

بناء مقياس الذاكرة الفوقية للاعبات الكاراتيه

أ.د/ نشوى محمود أحمد نافع

أ.د/ صفاء صالح حسين محمود

باحثة/ ياسمين علاء حامد

مقدمة :

يشهد عالمنا المعاصر ثورة علمية ومعلوماتية فاقت ما سبقتها من ثورات على مر القرون، وهذه الثورة تتطلب لمواجهتها وجود قاعدة علمية قوية الأساس اي انها تحتاج الى انسان مبدع مبتكر، ولا يتحقق هذا من دون تعلم يواكب متطلبات العصر لتأهيل طلبتنا لمواجهة هذه التغيرات السريعة التي تجتاح العالم، ولإيجاد استراتيجيات تعليمية أكثر فاعلية وتأثير بالمتعلم وتلبي مستلزمات المجتمع ومتطلباته المتنامية.

العلوم تتضاعف بشكل مذهل وعلى الفرد حتى يكون ناجحاً في الوصول الى الهدف المطلوب، عليه ان يطلع ويتزود بالمعرفة سواء المهارية او القانونية والتي تعتمد بدرجة كبيرة بالعمليات العقلية لدى كل فرد، وان الفروق بين الافراد ليس ناجمة عن اختلافهم في السلوك فحسب، وانما ناجمة ايضاً عن اختلافهم في العمليات العقلية فلكل فرد اسلوبه الخاص في التفكير والفهم والتذكر والادراك والتنظيم، ومن ثم فإن لكل فرد طريقته الخاصة في التعامل مع مواقف الحياة اليومية المختلفة والتي تميزه عن غيره من الأفراد (١ : ٦)

ويرى وولفولك Woolfolk (١٩٩٣) أن معرفة الفرد لما يسمى المعرفة الفوقية (Metamemory) وتنشيطها يساعده في تنظيم ذاكرته الفوقية ايضاً، وهذا يسهل عليه عملية التخطيط للدراسة وذلك باستخدام طرق وأساليب معرفية تطبيقية مهمة تساعد على تخزين المعلومات واسترجاعها عند اللزوم، وهذه الطرق والاساليب عديدة ومتنوعة منها (الحفظ - التنظيم - التصور الذهني - المراجعة المنظمة- التسميع الذاتي الذهني - مساعدات التذكر - قادحات الذاكرة).

فمنذ بداية السبعينات تم توجيه الاهتمام المتزايد نحو تنمية وعى الافراد بذاكراتهم الخاصة، وهذه الظاهرة قد اطلق عليها " الذاكرة الفوقية" بواسطة جون فلاويل والذي عرفها على نطاق واسع على

انها "المعرفة اللفظية المحتملة للفرد فيما يتعلق بأى جانب من جوانب تخزين المعلومات واسترجاعها في منطقة واسعة من مناطق الذاكرة المختلفة. (١٢ : ٢٤٩) (٨ : ١٤٢٣ - ٠٠٥٤)

تشير شيماء الحارون ٢٠٠٩ الى ان الذاكرة الفوقية توفر تغذية راجعة جوهرية للمتعلم المهتم بمراقبة تعلمه، كوسيلة لتحقيق الأهداف المرغوبة والتوصل إلى أفضل إنجاز ممكن، كما أن التغذية الراجعة لها تأثير قوي على انتقال الاستراتيجية التي يتعلم بها المتعلم حيث تعزز معلوماته المتعلقة بالذاكرة الفوقية. (٢ : ١١١)

تقوم هذه المهارات بدور مؤثر في معالجة المعلومات، وتحسين أداء الذاكرة كما أن الوعي بتلك المهارات يؤدي إلى عمق في التفكير ومرونة في الابتكار والذي يقوم بدوره بدور فعال في تحسين كفاءة عمليات : (١٨:٥)

اشار روجر وأخرون Roger et al (2004) الى تعليمات الإستراتيجية المعرفية التي تتضمن التغذية الراجعة والنمذجة من الزملاء والمعلمين. وتطوير المعرفة الشرطية التي تمكنهم من اختيار الإستراتيجية الأنسب ومراقبة فائدتها. (١٠ : ٢٤٦)

يشير بالينكسار وبراون Palincsar, A. S., & Brown (١٩٩٣) إلى أن الطلاب يكتسبون ويبنون معرفة ما وراء الذاكرة بثلاث طرق مختلفة. إحدى الطرق هي الخبرة العملية التي توفر المعرفة التصريحية حول المهام بالإضافة إلى المعرفة الإجرائية حول الأداء الأمثل. الطريقة الثانية هي من خلال النماذج الماهرة التي تقدم ملاحظات مفصلة - خاصة التغذية الراجعة المشروطة - التي تمكن الفرد من التمييز بين الاستراتيجيات الفعالة والأقل فاعلية. الطريقة الثالثة هي من خلال التأمل الذاتي والتفكير الجماعي حيث يناقش الأفراد صراحة فعالية الاستراتيجيات المختلفة وطرق تحسين الأداء في المستقبل. (٩ : ١٣٧).

لاعب الكوميتيه يمر من حالة الهدوء إلى حالة التركيز، الانتباه الشديد الذي يعتبر من العمليات العقلية الهامة والتي تلعب دوراً هاماً خاصة في مجال رياضة الكاراتيه والتي يتقابل فيها اللاعب مع المنافس في ظروف تتميز بالسرعة الخاطفة والمتغيرة للنشاط الحركي ، سواء في حالة الهجوم أو الدفاع أو الهجوم المضاد لانه ينبغي على اللاعب في هذه الظروف أن يتمتع بقدر كبير من العمليات العقلية المختلفة حتى يتمكن من الانفعال السليم والدقيق نحو الاوضاع المتغيرة أثناء سير

النشاط ويتوقف نجاح لاعب الكاراتيه بقدرته للسيطرة على المواقف الهجومية ، الدفاعية والهجومية المضادة في التدريب والمباريات وتوجيه انتباهه إليها بل وقدرته على تحويل انتباهه من موقف إلى آخر بسرعة ودقة وقد أصبح من شروط احتساب النقاط للاعب التوقيت السليم والمسافة الصحيحة وأن يكون اللاعب مستعداً بعد الانتهاء من هجومه لاداء فعل أو رد فعل آخر ضد هجوم المنافس. (٣ : ٣٤٢)

مشكلة البحث:

في ضوء ما سبق ومن خلال وجود الباحثة في التدريب ومتابعتها أداء اللاعبين في التدريب وفي المنافسة، لاحظت اهدار بعض اللاعبين العديد من الهجمات بدون تسجيل نقاط وذلك لعدم توافر واحدة او اكثر من معايير منح النقاط (الشكل الجيد - السلوك الرياضي - تطبيق قوي - الانتباه (الزان شن) - التوقيت الجيد -المسافة الصحيحة). وبمقابلة اللاعبين وسؤالهن عن أسباب ذلك اشارن انه قد يرجع السبب الى ضغط الموقف أو لعدم معرفتهن بتلك المعايير او نسيانها وعدم قدرتهن على استدعاء المعلومات والمعارف المرتبطة بقواعد المباريات والتي تخص شروط الأداء، خاصة عند مواجهة خصوم أقوىاء (او الاشتراك في منافسة قوية). وايضاً حددت الباحثة مشكلة أخرى تتمثل بشكل رئيسي في تعلم المهارات الخطئية المركبة التي يصعب فهمها وحفظها وبالتالي إعادة أدائها.

مما دعا الباحثة الى البحث عن طريقة او وسيلة قياس لمعرفة مدى قدرة اللاعبين على تنظيم معرفتهم سواء النظرية او التطبيقية داخل الذاكرة مما يسهل استدعاء المعلومات المناسبة لكل موقف، فتوصلت إلى الذاكرة الفوقية من أفضل المقاييس التي تعبر عن الوعي الكامل بكل ما له صلة بتخزين واسترجاع المعلومات واستراتيجيات الذاكرة. وإجراء الدراسة الحالية والتي تهدف الى بناء مقياس للذاكرة الفوقية للاعبات الكوميتيه في رياضة الكاراتيه.

هدف البحث:

يهدف البحث الى :

بناء مقياس للذاكرة الفوقية للاعبات الكاراتيه.

❖ التعرف على محاور مقياس الذاكرة الفوقية للاعبات الكاراتيه.

تساؤلات البحث

- ما هي محاور مقياس الذاكرة الفوقية لطالبات تخصص الكاراتيه.
- ما هي عبارات المكونة لمحاور مقياس الذاكرة الفوقية لطالبات تخصص الكاراتيه.

مصطلحات البحث:

الذاكرة الفوقية:

هي عبارة عن الوعي الكامل بكل ما له صلة بتخزين واسترجاع المعلومات واستراتيجيات الذاكرة (١١ : ٧).

الدراسات المرجعية :

١. قام هيمالاتا كاليمات و عسير جوليو Hemalatha Kalaimath; Asir Juliusi; (٢٠١٢) بهذه الدراسة بهدف معرفة تأثير استراتيجيات الذاكرة الفوقية على التعلم بين طلاب المدارس الثانوية العليا. يمكن أن تساهم استراتيجيات الذاكرة الوصفية كثيرًا ، ليس فقط في التعلم ولكن أيضًا في الحياة اليومية للفرد. يمكن أن تؤدي معرفة قوة الذاكرة الخاصة بالفرد إلى إعادة ترتيب المعلومات وإعادة تخصيصها وجدولتها في المجال المعرفي. وتكونت العينة من (٨٠) طالباً في المرحلة الثانوية. أجريت الدراسة التجريبية، وكان من أهم النتائج التي اثبتتها الدراسة هي فعالية استراتيجيات الذاكرة الفوقية في التعلم.(٦)

٢. قام جبريلا كامبيلو Gabriela Campelo1 (٢٠١٦) بدراسة تهدف الى تطوير نسخة قصيرة من استبيان الذاكرة الفوقية للبالغين الاستبيان يتكون من ١٠٨ عنصراً ، مقسمة إلى سبعة أبعاد من الذاكرة الفوقية (الإستراتيجية ، المهمة ، السعة ، التغيير ، القلق ، الإنجاز والموقع). على الرغم من استخدامها على نطاق واسع ، فإن طول الأداة يجعل تطبيقها غير عملي في العديد من السياقات ، مما يعزز الحاجة إلى إصدار قصير. أجاب ما مجموعه ٤٧٢ مشاركاً على النسخة الكاملة الأصلية من الذاكرة في استبيان مرحلة البلوغ. أولاً ، كشفت تحليلات نظرية استجابة العنصر أنه يمكن استبعاد تسعة عناصر من الأداة بسبب ضعف قيم الملاءمة والزي. بعد تحليلات العوامل الاستكشافية ، تم الحكم على العناصر الـ ٩٩ المتبقية من قبل خمسة خبراء اختاروا العناصر الأكثر ملاءمة وفقاً للمعايير المحددة مسبقاً (عامل التحميل ، والتكرار ، والكتابة السيئة ، وعدم الملاءمة الزمنية / الثقافية). تم الحصول على نسخة مكونة من ٣٩ عنصراً (MIAR) ، مع نفس الهيكل العملي للميتاميموري الأصلي في استبيان مرحلة البلوغ. أظهر MIAR مؤشرات تناسق داخلية

مرضية ، بالإضافة إلى أدلة على صحة وصلاحيه متقاربة بناءً على عملية الاستجابة. كشفت النتائج أن MIAr حقق خصائص سيكومترية جيدة ، وكان بمثابة خيار أكثر شحًا وعمليًا لتقييم الذاكرة الفوقية(٧)

٣. قام كاظم محسن، وانوار بدر (٢٠١٥) بدراسة تهدف الي التعرف على مستوى كفاءة التمثيل المعرفي وعلاقتة بما فوق الذاكرة لدي طلبة الجامعة، استخدم الباحثان المنهج الوصفي، تمثلت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب وطالبة من مرحلة البكالوريوس بالجامعة المستنصرية، استخدم الباحثان مقياس كفاءة التمثيل المعرفي (لغانم - ٢٠١١) ، ومقياس ما فوق الذاكرة من اعداد (تروير وريتش - ٢٠٠٢) كأدوات لجمع البيانات بالدراسة وقد اشارت اهم النتائج الي أن أفراد عينة البحث لديهم مستوى جيد من كفاءة التمثيل المعرفي ولديهم وعي بكيفية عمل ذاكرتهم إذ كان متوسط درجاتهم أعلى من الوسط الفرضي وكذلك أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين كفاءة التمثيل المعرفي وما فوق الذاكرة. (٤).

إجراءات البحث منهج البحث:

إستخدم الباحثين "المنهج الوصفي" لبناء المقياس قيد البحث (مقياس الذاكرة الفوقية)، وذلك لملائمتهم لطبيعة وأهداف البحث.

مجتمع وعينة البحث:

قام الباحثين بإختيار مجتمع البحث من لاعبات الكاراتيه (درجة اولى) بكلية تربية رياضية بنات جامعة الزقازيق، والتي قوامها (٣٩) لاعبة تتراوح اعمارهن ما بين (٢١ - ٢٢) سنة ، تم سحب عينة استطلاعية قوامها (١٥) لاعبة كعينة استطلاعية، وتم استبعاد لاعبتين للاصابة وباقى مجتمع البحث ٢٤ لاعبة عينة اساسية.

جدول (١)

توصيف مجتمع وعينة البحث

عينة الدراسة الأساسية		عينة الدراسة الاستطلاعية		مجتمع البحث		تصنيف العينة
استبعاد	عينة تجريبية	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	
النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	
٤,٨٨ %	٢	٥٨,٥٤ %	٢٤	٣٦,٥٨ %	١٥	١٠٠ %

قامت الباحثة بإجراء التجانس للاعبات لمجتمع وعينة البحث والبالغ عددهم (٣٩) لاعبة للتأكد من وقوعها تحت المنحنى الإعتدالي وذلك فى متغيرات النمو (السن ، الطول ، الوزن) والعمر التدريبي، و **جدول (٢)** يوضح ذلك.

جدول (٢)

اعتدالية مجتمع البحث الكلية فى متغيرات النمو والعمر التدريبي

ن=٣٩

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	سنة	٢٠,٣١	٢٠,٠٠٠	٠,٦٩٤	١,٩٨٨
الوزن	كجم	٦٥,٣٨	٦٥,٠٠٠	٥,٧٥٦	٠,٢١٦ -
الطول	سم	١٦١,٦٩	١٦٢,٠٠٠	٤,٤٧٣	٠,٠١٩
العمر التدريبي	سنة	٥,٠٢٥	٥,٠٠٠	١,١٣٥	٠,٢٨٩

ويتضح من **جدول (٢)** أن جميع قيم معاملات الالتواء لمتغيرات النمو والعمر التدريبي ، قد تراوحت ما بين (- ٠,٢١٦ : ١,٩٨٨) أى أنها تنحصر ما بين (±٣) مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى هذه المتغيرات

ثالثاً : وسائل وأدوات جمع البيانات

١.١ الإستمارات :

✱ استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد محاور وعبارات مقياس الذاكرة الفوقية (إعداد الباحثة)

مرفق (١)

٢. مقياس الذاكرة الفوقية للاعبات الكاراتيه (إعداد الباحثة) - مرفق (٢، ٣، ٤)

- خطوات بناء المقياس المقترح :

مقياس الذاكرة الفوقية للاعبات الكاراتيه يهدف إلي توفير أداة قياس ثابتة وصادقة لقياس مستوى الذاكرة الفوقية للاعبات الكاراتيه.

أ- تحديد المحاور الأساسية للمقياس :

قامت الباحثة بعمل مسح مرجعي للدراسات المرجعية والكتب العلمية منها العربية والأجنبية والتي تناولت موضوع الذاكرة الفوقية (٥)(٦)(٧)(١١) كما قامت الباحثة بإجراء بعض المقابلات مع الأساتذة المتخصصين في هذا المجال ومن خلال المسح المرجعي والمقابلات أمكن استخلاص عدد (٨) محاور أساسية لتكوين الهيكل الرئيسي لبناء المقياس وعرضهم على السادة الخبراء - مرفق (١) لتحديد المحاور الاكثر ملائمة للاعبات الكاراتيه ، والتي من خلالها تم وضع المحاور في صورتها المبدئية في استمارة تم عرضها على مجموعة من السادة الخبراء المتخصصين في مجال الكاراتيه وعلم النفس الرياضي ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (٣)

الأهمية النسبية لآراء الخبراء في الابعاد الرئيسية لمقياس الذاكرة الفوقية للاعبى الكاراتيه

ن = ١٠

م	البُعد	التكرارات	المقترحات	النسبة المئوية
١.	الاستراتيجية	١٠	دمج	٪١٠٠
٢.	التنظيم	٩		٪ ٩٠
٣.	الواجب	٩	تعديل مسمى	٪٩٠
٤.	القدرة	١٠		٪١٠٠
٥.	التغيير	صفر	إستبعاد	٪٠٠
٦.	القلق	١٠		٪١٠٠
٧.	الإنجاز	١٠		٪١٠٠
٨.	التركيز	١٠		٪١٠٠

يتضح من الجدول (٣) موافقة السادة الخبراء على محاور المقياس والتي تراوحت نسبة الموافقة من ٣٠٪ - ١٠٠٪ وقد ارتضت الباحثة بناءً علي رأي الخبراء بالمحاور التي لا تقل نسبة الموافقة

عليها عن ٧٠٪ ، تم دمج محوري الاستراتيجية والتنظيم وحذف محور (التغيير) بنسبة موافقة ٧٠٪ لتصبح المحاور النهائية هي (الاستراتيجية - المهمة - القدرة - القلق - الإنجاز - التركيز) وقد قامت الباحثة بصياغة مجموعة من العبارات والتي تُعبر عن الذاكرة الفوقية لكل محور من محاور المقياس وذلك في ضوء الفهم والتحليل النظري للبعد، كما استعانت الباحثة بالعبارات التي حصلت عليها من خلال المقابلات مع المتخصصين وكذلك الاسترشاد بالمقاييس والاختبارات السابقة بما يتناسب مع الهدف من الدراسة .

وقد راعت الباحثة في صياغة العبارات ما يلي :

- أن تكون العبارات واضحة ومفهومة.
 - ألا توحى العبارة بنوع الاستجابة.
 - لا تشمل العبارة على أكثر من معنى (الازدواجية).
 - الابتعاد عن الألفاظ صعبة الفهم.
 - أن تعبر العبارة عن احد وظائف محاور الذاكرة الفوقية.
- وقد بلغ مجموع العبارات (٣٣) عبارة موزعه على (٦) محاور ، وقد تم عرض العبارات على المحكمين (السادة الخبراء) لتحديد مدى انتماء العبارات للبعد الخاص بها وتحديد ميزان التقدير الخاص بالمقياس والجدول (٤) يوضح محاور المقياس وعدد عبارات كل محور .

جدول رقم (٤)

محاور المقياس وعدد عبارات كل محور

م	المحور	عدد العبارات
١	الاستراتيجية	٧
٢	المهمة	٥
٣	القدرة	٥
٤	القلق	٥
٥	الإنجاز	٧
٦	التركيز	٤
	المجموع	٣٣

- المعالجة الإحصائية لآراء السادة الخبراء على العبارات الخاصة بكل بعد :

قامت الباحثة بتوزيع المقياس في صورته الأولى على الخبراء للوقوف على مدى انتماء كل عبارة للمحور وذلك بوضع علامة (√) أمام العبارة التي تنتمي للمحور وعلامة (X) أمام العبارة التي لا تنتمي للبعد وكذلك حذف أو تغيير العبارات إذا لزم الأمر - مرفق (١) ، ثم قامت الباحثة بتفريغ آراء السادة الخبراء وإجراء المعالجات الإحصائية الآتية :

- التقدير الكمي لعبارات ابعاد المقياس والجداول رقم(٥) (٧) (٩) (١١) (١٣) (١٥) يوضح ذلك.

- التقدير الكيفي وذلك بتعديل صياغة بعض العبارات أو حذف بعضها والجداول (٦)(٨)(١٠)(١٢)(١٤)(١٦) يوضح ذلك .

- التقدير الكمي والكيفي لعبارات محاور المقياس :

وذلك عن طريق حساب الخطأ المعياري للنسبة والجداول الآتية توضح التقدير الكمي

والكيفي للعبارات في كل محور من محاور المقياس .

جدول (٥)

التقدير الكمي لعبارات المحور الأول (الاستراتيجية)

م	تكرار الموافقة	تكرار عدم الموافقة	نسبة الموافقة	نسبة عدم الموافقة	حالة العبارة
١	٩	١	٪٩٠	٪١٠	
٢	١٠	٠	٪١٠٠	٪٠	
٣	٨	٢	٪٨٠	٪٢٠	تعديل
٤	٨	٢	٪٨٠	٪٢٠	
٥	٩	١	٪٩٠	٪١٠	
٦	١٠	٠	٪١٠٠	٪٠	
٧	٩	١	٪٩٠	٪١٠	

يتضح من الجدول (٥) تعديل صياغة العبارة رقم (٣) ، وبذلك يظل عدد عبارات محور

الاستراتيجية (٧) عبارات.

جدول (٦)
العبارات التي تم تعديلها وفقاً لرأى الخبراء في محور (الاستراتيجية)

رقم العبارة	العبارات قبل التعديل	العبارات بعد التعديل
٣	أمل في تحسين قدرتي على التذكر لاحقاً	اسعى لتحسين قدرتي على التذكر لاحقاً

جدول (٧)
التقدير الكمي لعبارات المحور الثاني (المهمة)

م	تكرار الموافقة	تكرار عدم الموافقة	نسبة الموافقة	نسبة عدم الموافقة	حالة العبارة
١	١٠	٠	١٠٠%	٠%	
٢	٧	٣	٧٠%	٣٠%	تعديل
٣	٩	١	٩٠%	١٠%	
٤	٧	٣	٧٠%	٣٠%	تعديل
٥	٩	١	٩٠%	١٠%	

يتضح من الجدول (٧) تعديل صياغة العبارة رقم (٢)(٤) وبذلك يصبح عدد عبارات محور المهمة (٥) عبارات .

جدول (٨)
العبارات التي تم تعديلها وفقاً لرأى الخبراء في محور (المهمة)

رقم العبارة	العبارات قبل التعديل	العبارات بعد التعديل
٢	المهارات التي مارستها في السابق اسهل في التذكر من المهارات الجديدة تماما	اتذكر المهارات التي مارستها في السابق اسهل من المهارات الجديدة
٤	يسهل تذكر تسلسل جمل هجومية اديتها سابقا اكثر من التي اداها الاخرون	اتذكر بسهولة الجمل الهجومية التي اديتها سابقا اكثر من التي يودونها الاخرون

جدول (٩)
التقدير الكمي لعبارات المحور الثالث (القدرة)

م	تكرار الموافقة	تكرار عدم الموافقة	نسبة الموافقة	نسبة عدم الموافقة	حالة العبارة
١	٩	١	% ٩٠	% ١٠	تعديل
٢	٨	٢	% ٨٠	% ٢٠	تعديل
٣	٨	٢	% ٨٠	% ٢٠	تعديل
٤	١٠	٠	% ١٠٠	% ٠	
٥	٩	١	% ٩٠	% ١٠	تعديل

يتضح من الجدول (٩) تعديل صياغة العبارة رقم (١)(٢)(٣) (٥) وبذلك يظل عدد عبارات محورالقدرة (٥) عبارات.

جدول (١٠)
العبارات التي تم تعديلها وفقا لرأى الخبراء في محور (القدرة)

رقم العبارة	العبارات قبل التعديل	العبارات بعد التعديل
١	اجيد تذكر المحتوي النظري لمواد القانون	اتذكر جيدا المحتوي النظري لمواد القانون .
٢	اجيد تذكر الشروحات الخطئية بمجردالاستماع اليها	اتذكر شرح الخطط بمجرد الاستماع اليها .
٣	اجيد تذكر الترتيب الذي اديت به المهارات الهجومية	اتذكر الترتيب الذي اديت به المهارات الهجومية في اي مباراة .
٥	عادة ما اتذكر بالضبط اين قرأت او سمعت معلومة تتعلق بالاداء	اتذكر تماما اين قرأت او سمعت معلومة تتعلق بالاداء .

جدول (١١)
التقدير الكمي لعبارات المحور الرابع (القلق)

م	تكرار الموافقة	تكرار عدم الموافقة	نسبة الموافقة	نسبة عدم الموافقة	حالة العبارة
١	٩	١	% ٩٠	% ١٠	تعديل
٢	١٠	% ١٠٠	% ١٠٠	% ٠	
٣	١٠	% ١٠٠	% ١٠٠	% ٠	
٤	١٠	% ١٠٠	% ١٠٠	% ٠	
٥	١٠	% ١٠٠	% ١٠٠	% ٠	

يتضح من الجدول (١١) تعديل صياغة العبارة رقم (١) وبذلك يظل عدد عبارات محور القلق (٥) عبارات.

جدول (١٢)
العبارات التي تم تعديلها وفقا لرأى الخبراء في محور (القلق)

رقم العبارة	العبارات قبل التعديل	العبارات بعد التعديل
١	اشعر بالتوتر والقلق عندما اشعر ان ذاكرتي ليست جيدة مثل ذاكرات الاخرين في استيعاب المهارات	اتوتر عندما اشعر ان ذاكراتي ليست جيدة مثل ذاكرة الاخرين في استيعاب المهارات

جدول (١٣)

التقدير الكمي لعبارات المحور الخامس (الانجاز)

م	تكرار الموافقة	تكرار عدم الموافقة	نسبة الموافقة	نسبة عدم الموافقة	حالة العبارة
١	٨	٢	٨٠%	٢٠%	تعديل
٢	١٠	٠	١٠٠%	٠%	
٣	١٠	٠	١٠٠%	٠%	
٤	٩	١	٩٠%	١٠%	
٥	٩	١	٩٠%	١٠%	
٦	١٠	٠	١٠٠%	٠%	
٧	١٠	٠	١٠٠%	٠%	

يتضح من الجدول (١٣) تعديل صياغة العبارة رقم (١) وبذلك يظل عدد عبارات محور الإنجاز (٦) عبارات .

جدول (١٤)

العبارات التي تم تعديلها وفقا لرأى الخبراء في محور (الانجاز)

رقم العبارة	العبارات قبل التعديل	العبارات بعد التعديل
١	اعجب بالاشخاص الذين لديهم ذاكرة جيدة في استرجاع التكتيكات وانزعج عندما تفشل ذاكرتي في ذلك .	توزع علي عبارتين بدل من عبارة واحدة

جدول (١٥)

التقدير الكمي لعبارات المحور السادس (التركيز)

م	تكرار الموافقة	تكرار عدم الموافقة	نسبة الموافقة	نسبة عدم الموافقة	حالة العبارة
١	١٠	٠	١٠٠%	٠%	
٢	١٠	٠	١٠٠%	٠%	
٣	١٠	٠	١٠٠%	٠%	
٤	٨	٢	٨٠%	٢٠%	تعديل

يتضح من الجدول (١٥) تعديل صياغة العبارة رقم (٤) ، وبذلك يظل عدد عبارات محور

التركيز (٥) عبارات.

جدول (١٦)

العبارات التي تم تعديلها وفقاً لرأى الخبراء في محور (التركيز)

العبارات بعد التعديل	العبارات قبل التعديل	رقم العبارة
تنشط الذاكرة بتنوع طرق التعلم والمهارات الخطئية	تنوع طرق تعلم المهارات والخطط ينشط الذاكرة.	١

وبالتالي أصبحت محاور وعبارات المقياس كالتالي :

- محور الاستراتيجية (٧) عبارات .
- محور المهمة (٥) عبارات .
- محور القدرة (٥) عبارات .
- محور القلق (٥) عبارات .
- محور الإنجاز (٧) عبارات .
- محور التركيز (٤) عبارات .

خامساً : الدراسة الاستطلاعية .

بعد أن تم إعداد المقياس في صورته الثانية قامت الباحثة بتوزيع عباراته عشوائياً وتطبيقه على عينة البحث الاستطلاعية يوم ٢٠٢١/١٠/١ العينة الاستطلاعية والتي قوامها (١٥) لاعبة ، وذلك لإيجاد المعاملات العلمية للمقياس ، وحساب الوقت اللازم للإجابة على المقياس وكذلك ميزان التقدير الخاص بإجابة المفحوصين .

سادساً : حساب المعاملات العلمية للمقياس .

١- معامل صدق المقياس :

أ- صدق المحكمين (الصدق المنطقي) :

قامت الباحثة بحساب صدق المقياس بإستخدام الصدق المنطقي وذلك عن طريق عرض محاور المقياس وعبارات كل محور على عدد (١٠) خبراء في مجال الكاراتيه وعلم النفس الرياضي لإبداء الرأي في مدى مطابقة ومنطقية عبارات المقياس لما وضعت من أجله ، وقد أشارت النتائج إلى اتفاق الخبراء

بنسبة مئوية تراوحت ما بين (٧٠ % : ١٠٠ %) مما يشير إلى توافر الصدق المنطقي لمقياس الذاكرة الفوقية للاعبات الكاراتيه .

ب- صدق الاتساق الداخلي لمحاور وعبارات المقياس :

قامت الباحثة بحساب قيمة معامل الارتباط بين عبارات كل محور والدرجة الكلية لهذا المحور، وايضاً درجة كل محور والدرجة الكلية للمقياس. وجداول (١٧) (١٨) يوضحان ذلك.

جدول (١٧)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور الذي ينتمي اليه

ن=١٥

المحاور العبارات	الاستراتيجية	المهمة	القلق	القدرة	الانجاز	التركيز
١	*٠,٥٤٧	*٠,٥١٥	**٠,٨٠٢	**٠,٧١١	*٠,٥٥٩	*٠,٥٢٢
٢	*٠,٦١٨	**٠,٨٤٢	**٠,٨٢٣	**٠,٧٤٩	*٠,٥٦٠	**٠,٦٧٦
٣	**٠,٧١٢	*٠,٦٠٢	*٠,٥٤٥	**٠,٨٥٠	**٠,٦٨٧	*٠,٥٩٢
٤	**٠,٨١٤	**٠,٨٤٧	**٠,٨٩٩	*٠,٥٨٢	*٠,٦٠٩	**٠,٧٦١
٥	*٠,٥٨٨	**٠,٧٨٦	**٠,٥٥٧	*٠,٥٨٥	*٠,٦٠٣	
٦	**٠,٦٦٨				*٠,٦١٦	
٧	**٠,٧٦٣				*٠,٦٠٣	

قيمة " ر " الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ٠,٥٤٩

يتضح من جدول (١٧) وجود ارتباط دال إحصائياً بين درجة كل عبارة والمحور الذي تنتمي إليه ، كما يتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوي الدلالة (٠.٠٥) وهذا يعد مؤشراً لصدق البناء الداخلي لعبارات المقياس .

جدول (١٨)

قيم معاملات الارتباط بين درجات كل محور والدرجة الكلية لمقياس الذاكرة الفوقية
للاعبات الكارتيه (الاتساق الداخلي للمحاور المقياس)

ن = ١٥

م	المحاور	عدد العبارات	معامل الارتباط " ر "
١	الاستراتيجية	٧	*٠.٥٢٥
٢	المهمة	٥	**٠.٦٤٢
٣	القلق	٥	**٠.٧١٤
٤	القدرة	٥	**٠.٧٠٨
٥	الانجاز	٧	*٠.٥٧١
٦	التركيز	٤	*٠.٦٤٠

قيمة " ر " الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ٠,٥٤٩

يتضح من جدول (١٨) أن قيم معاملات الارتباط بين درجات كل محور والدرجة الكلية للمقياس تراوحت قيمتها بين (٠.٥٢٥،٠.٧٠٨) مما يدل علي صدق المقياس فيما وضع من أجله ..

٢- معامل ثبات المقياس :

قامت الباحثة بإستخدام طريقة " التجزئة النصفية ، ألفا كرونباخ " لإيجاد معامل ثبات المقياس وجدول (١٩) يوضح ذلك .

جدول (١٩)

الثبات " بالتجزئة النصفية " ومعامل ألفا كرونباخ " لمحاور مقياس الذاكرة الفوقية للاعبات الكارتيه

ن = ١٥

م	المحاور	عدد العبارات	التجزئة النصفية	معامل ألفا كرونباخ
١	الاستراتيجية	٧	٠.٦٠٣	٠.٥٨٤
٢	المهمة	٥	٠.٦١٢	٠.٨٠٥
٣	القدرة	٥	٠.٧٥٧	٠.٧٩٥
٤	القلق	٥	٠.٨٢٩	٠.٧٧١
٥	الانجاز	٧	٠.٨٤٧	٠.٧٩٨
٦	التركيز	٤	٠.٥٠٨	٠.٧٠١

- قيمة " ر " الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ٠,٥٤٩

- يتضح من جدول (١٩) أن معاملات الارتباط عن طريق " التجزئة النصفية تراوحت ما بين (٠.٨٠٥،٠.٥٨٤) ، وعن طريق " ألفا كرونباخ " تراوحت ما بين (٠.٨٤٧،٠.٥٠٨) ، وعلي أن المقياس ذو معامل ثبات عالي ، وبذلك أصبح المقياس في صورته النهائية وجاهز للتطبيق - مرفق (٣)

جدول (٢٠)

التوزيع العشوائي لعبارات مقياس الذاكرة الفوقية للاعبى الكاراتيه

م	الابعاد	أرقام العبارات موزعة عشوائياً
١	الاستراتيجية	١٩،٢٥،٣٠،٣٢ ،١٠،٧،١٣
٢	المهمة	٢،٨،١٤،٢٠،٢٦
٣	القدرة	٢١،٢٧،١٥،٣،٩
٤	القلق	٤،١٠،١٦،٢٢،٢٨
٥	الإنجاز	٥،١١،١٧،٣،٢٩،٣١،٣٣
٦	التركيز	٦،١٢،١٨،٢٤

يتضح من جدول (٢٠) التوزيع العشوائي لعبارات مقياس الذاكرة الفوقية للاعبى الكاراتيه بعد تعديلات السادة الخبراء .

مفتاح التصحيح :

في حالة الإجابة الصحيحة على عبارات المقياس تُعطي الدرجات كالتالي :

غير موافق = (١) درجة واحدة ، موافق الى حدا ما = (٢) درجتان ، موافق = (٣) ثلاث درجات

وبالتالي تُصبح الدرجة الكلية العليا للمقياس (٩٩) درجة ، اما الدرجة الكلية الدنيا للمقياس فهي

(٣٣) درجة.

سابعاً: المقياس في صورته النهائية .

بعد التأكد من صحة وسلامة المقياس كأداة لقياس الذاكرة الفوقية للاعبات الكاراتيه، وإعداده

في صورته النهائية ، أصبح جاهزاً للتطبيق على عينة البحث الأساسية - مرفق (٤)

المعالجات الإحصائية

إستخدم الباحثين حزمة البرنامج الإحصائي للعلوم الإجتماعية (SPSS) والذي يشتمل على

المعالجات الآتية :

- المتوسط الحسابي

- إختبار "ت"

- الانحراف المعياري

- معامل الارتباط

- معامل الالتواء

- الفاكرونباخ

عرض ومناقشة النتائج :

اولاً: عرض النتائج :

قام الباحثين من خلال هذه الدراسة ببناء مقياس الذاكرة الفوقية للاعبات الكوميتيه في رياضة الكاراتيه وقد تم ذلك من خلال إجراءات خاصة ببناء المقياس.

١- حيث كانت تكرارات المحور الاول (الاستراتيجية) التي تم الموافقه عليها من قبل

الخبراء كالتالي (٩، ١٠، ٨، ٨، ٩، ١٠، ٩) وتم تعديل صياغه العبارة رقم ٣ وبذلك

يظل عدد العبارات محور الاستراتيجية ٧ عبارات وبالنسبة للعبارة التي تم تعديلها وفقا

لرأى الخبراء لمحور الاستراتيجية (امل فى تحسين قدرتى على التذكر لاحقا) لتصبح

بعد التعديل (اسعى لتحسين قدرتى على التذكر لاحقا)

٢- وبالنسبة للتقدير الكمي لعبارات المحور الثانى (المهمه) كانت تكرارات المحور وفقا

لرأى الخبراء كالتالي (١٠، ٧، ٩، ٧، ٩) وتم تعديل صياغة العبارة رقم (٢،٤)

وبذلك تصبح عبارات المحور (المهمه) ٥ عبارات والعبارات التى تم تعديلها (المهارات التى مارستها فى السابق اسهل فى التذكر من المهارات الجديده لتصبح اتذكر المهارات التى مارستها فى السابق اسهل من المهارات الجديدة .

اما العبارة الثانية التى تم تعديلها كانت (يسهل تذكر جملة هجومية اديتها سابقا اكثر من التى اداها الاخرين لتصبح اتذكر بسهولة الجمل الهجومية التى اديتها سابقا اكثر من التى يؤديها الاخرين .

٣- التقدير الكمي لعبارات المحور الثالث (المهمه) كانت تكراراتها كالتالى (٩ ، ٨ ، ٨ ، ١٠ ، ٩) حيث تم تعديل صياغة العبارة رقم (١ ، ٣ ، ٢ ، ٥) والمهارات التى تم تعديلها كانت كالاتى (اجيد تذكر المحتوى النظرى لمواد القانون) لتكون (اتذكر جيدا المحتوى النظرى لمواد القانون) الثانية (اجيد تذكر الشروحات الخططية بمجرد الاستماع اليها) لتكون (اتذكر شرح الخطط بمجرد الاستماع اليها)الثالثة (اجيد تذكر الترتيب الذى اديت به المهارات الهجومية لتتبح (اتذكر الترتيب الذى اديت به المهارات الهجومية فى اى مباراه) العبارة رقم (٥) كانت (عادت ما اتذكر بالضبط اين قرأت او سمعت اى معلومة تتعلق بالاداء لتكون (اتذكر تماما اين قرأت او سمعت معلومة تتعلق بالاداء

٤- التقدير الكمي لعبارات المحور الرابع (القلق) وفقا لاراء الخبراء كانت كالتالى (٩ ، ١٠ ، ١٠ ، ١٠ ، ١٠) حيث تم تعديل صياغة العبارة رقم ١ وبذلك ظلت عبارات محور القلق ٥ عبارات والعبارة التى تم تعديلها كانت (اشعر بالتوتر والقلق عندما اشعر ان ذاكرتى ليست جيدة مثل ذاكرة الاخرين فى استيعاب العبارات لتصبح (اتوتر عندما اشعر ان ذاكرتى ليست جيدة مثل ذاكرة الاخرين استيعاب المهارات

٥- التقدير الكمي لعبارات المحور الخامس (الانجاز) كانت تكرارات الموافقة حسب اراء الخبراء كالتالى (٨

، ١٠ ، ٩ ، ٩ ، ١٠ ، ١٠ ، ١٠) حيث تم تعديل صياغة العبارة رقم ١ وبذلك تظل عبارات محور الانجاز ٦ عبارات والعبارة التى تم تعديلها وفقا لاراء الخبراء فى محور الانجاز كانت (اعجب بالاشخاص الذين لديهم ذاكرة جيدة فى استرجاع التكنيكات وانزعج عندما تفشل ذاكرتى فى ذلك وتم فيها تعديل العبارة الى عبارتين بدل عبارة واحدة

١. التقدير الكمي لعبارات المحور الكمة (التركيز) كانت تكرارات الموافقه كالتالى (١٠ ، ١٠ ، ١٠) وتم تعديل العبارة رقم ٤ ليظل عدد عبارات محور التركيز ٤ عبارات والعبارة التى تم تعديلها وفقا لاراء الخبراء (تنوع طرق تعلم المهارات والخطط تنشط الذاكرة لتصيح العارة) تنشط الذاكرة بتنوع طرق التعلم والمهارات الخططية وبالتالي اصبحت محاور وعبارات المقياس كالتالى،:

١- (الاستراتيجية (٧) عبارات.

٢- المهمة (٥) عبارات.

٣- القدرة (٥) عبارات.

٤- القلق (٥) عبارات.

٥- الانجاز (٧) عبارات.

٦- التركيز (٤) عبارات.

الاستخلاصات :

من خلال ما توصل اليه الباحثين من نتائج باستخدام المعالجات الاحصائية ، أمكن التوصل إلى الاستخلاصات الآتية :

- أمكن التعرف على الأبعاد الاساسية لمقياس الذاكرة الفوقية للاعبات الكوميتيه وهى (الاستراتيجية - المهمة - القدرة - القلق - الإنجاز - التركيز) .
- وجود علاقة ارتباطية دالة عند مستوى ٠.٠٥ بين درجات أبعاد المقياس .
- وجود علاقة ارتباطية دالة عند مستوى ٠.٠٥ بين درجات عبارات المقياس .

التوصيات :

فى ضوء ما تقدم به الباحثين من دراسة ، وما توصلوا إليه من نتائج وإستخلاصات وفى حدود عينة البحث أمكن للباحثين التقدم بالتوصيات الآتية :

١. استخدام مقياس الذاكرة الفوقية للاعبات الكوميتيه فى رياضة الكاراتيه لجميع الفئات العمرية.
٢. استخدام مقياس الذاكرة الفوقية للاعبات الكوميتيه فى الرياضات النزالية المشابهة.
٣. بناء مقاييس لمهارات عقلية أخرى للاعبى الرياضات النزالية.

قائمة المراجع

أولاً : المراجع العربية

- ١) رانيه صلاح (٢٠١٧): أسلوب (الفحص والتدقيق) وعلاقته بتعليم مهارة الاعداد بالكرة الطائرة رسالة ماجستير كلية التربية وعلوم الرياضية ، بغداد
- ٢) شيماء حمودة الحارون (٢٠٠٩): كيف يعمل العقل أثناء حدوث عملية التعلم ؟ نموذج عملي لتنمية مهارات ما وراء المعرفة والتحصيل الدراسي، المنهل للنشر
- ٣) صفاء صالح حسين (٢٠٠٨): تأثير التدريبات التبادلية للبالستي والفالون دافا على بعض المتغيرات الوظيفية والعقلية لدى لاعبات الكاراتيه، المؤتمر الاقليمي الرابع للمجلس الدولي لصحة والتربية البدنية والترويح و الرياضية والتعبير الحركي لمنطقة الشرق الاوسط.
- ٤) كاظم محسن ، وانوار بدر (٢٠١٥): كفاءة التمثيل المعرفي وعلاقته بما فوق الذاكرة لدي طلبة الجامعة ، مجلة آداب البصرة، كلية الاداب- جامعة البصرة العراق.
- ٥) وليد السيد أحمد خليفة ، مراد علي عيسى سعد، أيمن أحمد المارية (٢٠١٠) : الذاكرة وما وراء الذاكرة لدى المتخلفين عقليا في ضوء علم النفس المعرفي سلسلة علم النفس المعرفي

ثانياً : المراجع الأجنبية:

- 6) Gabriela Campelo, Maxciel Zortea, Renan Saraiva1, Wagner Machado, Juliana Burges Sbicigo, Joice Dickel Segabinazi, Camila Gastal1, Goiara Mendonça de Castilho1 and Jerusa Fumagalli Salles (2016): A short version of the questionnaire of metamemory in Adulthood (MIA) in Portuguese, Campelo et al. Psicologia: Reflexão e Crítica, DOI 10.1186/s41155-016-0043-7.
- 7) Hemalatha Kalaimath; Asir Juliusi; 2012: Effect of Metamemory Strategies on Learning Bio-Chemical Cycle Among Higher Secondary School Students, The Journal of Applied Research, Volume: 2 | Issue: 1 |, ISSN - 2249-555X
- 8) Oren, A (2000)" Learne A model for virtual learning communities in the worldwide.
- 9) Palincsar, A. S., & Brown, A. L. (1993). Instructing Comprehension-Fostering Activities in Interactive Learning Situations. Remedial and Special Education, 9(1), 53-59.

- 10) Roger h. Bruning, Gregg J. Scraw, Monica M. Norby Royce R. Ronning; (2004): cognitive psychology and instruction; Pearson; Merrill prentice hall.
- 11) Schneider, W. (1999): The development of metamemory in children In Attention and Performance XVII: Cognitive Regulation of Performance, ed. Daniel Gopher and Asher Koriat. Cambridge, MA: MIT Press
- 12) Woolfolk, A (1993) Educational psychology. New Jersy: Prentice – Hall.