميديا علي مستوى أداء المهارات الاساسية في البالية " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق .
- ١٧- كمال عبد الحميد زيتون (٢٠٠٤م) :تكنولوجيا التعليم في عصر المعلومات والاتصالات ، دار الكتب ، القاهرة .
- ١٨- لمياء حسن الديوان (٢٠٠٦م) : " أثر أستخدام الحقيبة التعليمية علي مستوى تعلم بعض المهارات الهجومية ل سلاح الشيش للمبتدئات " ، بحث منشور ،المؤتمر الثالث لعلوم الرياضة الجماهيرية والتربية البدنية ، المجلد الاول كلية التربية البدنية ، ليبيا.
- ١٩- محمد حسن علاوى (١٩٩٤م): علم النفس الرياضي ، ط٩ ، دار المعارف ، القاهرة .

٢٠- مصطفى السايح (١٩٩٥م): استخدام وسائل الاتصال التعليمية بدرس التربية الرياضية بالمرحلة الاعدادية بجمهورية مصر العربية ، المؤتمر العلمي الاول للتنمية البشرية ، كلية التربية الرياضية للبنين الهرم.

٢١- مصطفى عبد القادر الجيلاني (٢٠٠٠م) : تصميم منظومة للوسائط المتعددة وأثرها علي تعلم بعض مهارات كرة القدم للمبتدئين" ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .

٢٢- نشوان محمود الصفار (١٩٩٨م) : "أثر استخدام حقيبية تعليمية بأسلوبين تدريسيين في وقت التعلم الأكاديمي والتحصيل الحركي في الرمح" ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، جامعة البصرة ، العراق.

٢٣- وسام عادل السيد (٢٠٠٣م) : "تأثير استخدام الوسائط الفائقة والأكتشاف الموجه علي مستوى الأداء والأبتكار الحركي في الرقص الحديث" رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان

٢٤- وفيقة مصطفى سالم (٢٠٠١م): تكنولوجيا التعليم والتعلم في التربية الرياضية ، منشأة المعارف ، الاسكندرية

٢٥- يوسف سعد عبد الجليل (٢٠٠٢م): "استخدام بعض وسائط الاتصال التعليمية على ناتج تعلم سباحة الزحف على البطن للمبتدئين"، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأسكندرية .

ثانياً: المراجع الاجنبية

٢٦-Adams, S. (٢٠٠٠): "A Comparison of computer - based and teacherdirectedinstruction on performance of the full golf swing". Middl Tennessee State University, ١٣٤ pages AAT٩٩٧٨٦٩٢.

٢٧- Derek, Rountree. (١٩٨١) : A dictionary of education. London. Arper Row. p٦.

٢٨- Graig locits & other(١٩٩٠): Hypervedio educational technology , research and development col .٣٨,no٢pp.٤١-٤٩.

٢٩- West Fisher(١٩٩٦): Effect of interacturemulti media tutorial on student ,university of eugore , ore.

ثالثاً: شبكة المعلومات الدولية:

٣٠- www.iraqacad.org/lib/mousel/khalid.Htm.

٣١- www.slideshare.net/helmymoota/ss-١٥٢٩٧٠٥٢.