

فاعلية التعلم النشط بدرس التربية الرياضية علي تنمية الذات البدنية وبعض المهارات الأساسية لتلميذات المرحلة الابتدائية

أ.م.د/ ولاء عبد الفتاح أحمد

مقدمة ومشكلة البحث:

يسعى القائمين علي تطوير التعليم إلى تطوير النظم التعليمية ومكوناتها وإيجاد أساليب وطرق تدريس حديثة وتقديم المحتوى التعليمي بطرق وأشكال متنوعة للتغلب على المعوقات التي تعيق تحقيق الأهداف التعليمية المخطط لها، ويكثف التربويين جهودهم لتحقيق الهدف من العملية التعليمية بدرجة عالية من الكفاءة والإتقان، بحيث يكون المتعلم النشط محور العملية التعليمية للوصول به إلى الكفاءة المطلوبة، وتحقيق الأهداف المرجوة من عملية التدريس .

فعملية التدريس منظومة لها أبعادها ومكوناتها والتي تتمثل في المعلم والمتعلم والخبرات التعليمية والأدوات والتقنيات الحديثة وأساليب التقويم ومن ثم فهي عملية ديناميكية تبدأ بصياغة الأهداف ووضع السياسات، وتحديد الاستراتيجيات وطرق وأساليب التدريس ثم التنفيذ والتقويم. (

١٥ : ٧٥)

كما أن لطرق التدريس أهمية كبيرة في إيصال المادة العلمية للطلاب وعليها يتوقف نجاح العملية التربوية وفشلها، ذلك لأن علاقة الطريقة بالمادة العلمية علاقة قوية ومتينة، إذ لا يمكن فصل الواحدة عن الأخرى، فلكي تؤدي الطريقة وظيفتها بنجاح يجب أن ترتبط بالمادة ارتباطاً وثيقاً إذ يصبح الإنسان كلاً واحداً، لذلك لا يمكن عزل الطريقة عن المادة، كما أن إتباع الطريقة المناسبة يساعد كلاً من المدرس والتلميذ على تحقيق الأهداف التعليمية بيسر وسهولة. (١٠ :

١٨)

ولذا كان لازماً علينا التطوير في أساليب التدريس لمختلف المراحل السنية بهدف مواجهة التطورات المتلاحقة سعياً إلي إمداد المعلم بالمعلومات اللازمة التي تعينه على مواجهة مهنة التدريس بكم وافر من الخبرات التدريسية. (١٦ : 1)

* /أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية جامعة المنصورة

ونجد أن إستراتيجية التعلم النشط (فكر – زوج – شارك) تزيد من التحصيل والدافعية للتعلم، وتنمي الثقة في نفوس المتعلمين، وتساعد على بناء المسؤولية الشخصية والقدرة على التفسير وإيجاد العلاقات في عملية التعلم، وأيضا تدعم بعض عادات العقل المنتجة مثل الاستماع بفهم، والتحكم في الاندفاع، والتفكير التعاوني، كما تنمي مستويات التفكير العليا. (١٨ : ٧٥)

ويتسم التعلم النشط باستخدام طريقة (فكر – زوج – شارك) بأنها إستراتيجية لا تحتاج إلى وقت طويل في تنفيذها وخطواتها محددة وبسيطة يمكن تطبيقها بسهولة، كما أنها تدعم مهارات الاتصال والتواصل الشفهي لدى الطلاب من خلال مناقشتهم لأفكارهم بعضهم مع بعض وتكسب حجرة الدراسة حيوية، وتلبى احتياجات الطلاب إلى التواصل وحرية التعبير عن آرائهم، كما أن التعلم في مراحله الأولية يُعد أحد الأمور الهامة للطفل، لذلك لا بد من البحث عن أفضل الطرق لاستخدامها لتوصيل المعلومات بطريقة مغايرة عن الطرق التقليدية، لذلك جاءت طريقة (فكر – زوج – شارك) متماشية مع ميول ورغبات أطفال المرحلة الابتدائية حيث أنها تلبى احتياجات وفضول الأطفال في هذه المرحلة العمرية من محاولة البحث والكشف عن بواطن الأمور الخفية التي يرغب الطفل الوصول إليها، وعندما تتشارك الاحتياجات والرغبات مع المتطلبات المفروضة على الطفل أن يتعلمها كان لا بد من البحث عن أفضل الطرق لتوصيل هذه المتطلبات بصورة ممتعة متواكبة مع رغبات وميول الطفل. (١٣ : ٢٠ - ٢١)

وتعد مهارات رياضة الكرة اليد أحد المقررات الإلزامية على تلاميذ الصف السادس الابتدائي، وباعتبار أن لعبة كرة اليد من الألعاب الجماعية التي تتطلب مهاراتها قدراً كبيراً من التفكير قبل أداء المهارة، وباعتبار أن فريق كرة اليد فريق جماعي لا بد من العمل معاً ككتلة واحدة للوصول بالهدف الأساسي من المهارات وهو إحراز النقاط والفوز بالشوط والمباراة ، فكان لا بد من استخدام طريقة (فكر – زوج – شارك) كأحد نماذج التعلم .

ومما سبق ترى الباحثة أن طريقة (فكر – زوج – شارك) إحدى طرق التعلم النشط التي تعتمد على إيجابية المتعلم ونشاطه وتفاعله في الموقف التعليمي وتتم بتسلسل منطقي متتالي ومتتابع فتبدأ بمرحلة التفكير وفيها يطرح المعلم سؤالاً أو فكرة ما ويحدد وقتاً للتفكير فيها ثم المزوجة حيث يقوم كل زوج من التلاميذ بمناقشة أفكارهما معاً، ثم المشاركة حيث يشارك كل زوج

زوجاً آخر ويتبادلوا الأفكار والآراء، ويتفق ذلك مع ما أشار إليه سليم محمد أبو غالي (٢٠١٠م)

(٥) إلي أن خطوات طريقة (فكر - زواج - شارك) تمر بثلاث خطوات وهي كالتالي:

- خطوة التفكير:

وفيها يستثير المعلم تفكير تلاميذه بطرح تساؤل ما أو فكرة ما ويجب أن يكون هذا السؤال متحدياً أو مفتوحاً، ثم تتاح لكل تلميذ لحظات قليلة وليس دقائق للتفكير في الإجابة، كما أنه في هذه الخطوة يجب أن يتم الابتعاد عن الأسئلة ذات المستوى المنخفض والتي تتطلب إجابة واحدة، كما يجب أن تكون الأسئلة والمشكلات المطروحة ملائمة لقدرات واستعدادات وإمكانيات المتعلمين في المرحلة العمرية التي يمرون بها، حتى يكونوا مستعدين وقادرين على التفكير فيها.

- خطوة المزاجية:

وفيها يشارك كل تلميذ أحد زملائه ويحدثه عن إجابته ويقارن كلا منهما أفكاره ويحددا الإجابة التي يعتقدان أنها الأفضل والأكثر إقناعاً وإبداعاً، لذلك يطلب المعلم من التلاميذ أن ينقسموا إلى أزواج، ويناقشوا ما فكروا فيه (مناقشة ثنائية)، فيقوم كل تلميذ بمناقشة ومشاركة أفكاره وإجابته التي توصل إليها في خطوة التفكير مع زميله الجالس بجواره.

- خطوة المشاركة:

وفيها يشارك كل زوج من التلاميذ زوجاً آخر، ليتكون مربع من التلاميذ (المربع الطلابي)، وتصبح مجموعة عمل من أربعة تلاميذ يتحاورون ويفكرون معا حتى يتوصلوا إلى إجابة واحدة يتفقون على صحتها تعرض أمام باقي المجموعات في الفصل، وذلك سوف يوفر الوقت والجهد على المعلم، فبدلاً من أن يناقش المعلم ٢٠ زوجاً من الطلاب مثلاً، سوف يناقش ١٠ مجموعات من نفس الزمن. (٥: ٢٧٩ - ٢٨٠)

وترى الباحثة أن تلاميذ الصف السادس يمروا بالمرحلة الحس حركية التي يتم فيها التعلم من خلال الأنشطة واستخدام الحواس وهذا لا يتوفر من خلال طرق التدريس التقليدية ، فلا بد وأن يكون موقف المتعلم نشطاً وفعالاً و مشاركاً بدلاً من أن يكون متلقياً سلبياً أثناء عملية التعلم ، لذا فإن تقديم محتوى التعلم في هذه المرحلة من أهم الأمور خاصة في كرة اليد نظراً لدقة الحركات التي يقوم بها التلميذ لمحاولة إتقان هذه المهارات، لذا يجب أن يراعي أن تكون الطريقة مناسبة للتلميذ، الأمر الذي يترتب عليه تعثر التلميذ عند التعلم علي الأداء الصحيح، ومن خلال

قيامها بعملية التدريس وجدت أن الطرق المتاحة والتي يتم استخدامها لتعلم مهارات التربية الرياضية المقررة لا تكفي وحدها في الوصول إلى مستوى تعلم مناسب، بالإضافة إلى أن هذه الطرق لا تعطي دور للمجاميع التعاونية للاشتراك في الآراء وطرح الأفكار والتعاون لإيجاد فكرة جديدة تعبر عن رأي مجموعة من المتعلمين، بل أن التلميذ يطبق دائماً ما يطلبه منه المعلم، لذلك جاءت فكرة استخدام طريقة (فكر - زوج - شارك) كأحد طرق التعلم النشط لتعليم بعض مهارات كرة اليد المقررة بدرس التربية الرياضية على تلميذات الصف السادس الابتدائي.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على فاعلية التعلم النشط بطريقة (فكر - زوج - شارك) بدرس التربية الرياضية من خلال تحقيق الأهداف التالية :

١- تصميم برنامج التعليم النشط بطريقة (فكر - زوج - شارك) لتلميذات المرحلة الابتدائية قيد البحث .

٢- فاعلية التعلم النشط علي وصف الذات البدنية (المظهر الخارجي - التوافق - سمنة الجسم - الصحة - القوة العضلية - النشاط البدني - التحمل - الكفاءة الرياضية - المرونة - شمولية الجانب البدني) لتلميذات المرحلة الابتدائية قيد البحث.

٣- فاعلية التعلم النشط علي تعلم بعض مهارات كرة اليد (التنظيف - التمرير - التصويب من الثبات) لتلميذات المرحلة الابتدائية قيد البحث.

فروض البحث:

١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسات القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في أبعاد مقياس وصف الذات البدنية قيد البحث ولصالح القياسات البعدية .

٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسات القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد قيد البحث ولصالح القياسات البعدية .

٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين نتائج القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في أبعاد مقياس وصف الذات البدنية وتعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد ولصالح المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث:

إستراتيجية (فكر - زوج - شارك)

" إستراتيجية نمت في ظل التعلم التعاوني تتحدى مواقف التعلم الجماعي حيث تتيح للتلميذات وقتاً أطول للتفكير واستخدام خبراتهن السابقة ومساعدة الزميلة للأخرى"، وتمر بالخطوات التالية:

خطوة التفكير Thinking: يطرح المعلم سؤالاً يرتبط بالدرس ويطلب من التلميذات أن تفكر كل منهن بمفردها (لمدة دقيقة).

خطوة المزاوجة Pairing: يطلب المعلم من التلميذات أن يناقشوا ما فكروا فيه في شكل أزواج (كل اثنتين معا ويتحدد الزمن وفقاً) للسؤال المطروح.

خطوة المشاركة Sharing: يطلب المعلم من كل زوج أن يشارك مع الصف كله فيما تم التحدث فيه (١٣ : ٨٩)

الدراسات المرجعية :

دراسة محمد حماد هندی (٢٠٠٥م) : بهدف التعرف على مدى فعالية إستراتيجية (فكر - زوج - شارك) والاستقصاء القائمين على أسلوب التعلم النشط في نوادي الرياضيات المدرسية في تنمية مهارات التفكير الرياضي واختزال قلق الرياضيات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، وتم استخدام المنهج التجريبي على عينة عددها (٩٠) من تلاميذ الصف الثالث الاعدادي قسمت إلى ثلاث مجموعات، ومن أهم النتائج ارتفاع درجات المجموعة التجريبية الأولى التي درست بإستراتيجية (فكر - زوج - شارك) عن المجموعة الضابطة التي درست بالطريقة التقليدية في اختبار التفكير الرياضي - هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات تلاميذ المجموعة التجريبية الأولى ودرجات تلاميذ الضابطة في اختبار التفكير الرياضي لصالح التجريبية. (١٠)

دراسة إبراهيم السيد على (٢٠١٠م) : بهدف التعرف على تأثير التعلم النشط على مستوى التحصيل المعرفي ومستوي أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم، استخدم الباحث المنهج التجريبي واشتملت العينة على (٢٢) طالب، ومن أهم النتائج أن الإستراتيجية المستخدمة أثرت بطريقة ايجابية على التحصيل المعرفي ومستوي أداء الطلاب في المهارات الأساسية في كرة القدم. (١)

دراسة سهاد عبد الأمير عبود (٢٠١٤م) : بهدف الوصول إلى معرفة اثر استخدام فاعلية استراتيجية (فكر – زوج – شارك) في التحصيل والاتجاه نحو الكيمياء لدي طالبات الصف الأول المتوسط، استخدمت الدراسة المنهج التجريبي واشتملت العينة على (٤٢) طالب، وكان من أهم النتائج أن الأسلوب التقليدي ساهم بإيجابية في تعلم الكيمياء ومستوى التحصيل المعرفي وأن إستراتيجية فكر زوج شارك كان أكثر فعالية في التحصيل المعرفي للكيمياء. (٦)

دراسة زان غاو وآخرون Zan Gao et all (٢٠١٢م) : بهدف التعرف علي تأثير التعلم النشط علي مستوي الدافعية ومستويات النشاط البدني واستمرار بذل الجهد، استخدم الباحثون المنهج التجريبي واشتملت العينة على (٢٢٥) طالب، وكان من أهم النتائج أن التعلم النشط له تأثير إيجابي على مستوى الدافعية للنشاط البدني والمهاري لدى الطلاب عينة البحث. (١٩)

إجراءات البحث

المنهج :

إستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، وقد استعانت بالتصميم التجريبي ذو المجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بتطبيق القياسات القبليّة والبعدية للمجموعتين .

مجتمع البحث:

اشتمل مجتمع البحث علي تلميذات الصف السادس الإبتدائي بمدرسة فخر الدقهلية للغات – التابعة لإدارة شرق التعليمية- بمدينة المنصورة للعام الدراسي ٢٠٢١ / ٢٠٢٢ م .

عينة البحث:

قامت الباحثة باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وعددهن (٦٥) تلميذة وتمثلت بنسبة مئوية ٥٦,٥٥٪ من إجمالي مجتمع البحث ، تم سحب عدد (١٥) تلميذة لإجراء الدراسة الاستطلاعية، وبذلك تصبح عينة البحث الأساسية (٥٠) تلميذة تم تقسيمهن إلي مجموعتين متساويتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهن (٢٥) تلميذة . كما هو موضحاً بجدول (١).

جدول (١)

توصيف عينة البحث

أعداد الطلبة	العينة	
	النوع	
٥٠	الأساسية	١-
١٥	الإستطلاعية	٢-
٦٥	إجمالي العينة	

تجانس عينة البحث :

قامت الباحثة بالتأكد من مدى اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث الأساسية والاستطلاعية في معدلات النمو (السن، الطول، الوزن)، وبعض المتغيرات البدنية (السرعة - القدرة العضلية للذراعين والرجلين - الرشاقة - التوافق - المرونة)، والمهارات الأساسية في كرة اليد (التمرير - التنطيط - التصويب من الثبات) ، وذلك كما يوضحه جدول (٢)

جدول (٢)

تجانس عينة البحث (الأساسية - الاستطلاعية) في جميع المتغيرات المختارة قيد البحث

ن = ٦٥

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
النمو	السن	١١,٦٦	٠,٨٧٤	١١,٥٠	٠,٥٤٩
	الطول	١٣٨,١٣	٤,٥١٩	١٣٧,٠٠	٠,٧٥٠
	الوزن	٣٨,٣٢	٣,٩٣٠	٣٩,٠٠	٠,٥١٩-
البدنية	العدو ٣٠ م من البدء العالي	٥,٦٣	٠,٣٣٦	٥,٦٠	٠,٢٦٨
	دفع كرة طبية ٧٥٠ جم	٢,١٥	٠,٥٣٣	٢,١١	٠,٢٢٥
	الوثب العريض من الثبات	١٤٦,٢٥	٠,٨٤٦	١٤٦,٠٠	٠,٨٨٧
	الجرى الزجاجي لبارو ٣ × ٤,٥ م	٢٤,٥٨	٠,٥٧٦	٢٤,٥٠	٠,٤١٧
	رمي واستقبال الكرات	٣,٣٨	٠,٩٥٤	٣,٢٠	٠,٥٦٦
المهارية	ثنى الجذع للأمام من الوقوف	٦,٥٦	٠,٦٥٦	٦,٥٠	٠,٢٧٤
	سرعة التنطيط في خط مستقيم	١٣,٩٥	٠,٦١٩	١٣,٨٤	٠,٥٣٣
	سرعة التنطيط في خط متعرج	١٨,٧٥	٠,٩٣٨	١٨,٦٠	٠,٤٨٠
	سرعة التمرير	١٠,٧٥	٠,٨٥٢	١٠,٥٠	٠,٨٨٠
	دقة التمرير	٨,٥٠	٠,٧٩٦	٨,٢٥	٠,٩٤٢
	دقة التصويب من الثبات	٠,٧٥	٠,٨٦٤	٠,٧٠	٠,١٧٤

يتضح من جدول (٢) أن معاملات الالتواء لأفراد مجتمع البحث قد انحصرت ما بين (-

٠,٥١٩ ، ٠,٩٤٢) في جميع المتغيرات المختارة قيد البحث وهي أقل من (+٣ ، -٣) مما يدل

أنها تقع داخل المنحنى الاعتدالي الذي كلما اقترب من الصفر كان التوزيع اعتدالي، مما يدل على أن العينة متجانسة وتمثل مجتمعاً اعتدالياً طبيعياً.

وسائل وأدوات جمع البيانات:

- جهاز الرستامير Rstamir لقياس الطول (بالسنتيمتر) والوزن بالكيلوجرام وتم معايرة هذا الجهاز قبل وخلال استخدامه.

- شريط قياس.
- كرات يد.
- ملعب كرة يد.
- رايات وأقماع.
- كرات تنس أرضي.
- ساعة إيقاف.
- حائط تدريب.

مقياس وصف الذات البدنية: (مرفق ٢)

صممه "هربرت مارش وآخرون" عام ١٩٩٦م كمقياس متعدد الأبعاد لمفهوم الذات البدنية للتطبيق على التلاميذ من سن ١٠ - ١٥ سنة أي ما يعادل المرحلتين الابتدائية والإعدادية في النظام التعليمي المصري، ويتضمن المقياس في صورته العملية (١١) بعداً لوصف الذات البدنية ويتضمن (٧٠) عبارة، ثم قام "محمد حسن علاوي" باقتباس المقياس وتطويعه للاستخدام في البيئة المصرية والاقتصار على (١٠) أبعاد فقط وحذف واستبدال بعض العبارات التي لا تناسب مع التطبيق على التلاميذ والتلميذات في المدارس المصرية في ضوء بعض الدراسات التطبيقية الميدانية على عينة من التلاميذ والتلميذات المصرية، حيث تضمن المقياس (٦٠) عبارة والأبعاد العشرة التي يقيسها المقياس في صورته العربية هي:

- | | | | | |
|------------|----------|-----------|------------|-------------------|
| ١- المظهر | ٢- سمنة | ٣- القوة | ٤- التحمل | ٥- المرونة |
| الخارجي | الجسم | العضلية | | |
| ٦- التوافق | ٧- الصحة | ٨- النشاط | ٩- الكفاءة | ١٠- شمولية الجانب |
| | | البدني | الرياضية | البدني |

وكل بعد من هذه الأبعاد العشرة يقيس (٦) عبارات ويقوم المفحوص بالإجابة على عبارات المقياس في ضوء مقياس سداسي التدرج " تنطبق علي بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جداً، لا تنطبق تماماً". (٩ : ١١٠-١١٩)

المعاملات العلمية لقياس وصف الذات البدنية:

حساب الصدق:

تم حساب الصدق عن طريق صدق الاتساق الداخلى وذلك بحساب معامل الارتباط بين كل عبارة داخل البعد والدرجة الكلية للبعد فى مقياس وصف الذات البدنية، وذلك خلال يوم الأحد الموافق ٢٠٢١/١٠/٣ م

جدول (٣)

صدق الاتساق الداخلى لمقياس وصف الذات البدنية (وأبعاده المختلفة)

ن = ١٥

معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
البعد الأول: المظهر الخارجى											
٠,٦٠٠	٦	٠,٦٠٢	٥	٠,٦٤٨	٤	٠,٦٣١	٣	٠,٦٥٦	٢	٠,٥٧٩	١
البعد الثانى: سمته الجسم											
٠,٥٦٦	٦	٠,٥٦٨	٥	٠,٦٣١	٤	٠,٥٦٤	٣	٠,٦١٦	٢	٠,٥٩٨	١
البعد الثالث: القوة العضلية											
٠,٦٣٩	٦	٠,٦٣٧	٥	٠,٥٧٩	٤	٠,٦١٧	٣	٠,٥٩٥	٢	٠,٦٥٢	١
البعد الرابع: التحمل											
٠,٦٣١	٦	٠,٦٣٤	٥	٠,٥٧٦	٤	٠,٦٢٢	٣	٠,٥٩٨	٢	٠,٦١١	١
البعد الخامس: المرونة											
٠,٥٩٠	٦	٠,٦٤٤	٥	٠,٥٨٢	٤	٠,٥٤٤	٣	٠,٦٣٣	٢	٠,٥٥١	١
البعد السادس: التوافق											
٠,٥٨٢	٦	٠,٥٦٩	٥	٠,٦٢١	٤	٠,٦٤١	٣	٠,٦٥٤	٢	٠,٦٣٢	١
البعد السابع: الصحة											
٠,٥١٩	٦	٠,٥٩٥	٥	٠,٦١٠	٤	٠,٦٥١	٣	٠,٦٠٢	٢	٠,٥٩٦	١
البعد الثامن: النشاط البدنى											
٠,٦٠١	٦	٠,٦١٤	٥	٠,٦٣٧	٤	٠,٥٦٢	٣	٠,٦١١	٢	٠,٦٥٥	١
البعد التاسع: الكفاءة الرياضية											
٠,٦٠٥	٦	٠,٦١١	٥	٠,٥٢٠	٤	٠,٦٠٧	٣	٠,٦٣٣	٢	٠,٦١٠	١
البعد العاشر: شمولية الجانب البدنى											
٠,٦٢٦	٦	٠,٦٣١	٥	٠,٦٤٦	٤	٠,٦٤٢	٣	٠,٥٨٦	٢	٠,٦٥١	١

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤ * دال عند مستوى ٠,٠٥ *

يتضح من جدول (٣) أن معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد دالة

إحصائيا عند مستوى ٠,٠٥، مما يدل على صدق الاختبار فيما وضع من أجله.

جدول (٤)

معامل الارتباط بين أبعاد مقياس وصف الذات البدنية والدرجة الكلية للمقياس

ن = ١٥

م	الأبعاد	وحدة القياس	معامل الارتباط
١	المظهر الخارجي	درجة	*٠,٧٦٠
٢	سمنة الجسم	درجة	*٠,٧٢٢
٣	القوة العضلية	درجة	*٠,٧١٨
٤	التحمل	درجة	*٠,٧٢١
٥	المرونة	درجة	*٠,٧٠٦
٦	التوافق	درجة	*٠,٨١١
٧	الصحة	درجة	*٠,٧٩٣
٨	النشاط البدني	درجة	*٠,٨١٠
٩	الكفاءة الرياضية	درجة	*٠,٧٥٢
١٠	شمولية الجانب البدني	درجة	*٠,٦٨٨
	المقياس ككل	درجة	*٠,٨١٣

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤ * دال عند مستوى ٠,٠٥ *

يتضح من جدول (٤) أن معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥، وهذا يدل على أن الأبعاد مرتبطة بمقياس وصف الذات البدنية ككل.
حساب الثبات:

قامت الباحثة بإجراء الثبات لمقياس وصف الذات البدنية على عينة الدراسة الاستطلاعية باستخدام طريقة Test – Retest تحت نفس شروط التطبيق الأول، وذلك في الفترة من يوم الأحد الموافق ١٠/٣ إلى يوم الخميس الموافق ١٠/٧/٢٠٢١ م، وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين .

جدول (٥)

معامل الثبات لمقياس وصف الذات البدنية (وأبعاده المختلفة) ن = ١٥

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الأبعاد	
	س٢ ± ع٢	س١ ± ع١	س٢ ± ع٢	س١ ± ع١		
*٠,٧١١	٣,٨٨٩	٢١,١٤	٣,٩٧٣	٢١,٠٧	المظهر الخارجي	١
*٠,٧٢٦	٤,٤٥٤	٢٠,١٥	٤,٦٥٠	١٩,٩٨	سمنة الجسم	٢
*٠,٧٢٠	٤,٤٥١	١٧,٠٠	٣,٤٩٤	١٦,٩٣	القوة العضلية	٣
*٠,٦٨٩	٢,١٧١	١٤,٥٠	٢,٤٤٤	١٤,٤٠	التحمل	٤
*٠,٦٧٥	٢,٩٤٤	٢٢,٦٠	٣,١١٤	٢٢,٥٣	المرونة	٥



*.٠,٧٦١	٤,٦٢١	١٥,٤٠	٤,١٥٠	١٥,٣٢	التوافق	٦
*.٠,٨١٢	٥,٠٦٥	٢١,٠٦	٤,٤٩٦	٢٠,٩٣	الصحة	٧
*.٠,٦٩٤	٥,٠١٠	١٨,٤٠	٤,٨٨٧	١٨,٢٠	النشاط البدني	٨
*.٠,٧٤٥	٣,٥٠٧	١٧,٦٠	٢,٦٤٢	١٧,٥٠	الكفاءة الرياضية	٩
*.٠,٦٨٠	٤,٦١٧	١٦,٢٠	٤,٦٠٥	١٦,٠٧	شمولية الجانب البدني	١٠
*.٠,٧٩٩	٨,٢١١	١٨٤,٠٥	٨,٣٦٧	١٨٢,٩٣	المقياس ككل	

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية $0,05 = 0,444$ * دال عند مستوى $0,05$

يتضح من جدول (٥) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين التطبيقين في مقياس وصف الذات البدنية وأبعاده المختلفة، مما يدل على ثبات الاختبار في قياس ما وضع من أجله. كما تم حساب معامل ثبات الاستبيان على أفراد العينة الاستطلاعية السابقة وذلك بتطبيق معامل ألفا كرونباخ's Coefficient Alpha Cronbach's.

جدول (٦)

ثبات مقياس وصف الذات البدنية وأبعاده المختلفة بتطبيق معامل ألفا كرونباخ

ن = ١٥

معامل الثبات	الأبعاد	
*.٠,٦٠١	المظهر الخارجي	١
*.٠,٦٩٤	سمنة الجسم	٢
*.٠,٥٦٨	القوة العضلية	٣
*.٠,٥٩٦	التحمل	٤
*.٠,٦٣٣	المرونة	٥
*.٠,٥٧٣	التوافق	٦
*.٠,٦١٨	الصحة	٧
*.٠,٦٢٥	النشاط البدني	٨
*.٠,٦٤٣	الكفاءة الرياضية	٩
*.٠,٦٥٧	شمولية الجانب البدني	١٠
*.٠,٦٨١	المقياس ككل	

يتضح من جدول (٦) أن معامل الثبات بتطبيق معامل ألفا كرونباخ قد حقق قيمة قدرها (٠,٦٨١) لمقياس وصف الذات البدنية وأبعاده المختلفة، وهذا يدل على أن الاستبيان على قدر من الثبات يوثق به، وبذلك يكون اختبار مقياس وصف الذات البدنية بصورته النهائية أصبح

جاهز للتطبيق على عينة البحث الأساسية، حيث اشتملت عباراته على عدد (٦٠) عبارة (مرفق ٢).

الإختبارات البدنية قيد البحث : (مرفق ٤)

تم حصر الصفات البدنية والاختبارات البدنية التي تقيسها ووضعها في استمارة استطلاع رأى مرفق (٣) لعرضها على السادة الخبراء لتحديد أهم الصفات البدنية المناسبة لعينة البحث وكذلك الاختبارات التي تقيسها وقد ارتضت الباحثة بنسبة ٧٠٪ فأكثر موضحة كما يلي :-

- ١- اختبار العدو ٣٠م من البدء العالي (لقياس السرعة الانتقالية)
- ٢- اختبار دفع كرة طبية زنة ٧٥٠ جم لأقصى مسافة. (لقياس القدرة العضلية للذراعين)
- ٣- اختبار الوثب العريض من الثبات. (لقياس القدرة العضلية للرجلين)
- ٤- اختبار الجرى بطريقة بارو Barrow ٣ x ٤,٥ متر. (لقياس الرشاقة)
- ٥- اختبار رمى واستقبال الكرات. (لقياس التوافق بين العين والذراع)
- ٦- اختبار ثنى الجذع للأمام من الوقوف. (لقياس مرونة الجذع والفخذ)

الاختبارات المهارية قيد البحث : (مرفق ٦)

تم اختيار مهارات كرة اليد للمرحلة الابتدائية طبقاً للمنهاج الموضوع من قبل وزارة التربية والتعليم والذي يتناسب مع المرحلة السنوية الصف السادس الإبتدائي وهي مهارة (التنطيط - التمرير - التصويب من الثبات). وتم تحديد أنسب الاختبارات المهارية والتي تقيس بعض المهارات في كرة اليد قيد البحث من خلال استمارة استطلاع الرأى (مرفق ٥) وعرضها على السادة الخبراء وقد ارتضت الباحثة بالاختبارات المهارية التي حصلت على نسبة ٧٠٪ فأكثر بناء علي استطلاع أراء السادة الخبراء وهي:

- ١- اختبار سرعة التنطيط فى خط مستقيم.
- ٢- اختبار سرعة التنطيط فى خط متعرج.
- ٣- اختبار سرعة التمرير على الحائط ٦٠ ثانية.
- ٤- اختبار دقة التمرير.
- ٥- اختبار دقة التصويب من الثبات. (٧ : ١١٧ - ١٢٨) (٨ : ٢٠٩ - ٢٨٧)

الدراسات الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (١٥) تلميذة من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية وذلك في الفترة من يوم الأحد ١٠/١٠ إلى ١٢/١٠/٢٠٢١ م ، والهدف من الدراسة ما يلي:

- ١- مدى ملائمة الاختبارات المستخدمة لأفراد عينة البحث.
 - ٢- تجريب البرنامج والتعرف على وضوح المادة التعليمية ومراجعة كافة بنود التصميم والتأكد من سلامة التشغيل وسهولته، وتحديد أساسيات البرنامج التعليمي للوصول إلى الشكل النهائي للتطبيق.
 - ٣- التأكد من مناسبة الملاعب المستخدمة في التعليم وصلاحيه الأدوات والأجهزة.
 - ٤- إجراء المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات قيد البحث.
- المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات المستخدمة:
حساب الصدق :

تم حساب صدق التمايز بتطبيق الاختبارات البدنية ومهارات كرة اليد قيد البحث على عينة الدراسة الاستطلاعية وعددهن (١٥) تلميذة من مجتمع البحث الأصلي وخارج العينة الأساسية (عينة غير مميزة)، وعينة مميزة وعددهن (١٥) تلميذة من نفس مجتمع البحث ويمارسون كرة اليد في فرق المدرسة وذلك خلال يومي ١٠، ١١/١٠/٢٠٢١ م ، كما يوضحه جدول (٧) .

جدول (٧)

دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في جميع المتغيرات قيد البحث

$$n_1 = n_2 = 15$$

قيمة "ت" المحسوبة	غير المميزة		المجموعة المميزة		وحدة القياس	المتغيرات
	± ع'	س'	± ع'	س'		
٧,٣٤٢	٠,٥٢٦	٥,٦٧	٠,٣١٤	٤,٨٢	ثانية	العدو ٣٠ من البدء العالي
٢,٨٧٨	٠,٣٤٢	٢,١٣	٠,٢١٦	٢,٣٥	متر	دفع كرة طبية ٧٥٠ جم
٩,٣٣٣	٠,٨١٥	١٤٦,٢٥	٠,٦٨٧	١٤٨,١٣	سم	الوثب العريض من الثبات
٧,١٦٧	٠,٥٧٦	٢٤,٥٨	٠,٤١٣	٢٣,٦٢	ثانية	الجرى الزجاجي لبارو ٣ × ٤,٥ م
٦,٥٧٢	٠,٩٤٨	٣,٣٨	٠,٦٣٩	٤,٨٠	درجة	رمي واستقبال الكرات
٥,٠٢٦	٠,٦٤٣	٦,٥٠	٠,٤٢١	٧,٢٣	سم	ثنى الجذع للأمام من الوقوف
٨,٣٢٤	٠,٧٥٥	١٣,٢٤	٠,٤٥٩	١١,٨٥	ثانية	سرعة التنظيط في خط مستقيم

*٦,٥٧٧	٠,٩٧٣	١٨,٢٧	٠,٧٥٤	١٦,٧٤	ثانية	سرعة التنطيط في خط متعرج
*٧,٤٩٧	٢,٢٤٨	١٠,٧٥	٠,٨٤٠	١٤,١٥	عدد	سرعة التمرير
*٧,٧٢٢	٢,٥٣٦	٨,٢٥	٠,٧٢٧	١٢,١٠	درجة	دقة التمرير
*٥,٢٨٤	٠,٧٢٣	٠,٥٠	٠,٨٩٦	١,٦٥	درجة	دقة التصويب من الثبات

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $0,05 = 2,048$ * دال عند مستوى $0,05$

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في الاختبارات البدنية ومهارات كرة اليد قيد البحث مما يدل على أن الاختبارات علي درجة عالية من الصدق ولها قدرة على إظهار الفروق وبالتالي تقيس ما وضع من أجلها ويصلح استخدامها.
حساب الثبات :

تم حساب معامل الثبات للاختبارات البدنية ومهارات كرة اليد قيد البحث عن طريق تطبيق Test -Retest ، وذلك في الفترة من الأحد ١٠/١٠ إلى ٢٠٢١/١٠/١٢ م، واستخدمت الباحثة معامل الارتباط لبيرسون لإيجاد معامل الارتباط بين نتائج التطبيقين الأول والثاني كما هو بجدول (٨)

جدول (٨)

معامل الثبات للاختبارات البدنية ومهارات كرة اليد قيد البحث ن = ١٥

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات	
	± ع٢	س٢	± ع١	س١			
*٠,٧١٩	٠,٥٢٤	٥,٦٦	٠,٥٢٦	٥,٦٧	ثانية	العدو ٣٠ م من البدء العالي	البدنية
*٠,٧٦٢	٠,٣٤٥	٢,١٤	٠,٣٤٢	٢,١٣	متر	دفع كرة طبية ٧٥٠ جم	
*٠,٧٨١	٠,٨٢٣	١٤٦,٣٠	٠,٨١٥	١٤٦,٢٥	سم	الوثب العريض من الثبات	
*٠,٨٠٢	٠,٥٧٢	٢٤,٥٦	٠,٥٧٦	٢٤,٥٨	ثانية	الجرى الزجراجي لبارو ٣ × ٤,٥ م	
*٠,٧٦٣	٠,٩٥٤	٣,٤٠	٠,٩٤٨	٣,٣٨	درجة	رمي واستقبال الكرات	
*٠,٧٣٥	٠,٦٤٩	٦,٥٣	٠,٦٤٣	٦,٥٠	سم	ثنى الجذع للأمام من الوقوف	
*٠,٧٩٤	٠,٦٨٤	١٣,٢٠	٠,٧٥٥	١٣,٢٤	ثانية	سرعة التنطيط في خط مستقيم	المهارية
*٠,٨٤٦	٠,٨٤٧	١٨,١٩	٠,٩٧٣	١٨,٢٧	ثانية	سرعة التنطيط في خط متعرج	
*٠,٧٠٦	١,٩٧٤	١٠,٨٠	٢,٢٤٨	١٠,٧٥	عدد	سرعة التمرير	
*٠,٧٢٥	٢,٤٨٧	٨,٣٠	٢,٥٣٦	٨,٢٥	درجة	دقة التمرير	
*٠,٧١٠	٠,٩٤٥	١,٧٠	٠,٧٢٣	٠,٥٠	درجة	التصويب من الثبات	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى $0,05 = 0,492$ * دال عند مستوى $0,05$

يتضح من جدول (٨) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين التطبيقين الأول والثاني للاختبارات البدنية ومهارات كرة اليد قيد البحث مما يدل على ثبات الاختبارات عند التطبيق.

البرنامج التعليمي المقترح : (مرفق ٨)

قامت الباحثة بتصميم البرنامج التعليمي المقترح، وذلك بتحديد الجوانب الرئيسية في إعداد البرنامج التعليمي حتى يكون لهذا البرنامج تأثيره الإيجابي على وصف الذات البدنية وتعلم المهارات الأساسية في كرة اليد بدرس التربية الرياضية لتلميذات الصف السادس الابتدائي.

الهدف من البرنامج:

يهدف البرنامج المقترح إلى التعرف على فاعلية التعلم النشط بطريقة (فكر - زوج - شارك) بدرس التربية الرياضية على وصف الذات البدنية (المظهر الخارجي - التوافق - سمنة الجسم - الصحة - القوة العضلية - النشاط البدني - التحمل - الكفاءة الرياضية - المرونة - شمولية الجانب البدني)، وتعلم بعض مهارات كرة اليد (التنطيط - التميرير - التصويب) لتلميذات الصف السادس الابتدائي.

أسس بناء وتصميم البرنامج المقترح:

- اختيار الوقت لتطبيق البرنامج التعليمي المقترح في ضوء طبيعة الدراسة بالمدرسة والمدة المحددة لتعليم المهارة وعدد الوحدات الأسبوعية في الأسبوع وزمن كل وحدة .
- أن تقوم الباحثة بالإشراف على تطبيق البرنامج بإستراتيجية التعلم النشط (فكر - زوج - شارك) وتنفيذه على المجموعة التجريبية .
- اختيار طريقة تطبيق للبرنامج بإستراتيجية التعلم النشط (فكر - زوج - شارك) بالشكل الذي يتناسب مع طبيعة عينة البحث وبما يلاءم توقيتات تنفيذ البرنامج.
- ترتيب وحدات برنامج التعلم بإستراتيجية التعلم النشط (فكر - زوج - شارك) وفقاً لأهمية كل مرحلة فنية عند تعلمها مع مراعاة ملائمة البرنامج لعينة الدراسة من حيث خصائص النمو والخبرات السابقة في التعليم (بدنياً - مهارياً).
- سهولة توفير الإمكانيات والأدوات والأجهزة المستخدمة في قياس عناصر اللياقة البدنية ومستوى أداء المهارات الأساسية في كرة اليد.
- أن يتمشى البرنامج مع خصائص التلميذات محققاً لحاجتهن مع مراعاة الفروق الفردية بينهم.

- تنظيم الأدوات المستخدمة في الوحدات التعليمية وأن تكون التمرينات متنوعة ومشوقة.
- أن يتيح البرنامج التعليمي المقترح الفرصة للمشاركة لكل تلميذة في آن واحد.
- توفير الدافعية للتلميذات بالاطلاع على البرنامج التعليمي المقترح كلما أمكن ذلك بما يسمح باستثارة دافعيتهم للتعلم بتحقيق الهدف التربوي.
- التأكد من سلامة البرنامج بعرضه على مجموعة من الخبراء وتوافق البرنامج التعليمي المقترح لأهداف منهاج كرة اليد لتلميذات الصف السادس الابتدائي في الوحدات التعليمية.

محتوي البرنامج:

يتضمن محتوى البرنامج على (الإحماء - الأعداد البدني - الجزء الرئيسي بإستراتيجية التعلم النشط (فكر - زوج- شارك) ويتضمن الخطوات التعليمية ومواصفات الأداء الفني لمهارات كرة اليد لتلميذات الصف السادس الابتدائي . قامت الباحثة بالالتزام بالمنهج والمقرر الدراسي لعينة البحث الصف السادس الابتدائي، علي النحو التالي:

- عدد الأسابيع: (٨) أسابيع.
- عدد الوحدات التعليمية أسبوعيا: (٢) وحدة تعليمية.
- زمن الوحدة التعليمية الكلية: (٤٥) دقيقة.
- إجمالي زمن البرنامج = ٧٢٠ دقيقة = ١٢ ساعة. (٨ أسابيع × ٢ وحدة تعليمية أسبوعيا × ٤٥ دقيقة).

القياس القبلي:

أجريت القياسات القبلية يومي الأربعاء والخميس ١٣، ١٤/١٠/٢٠٢١ م للمجموعتين التجريبية والضابطة من تلميذات الصف السادس الإبتدائي في مقياس وصف الذات البدنية ومهارات كرة اليد قيد البحث، وجدول (٩) يوضح التكافؤ بين المجموعتين وهو بمثابة القياس القبلي .

جدول (٩)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة للمجموعتين التجريبيّة والضابطة في مقياس

وصف الذات البدنية وأبعاده المختلفة ومهارات كرة اليد قيد البحث

$$n_1 = n_2 = 25$$

قيمة "ت" المحسوبة	الضابطة		التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات	
	± ع٢	س٢	± ع١	س١			
٠,٢٤٥	٣,٨٨٤	٢١,٤٣	٣,٢٨٤	٢١,٢٥	درجة	المظهر الخارجي	مقياس وصف الذات البدنية
٠,١٢٦	٥,٤٨٦	٢٣,١٥	٦,١٧١	٢٣,٣٠	درجة	سمنة الجسم	
٠,١٦٧	٥,٠٩٢	٢٠,٨٣	٤,٩٠٦	٢١,٠٠	درجة	القوة العضلية	
٠,٢٦٣	٣,٢٧٣	٢٠,١٠	٣,٠٤٨	١٩,٩٣	درجة	التحمل	
٠,٢٥٩	٣,٤١٤	٢٠,٩٧	٣,٣٩١	٢١,١٥	درجة	المرونة	
٠,٠٩٣	٤,٢٩٦	٢١,٣٥	٤,١٠١	٢١,٢٧	درجة	التوافق	
٠,٢١٥	٣,١٥٤	٢١,٤٠	٣,٦٦١	٢١,٢٥	درجة	الصحة	
٠,١٢٥	٤,٩٢٢	١٩,٣٣	٥,٢٢٩	١٩,٤٦	درجة	النشاط البدني	
٠,١١٩	٤,٢٧٣	٢١,٧٠	٣,٩٦٨	٢١,٦٠	درجة	الكفاءة الرياضية	
٠,٦٠٣	٢,٢٣٩	٢٠,٢٧	٢,١٤٤	٢٠,٠٠	درجة	شمولية الجانب البدني	
٠,٩٩٣	٠,٦٣٨	١٣,٥٠	٠,٥٤٢	١٣,٣٨	ثانية	سرعة التنظيط في خط مستقيم	المهارية
٠,٥٠٧	٠,٨١٧	١٨,٧٢	٠,٧٢٦	١٨,٦٤	ثانية	سرعة التنظيط في خط متعرج	
١,١٢١	٠,٧١٨	١٠,١٠	٠,٥٨٧	١٠,٢٥	عدد	سرعة التمرير	
٠,٩٩٤	٠,٧٤٥	٨,١٥	٠,٧٣٣	٨,٣٠	درجة	دقة التمرير	
٠,٢٧٣	٠,٩٣٠	٠,٨٠	٠,٨٦٤	٠,٧٥	درجة	دقة التصويب من الثبات	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٥ = ٢,٠٢١ * دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (٩) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات القبليّة للمجموعتين

التجريبية والضابطة في مقياس وصف الذات البدنية ومهارات كرة اليد قيد البحث.

تطبيق تجربة البحث الأساسية :

قامت الباحثة بتطبيق البرنامج التعليمي المقترح علي المجموعة التجريبية وذلك في الفترة

من يوم الأحد الموافق ١٧/١٠/٢٠٢١ م إلى يوم الأربعاء الموافق ٨/١٢/٢٠٢١ م، ولمدة (٨)

أسابيع، وبواقع (٢) وحدة تعليمية أسبوعياً، وبلغ زمن الوحدة التعليمية (٤٥) دقيقة بإجمالي زمن

(٧٢٠) دقيقة .

القياسات البعدية:

تم إجراء القياسات البعدية بنفس الشروط والمواصفات التي تمت في القياسات القبليّة، وذلك لضمان دقة وسلامة البيانات وذلك خلال يومي الأحد والاثنين ١٢ ، ١٣/١٢/٢٠٢١ م ، حيث تم تفرغ البيانات في جداول معدة لذلك تمهيدا لمعالجتها إحصائياً.

المعالجات الإحصائية:

بعد الانتهاء من التطبيق قامت الباحثة بتجميع النتائج بدقة وجدولتها ومعالجتها إحصائياً، حيث استخدمت الباحثة برنامج (SPSS 23) للمعالجات الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الالتواء.
- الوسيط .
- معامل الارتباط البسيط
- النسبة المئوية
- اختبار "ت" T-test.

عرض ومناقشة النتائج :

أولاً : عرض النتائج :

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في

مقياس وصف الذات البدنية قيد البحث ن = ٢٥

قيمة "ت" المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات	مقياس وصف الذات البدنية
	ع ±	س ^٢	ع ±	س ^٢			
*٤,٦٨٦	٣,٨٦٣	٢٦,١٠	٣,٢٨٤	٢١,٢٥	درجة	المظهر الخارجي	
*٤,٣١١	٥,٤٩٤	٣٠,٥٧	٦,١٧١	٢٣,٣٠	درجة	سمنة الجسم	
*٤,٣٠١	٢,١٤٣	٢٥,٧٠	٤,٩٠٦	٢١,٠٠	درجة	القوة العضلية	
*٥,١٢٢	٢,١٣٤	٢٣,٨٢	٣,٠٤٨	١٩,٩٣	درجة	التحمل	
*٤,٥٥٤	٣,١١٥	٢٥,٤٣	٣,٣٩١	٢١,١٥	درجة	المرونة	
*٥,٢٨٠	١,٨٧٦	٢٦,١٣	٤,١٠١	٢١,٢٧	درجة	التوافق	
*٤,٨٤٥	٢,٢٥٠	٢٥,٥٠	٣,٦٦١	٢١,٢٥	درجة	الصحة	
*٥,٨٣١	٢,٣٨٣	٢٦,٣٠	٥,٢٢٩	١٩,٤٦	درجة	النشاط البدني	
*٦,٥٣١	١,٧٢٨	٢٧,٣٧	٣,٩٦٨	٢١,٦٠	درجة	الكفاءة الرياضية	
*٧,٥٧٧	٢,٥٣١	٢٥,١٣	٢,١٤٤	٢٠,٠٠	درجة	شمولية الجانب البدني	

* دال عند مستوى ٠,٠٥

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٥ = ٢,٠٦٤

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في أبعاد مقياس وصف الذات البدنية قيد البحث، ولصالح القياسات البعدية.

جدول (١١)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في

مقياس وصف الذات البدنية وأبعاده المختلفة قيد البحث ن = ٢٥

قيمة "ت" المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
	± ع ^٢	س ^٢	± ع ^١	س ^١		
*٢,١٣١	٢,١٩١	٢٣,٣٧	٣,٨٨٤	٢١,٤٣	درجة	المظهر الخارجي
*٢,١٨٧	٣,٢٦٨	٢٦,٠٠	٥,٤٨٦	٢٣,١٥	درجة	سمنة الجسم
*٢,٢١٢	٣,٤٢٠	٢٣,٦٠	٥,٠٩٢	٢٠,٨٣	درجة	القوة العضلية
*٢,١٣٧	١,٤٩٩	٢١,٦٧	٣,٢٧٣	٢٠,١٠	درجة	التحمل
*٢,٤٣١	٢,٦٦٧	٢٣,١٢	٣,٤١٤	٢٠,٩٧	درجة	المرونة
*٢,١٦٣	٢,٤٣٦	٢٣,٥٣	٤,٢٩٦	٢١,٣٥	درجة	التوافق
*٢,٤٣٤	١,٣٢٨	٢٣,١٠	٣,١٥٤	٢١,٤٠	درجة	الصحة
*٢,٤٨٦	٢,٥٨٢	٢٢,١٥	٤,٩٢٢	١٩,٣٣	درجة	النشاط البدني
*٢,١٧٨	٢,٤٩٤	٢٣,٩٠	٤,٢٧٣	٢١,٧٠	درجة	الكفاءة الرياضية
*٣,٣٦٦	٣,١٥٨	٢٢,٩٣	٢,٢٣٩	٢٠,٢٧	درجة	شمولية الجانب البدني

مقياس وصف الذات البدنية

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٥ = ٢,٠٦٤ * دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في مقياس وصف الذات البدنية وأبعاده المختلفة قيد البحث، ولصالح القياسات البعدية

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في مهارات كرة اليد قيد البحث

ن = ٢٥

قيمة "ت" المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
	± ع ^٢	س ^٢	± ع ^١	س ^١		
*٨,٦٩٦	٠,٦٩٩	١١,٨١	٠,٥٤٢	١٣,٣٨	ثانية	سرعة التنطيط في خط مستقيم
*٩,٢٣٤	٠,٥٤٤	١٦,٩٣	٠,٧٢٦	١٨,٦٤	ثانية	سرعة التنطيط في خط متعرج
*٩,٧٤٤	٠,٩٦٧	١٢,٥٠	٠,٥٨٧	١٠,٢٥	عدد	سرعة التمرير
*١١,٦٥١	١,٢٥٩	١٠,٧٥	٠,٧٣٣	٨,٣٠	درجة	دقة التمرير
*٦,٩٣٨	١,٧٣٩	٣,٥٠	٠,٨٦٤	٠,٧٥	درجة	التصويب من الثبات

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٥ = ٢,٠٦٤ * دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في مهارات كرة اليد قيد البحث ولصالح القياسات البعدية.

جدول (١٣)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في مهارات كرة اليد قيد البحث

ن = ٢٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت" المحسوبة
		س _١	ع _١	س _٢	ع _٢	
سرعة التنطيط في خط مستقيم	ثانية	١٣,٥٠	٠,٦٣٨	١٢,٨٦	٠,٧٥٢	*٣,١٧٩
سرعة التنطيط في خط متعرج	ثانية	١٨,٧٢	٠,٨١٧	١٨,٠١	٠,٩٧٥	*٢,٧٢٤
سرعة التمرير	عدد	١٠,١٠	٠,٧١٨	١١,٠٠	١,١٦٣	*٣,٢٢٦
دقة التمرير	درجة	٨,١٥	٠,٧٤٥	٩,٠٠	١,٦٤٩	*٢,٣٠١
التصويب من الثبات	درجة	٠,٨٠	٠,٩٣٠	٢,٢٥	٢,٦١٤	*٢,٥٦٠

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٥ = ٢,٠٦٤ * دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في مهارات كرة اليد قيد البحث ولصالح القياسات البعدية.

جدول (١٤)

دلالة الفروق بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مقياس

الذات البدنية ومهارات كرة اليد قيد البحث ن_١ = ن_٢ = ٢٥

المتغيرات	وحدة القياس	التجريبية		الضابطة		قيمة "ت" المحسوبة
		س _١	ع _١	س _٢	ع _٢	
المظهر الخارجي	درجة	٢٦,١٠	٣,٨٦٣	٢٣,٣٧	٢,١٩١	*٤,٢٥٩
سمانة الجسم	درجة	٣٠,٥٧	٥,٤٩٤	٢٦,٠٠	٣,٢٦٨	*٤,٩٥٣
القوة العضلية	درجة	٢٥,٧٠	٢,١٤٣	٢٣,٦٠	٣,٤٢٠	*٣,٦٠٥
التحمل	درجة	٢٣,٨٢	٢,١٣٤	٢١,٦٧	١,٤٩٩	*٥,٧١٢
المرونة	درجة	٢٥,٤٣	٣,١١٥	٢٣,١٢	٢,٦٦٧	*٣,٩٠٣
التوافق	درجة	٢٦,١٣	١,٨٧٦	٢٣,٥٣	٢,٤٣٦	*٥,٨٥٩
الصحة	درجة	٢٥,٥٠	٢,٢٥٠	٢٣,١٠	١,٣٢٨	*٦,٣٦٤
النشاط البدني	درجة	٢٦,٣٠	٢,٣٨٣	٢٢,١٥	٢,٥٨٢	*٨,١٨٣
الكفاءة الرياضية	درجة	٢٧,٣٧	١,٧٢٨	٢٣,٩٠	٢,٤٩٤	*٧,٩٢٣
شمولية الجانب البدني	درجة	٢٥,١٣	٢,٥٣١	٢٢,٩٣	٣,١٥٨	*٣,٧٦٦
سرعة التنطيط في خط مستقيم	ثانية	١١,٨١	٠,٦٩٩	١٢,٨٦	٠,٧٥٢	*٧,٠٨٦
سرعة التنطيط في خط متعرج	ثانية	١٦,٩٣	٠,٥٤٤	١٨,٠١	٠,٩٧٥	*٦,٧٠٢
سرعة التمرير	عدد	١٢,٥٠	٠,٩٦٧	١١,٠٠	١,١٦٣	*٦,٨٧١
دقة التمرير	درجة	١٠,٧٥	١,٢٥٩	٩,٠٠	١,٦٤٩	*٥,٨٤٤

*٢,٧٥٨	٢,٦١٤	٢,٢٥	١,٧٣٩	٣,٥٠	درجة	دقة التصويب من الثبات
--------	-------	------	-------	------	------	-----------------------

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٥ = ٢,٠٢١ * دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مقياس وصف الذات البدنية ومهارات كرة اليد قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.

ثانياً: مناقشة النتائج

يتضح من نتائج جدول (10) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبالية والبعدية للمجموعة التجريبية في أبعاد مقياس وصف الذات البدنية قيد البحث، ولصالح القياس البعدي، مما يدل على أن طريقة التعلم النشط المستخدمة (فكر - زواج - شارك) كبرنامج متكامل بدرس التربية الرياضية يؤثر إيجابياً على جميع المتغيرات البدنية، وترجع الباحثة ذلك إلى أن التعلم النشط المستخدم يشمل على العديد من التمرينات المتنوعة والمختلفة والتي تؤدي بشكل زوجي وجماعي، ولما للبرنامج المقترح باستخدام التعلم النشط من أهمية بدنية وعضوية وعقلية ونفسية واجتماعية فقد ساهمت كبرنامج متكامل بدرس التربية الرياضية في مقياس وصف الذات البدنية (المظهر الخارجي - التوافق - سمعة الجسم - الصحة - القوة العضلية - النشاط البدني - التحمل - الكفاءة الرياضية - المرونة - شمولية الجانب البدني).

وفي ضوء هذه النتائج المستخلصة ترى الباحثة أن مفهوم الذات يؤثر على مستوى الأداء الرياضي، حيث تقدم الأنشطة الرياضية فرصاً كبيرة لتنمية مفهوم الفرد عن نفسه من خلال ممارسة الإحساس والشعور بالنجاح في التغلب على صعوبات الأداء الحركي، كما أن الخبرة الرياضية تعمل على تدعيم مفهوم الذات الإيجابي، وأن هناك تغييراً في مفهوم الذات عن طريق برامج الأنشطة الحركية. ويشير محمد سعد إبراهيم (٢٠٠٤م) في هذا الصدد أن التعلم النشط يضم باقة كبيرة من الاستراتيجيات التي تلائم جميع المواقف التعليمية. (١١ : ٣٥)

يتضح من نتائج جدول (11) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبالية والبعدية للمجموعة الضابطة في مقياس وصف الذات البدنية (المظهر الخارجي - التوافق - سمعة الجسم - الصحة - القوة العضلية - النشاط البدني - التحمل - الكفاءة الرياضية - المرونة - شمولية الجانب البدني)، ولصالح القياس البعدي، وتعزى الباحثة هذه النتيجة إلى أن الأنشطة الحركية

بالطريقة التقليدية قد اشتملت على العديد من أنشطة المنافسات والتتابعات التي تتطلب الحركة والجرى بسرعة والتنافس مع الآخرين، والتي دفعت تلميذات المجموعة الضابطة إلى تحسن مستوى أدائهن الحركي في وصف الذات البدنية، وظهر ذلك من خلال الفروق بين القياسات القبليّة، حيث أنها ترجع إلى الأنشطة الحركية المتبعة لتلميذات المجموعة الضابطة بها العديد من فرص التحدي بين التلميذات، وبصفة خاصة تحدى الذات في بعض المواقف، مما ساعد ذلك على زيادة مستوى أداء المجموعة الضابطة.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول والذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعتين التجريبيّة والضابطة في أبعاد مقياس وصف الذات البدنية قيد البحث ولصالح القياسات البعديّة ".

يتضح من نتائج جدول (12) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبيّة في تعلم مهارات كرة اليد (التمرير - التنطيط - التصويب من الثبات) لصالح القياس البعدي، وهذا يشير إلى أن طريقة التعلم النشط المستخدمة (فكر - زوج - شارك) لها تأثير إيجابي على تحسن التعلم والتي راعت فيها الباحثة مشاركة المتعلم بصورة فاعلة من خلال قوانين وتطبيقات الطريقة المستخدمة، الأمر الذي جعلت من المتعلم مشاركاً إيجابياً وفعالاً نحو استنباط الطرق والمفاهيم الخاصة بعملية تعلم مهارات كرة اليد ، وترجع الباحثة ذلك التقدم الذي طرأ على المجموعة التجريبيّة إلى المتغير التجريبي الذي يتمثل في طريقة التعلم النشط المستخدمة والتي أدت إلى خلق بيئة تعليمية تشجع على التفكير العلمي كما أن الأسلوب يستثير تفكير التلميذات ويعمل على السير في العملية التعليمية وفقاً لرغبة وسرعة وقدره التلميذه وربما قد أضافت هذه الطريقة للتلميذة لقيمتها ودورها في الإدراك الذاتي دون مساعدة المعلمة مما أدى إلى استيعابها المهارات بصورة أفضل.

وهذا يشير إلى أن أسلوب استخدام أسلوب التعلم النشط له تأثير إيجابي على تعلم مهارات كرة اليد المنهجية قيد البحث ويرجع ذلك إلى حسن إختيار المعلمة لتمرينات مقننة لتعليم وتطوير أداء كل مهارة علي حدة، وقيام المعلمة بالشرح وأداء نموذج للتمرين واتخاذ جميع القرارات الخاصة بالتعليم في ضوء طرح مجموعة من الأسئلة علي التلميذات تتطلب الإجابة عنها إتباع مجموعة من الإجراءات تتمثل في إعطاء (فترة للتفكير - فترة للتجريب - فترة للمناقشة-

اكتشاف الحركة الصحيحة والاتفاق عليها) يليها أداء التلميذات لمجموعة من التمرينات ومتابعة المتعلمات أثناء الأداء وإعطاء التغذية الراجعة لهم جميعا في وقت واحد مما كان له الأثر الإيجابي في عملية التعلم.

وفي هذا الصدد يؤكد جودت أحمد سعادة (٢٠٠٦) أن التعلم النشط يشارك خلاله التلاميذ في الأنشطة والتمارين بفاعلية كبيرة، ومن خلال بيئة تعليمية غنية متنوعة، تسمح لهم بالإصغاء الإيجابي أو الحوار البناء، والمناقشة الثرية والتفكير الواعي، والتحليل المستمر، والتأمل العميق لكل ما يتم طرحه من موضوعات، بين بعضهم البعض، مع وجود متعلم يشجعهم علي تحمل مسؤولية تعليم أنفسهم تحت إشرافه الدقيق، ويدفعهم الي تحقيق الأهداف الطموحة للمنهج الدراسي، والتي تركز علي بناء الشخصية المتكاملة والإبداعية. (٣ : ٢٣٧)

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات كلاً من سلوى عبد اللطيف أحمد (٢٠١١م) (٤)، حسين على حمد (٢٠١٢م) (٢)، إبراهيم السيد على (٢٠١٤م) (١) والتي تشير إلى فاعلية استخدام أسلوب التعلم النشط في تنمية وتحسين الجوانب الأدائية للمتعلمين نتيجة لزيادة التحصيل المعرفي والتطبيق للمهارات التي يتم تطبيقها.

ينضح من نتائج جدول (13) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعة الضابطة في تعلم مهارات كرة اليد قيد البحث (التمرير - التنطيط - التصويب من الثبات) لصالح القياس البعدي وهذا يشير إلى أن الطريقة المعتادة (الأوامر) لها تأثير إيجابي على التعلم وتحسن مستوى أداء مهارات كرة اليد قيد البحث، وترجع الباحثة ذلك إلى أن الطريقة المعتادة التي تقوم على الشرح اللفظي وأداء النموذج وتصحيح الأخطاء من قبل المعلمة والممارسة والتكرار من جهة التلميذة وهذا بدون شك سوف يتيح لها فرصة التعلم مما يؤثر إيجابيا على التعلم و كفاءة الأداء لمهارات كرة اليد قيد البحث.

وتري الباحثة أن العملية التعليمية تعتمد في الأسلوب التقليدي أساساً علي المعلم، فهو القائم بالشرح والتفسير والملاحظة، وهو الذي يتخذ القرارات ويقع عليه الدور الفعال من خلال التدخل لإيجاد الحلول الحركية الممكنة وتكرار ذلك وصولاً إلى حلول حركية أفضل.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة محمد محمود حماد (٢٠٠٥م) (١٢) في ارتفاع متوسطات درجات المجموعة التجريبية التي درست بإستراتيجية (فكر - زوج - شارك) عن

المجموعة الضابطة التي درست بالطريقة التقليدية في اختبار التفكير الرياضي - هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات تلاميذ المجموعة التجريبية الأولى ودرجات تلاميذ الضابطة في اختبار التفكير الرياضي لصالح التجريبية.

وهذا يحقق صحة الفرض الثاني للبحث والذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسات القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد قيد البحث ولصالح القياسات البعدية " .

ينتضح من نتائج جدول (14) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مقياس وصف الذات البدنية ومهارات كرة اليد قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية، وتعزى الباحثة ذلك التقدم لتلميذات المجموعة التجريبية على تلميذات المجموعة الضابطة في القياسات البعدية في مقياس وصف الذات البدنية ومهارات كرة اليد قيد البحث نتيجة لتطبيق برنامج التعلم النشط المستخدم بطريقة (فكر - زوج - شارك) والذي يحتوى على الأنشطة الاستكشافية الحركية المتعددة علي المجموعة التجريبية دون الضابطة حيث حقق البرنامج المقترح الهدف العام منه، وكذلك هدف الدراسة في التأثير علي الجانب البدني والمهاري في كرة اليد للتلميذات ، كما أن محتوى برنامج التعلم النشط المستخدم بطريقة (فكر - زوج - شارك) والتسلسل المنطقي بين الأداء وتقنيته كان له الأثر الأكبر علي تحقيق الهدف من الدراسة بالتأثير الإيجابي علي وصف الذات البدنية ومهارات كرة اليد قيد البحث.

وتعزو الباحثة هذه الفروق إلى أن تلميذات المجموعة التجريبية قد تعلموا بطريقة جديدة وهي (فكر - زوج - شارك) والتي تعتبر إحدى طرق التعلم النشط التي تعتمد على إيجابية المتعلم ونشاطه وتفاعله في الموقف التعليمي وتتم بتسلسل منطقي متتالي ومتتابع فتبدأ بمرحلة التفكير وفيها يطرح المعلم سؤالاً أو فكرة ما ويحدد وقتاً للتفكير فيها ثم المزوجة حيث يقوم كل زوج من التلاميذ بمناقشة أفكارهما معاً، ثم المشاركة حيث يشارك كل زوجاً آخر ويتبادلوا الأفكار والآراء ، كما أن طريقة (فكر - زوج - شارك) تزيد من التحصيل والدافعية للتعلم، وتنمي الثقة في نفوس المتعلمين، وتساعد على بناء المسؤولية الشخصية والقدرة على التفسير وإيجاد العلاقات في عملية التعلم، وأيضاً تدعم بعض عادات العقل المنتجة مثل الاستماع بفهم، والتحكم في الاندفاع، والتفكير التعاوني، كما تنمي مستويات التفكير العليا.

وتتفق تلك النتائج مع نتائج دراسة مرفت عثمان (٢٠٠١) (١٤) والتي أشارت إلى أن التأثير الشمولي للجوانب البدنية والمهارية هو الأهم والأكثر إيجابية في عملية التعليم والتعلم وأن للمعرفة المقام الأول حيث لا تعلم بدون معرفة، وهذا ما توفره طريقة التعلم النشط المستخدمة (فكر - زوج - شارك) والتي تعتمد علي البناء الشامل للتلميذة (بدني نفسي حركي ومهاري) وبالتالي تتمكن التلميذة من التعلم بصورة جيدة وينعكس ذلك علي الأداء الحركي بشكل أفضل من البرامج الأخرى خاصة لتلك المرحلة العمرية.

وقد اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من سهاد عبد الأمير عبود (٢٠١٤م) (٦) والتي كان من نتائجها أن الأسلوب التقليدي ساهم بإيجابية في تعلم الكيمياء ومستوى التحصيل المعرفي وأن إستراتيجية (فكر - زوج - شارك) كان أكثر فعالية في التحصيل المعرفي للكيمياء. ودراسة زان غاو وآخرون Zan Gao et all (٢٠١٢م) (١٩) والتي توصلت إلى أن التعلم النشط له تأثير إيجابي على مستوى الدافعية للنشاط البدني والمهاري لدى الطلاب عينة البحث. وهذا ما أتاحه طريقة أسلوب (فكر - زوج - شارك) والتي قامت الباحثة باستخدامه مع تلميذات المجموعة التجريبية.

كما اتفقت هذه النتائج مع ما ذكرته نهلة عبد المعطى (٢٠١١م) أن للتعلم النشط أهمية في الحقل التربوي ؛ حيث يجعل الطالب نشطاً وإيجابياً ويتيح له الفرص للمشاركة ويوفر له قدراً من الاستقلالية مما يُعوّده على تحمل المسؤولية، والاعتماد على ذاته ، كما يوفر للطلاب بيئة ثرية مليئة بمواقف التحدي التي تحثهم على التفكير والمشاركة الفعالة، والإيجابية والإصرار على تحسين أدائهم وإثراء خبراتهم ، ويساعد أيضاً على بقاء أثر التعلم فترة طويلة في ذهن الطلاب، لأنهم يتوصلون إلى المعلومة بأنفسهم من خلال قيامهم بالعديد من الأنشطة ، ويكسب الطلاب القدرة على تحليل الموقف وحل المشكلات التي تواجههم. (١٧: ٢٣-٢٤)

ومن العرض السابق يتحقق صحة الفرض الثالث للبحث والذي نص على " توجد فروق دالة إحصائية بين نتائج القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في أبعاد مقياس وصف الذات البدنية وتعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد ولصالح المجموعة التجريبية " .

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات:

في ضوء الأهداف والفروض الخاصة بالبحث، واستنادًا على الإجراءات العلمية المرتبطة بموضوع البحث، وما تم التوصل إليه من نتائج؛ فقد توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات التالية:

(١) التعلم النشط بطريقة (فكر - زوج - شارك) كان مؤثرًا في أبعاد مقياس وصف الذات البدنية (المظهر الخارجى - التوافق - سمنة الجسم - الصحة - القوة العضلية - النشاط البدنى - التحمل - الكفاءة الرياضية - المرونة - شمولية الجانب البدنى)، حيث أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات القبليّة والبعدية لتلميذات المجموعة التجريبية ولصالح القياسات البعدية.

(٢) التعلم النشط بطريقة (فكر - زوج - شارك) كان مؤثرًا في تعلم بعض مهارات كرة اليد (التنطيط - التمير - التصويب من الثبات) حيث أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات القبليّة والبعدية.

(٣) التعلم النشط بطريقة (فكر - زوج - شارك) أدت إلى جعل التلميذة محورًا للعملية التعليمية والمعلم مهياً ومرشداً وموجهاً للبيئة التعليمية.

(٤) التعلم النشط بطريقة (فكر - زوج - شارك) أدت إلى حيوية وقت الدرس وزادت من حماس ودوافع التلميذات وجذبت انتباههن وشوقتهن للتعلم القادم.

التوصيات:

بناء على الاستنتاجات الخاصة بموضوع البحث تُقدم الباحثة التوصيات التالية:

(١) محاولة استخدام طريقة (فكر - زوج - شارك) في فصول المرحلة الابتدائية عند تعليم مهارات الأنشطة الرياضية المقررة لما أثبتته من نتائج في العملية التعليمية.

(٢) ضرورة إشراك المتعلم في العملية التعليمية وتجنب عملية التلقين والشرح والنموذج وجعل التلميذ هو محور العملية التعليمية لما أثبتته طريقة (فكر - زوج - شارك) في هذه الدراسة.

(٣) العمل على دمج العديد من الإستراتيجيات التدريسية خلال التعلم النشط لإستفادة القصوى من قدرات وإمكانيات التلميذات لاستخدامها في عملية تعلم المهارات الحركية بالأنشطة الرياضية بصفة عامة ورياضة كرة اليد بصفة خاصة بدرس التربية الرياضية.

- (٤) تطبيق طريقة (فكر – زوج – شارك) على مهارات أخرى مقررة على عينات أخرى.
(٥) إعداد نماذج لبرامج التعلم الإلكتروني القائم علي التعلم النشط بدرس التربية الرياضية مع تلاميذ المرحلة الابتدائية .

قائمة المراجع:

أولاً: المراجع باللغة العربية:

- ١- إبراهيم السيد على (٢٠١٤) : تأثير التعلم النشط علي التحصيل المعرفي ومستوي أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم بدرس التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الزقازيق .
- ٢- حسين علي حمد السعيد : فعالية التعلم النشط في تنمية بعض الجوانب المعرفية والمهارية لمهارات العاب القوي للأطفال بدولة الكويت، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق .
- ٣- جودت أحمد سعادة (٢٠٠٦) : التعلم النشط بين النظرية والتطبيق، دار الشروق للنشر، عمان، الأردن
- ٤- سلوى عبد اللطيف أحمد : فاعلية استخدام التعلم النشط المدعم الكترونياً علي مستوي أداء بعض المهارات الحركية وعلاقته بالتفكير الإبتكاري لتلاميذ المرحلة التأسيسية بدولة الإمارات، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق .
- ٥- سليم محمد أبو غالي : أثر توظيف إستراتيجية (فكر- زوج - شارك) في تنمية مهارات التفكير المنطقي في العلوم لدى طلبة الصف الثامن الأساسي ، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية ، غزة .
- ٦- سهاد عبد الأمير عبود : أثر توظيف إستراتيجية (فكر- زوج - شارك) في تنمية مهارات التفكير المنطقي في العلوم لدى طلبة الصف الثامن الأساسي، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة .
- ٧- كمال الدين عبد الرحمن درويش، قدرى سيد مرسى، عماد الدين عباس أبو زيد (٢٠٠٢) : القياس والتقويم وتحليل المباراة فى كرة اليد، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٨- كمال عبد الحميد إسماعيل، محمد صبحى حسانين (٢٠٠٣) : القياس فى كرة اليد، ط٣، دار الفكر العربى، القاهرة.
- ٩- محمد حسن علاوي : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، القاهرة. (١٩٩٨)

- ١٠- محمد حماد : التعلم النشط اهتمام تربيوي قديم حديث، دار النهضة العربية للنشر والتوزيع ، هندی (٢٠١٠)
- ١١- محمد سعد إبراهيم : فعالية استخدام الأسئلة والمشكلات مفتوحة النهاية على التحصيل والتفكير الابتكاري والاتجاه نحو الرياضيات لتلاميذ المرحلة الابتدائية، الجمعية المصرية لتربويات الرياضيات، المؤتمر العلمي الثاني، البحث في تربويات الرياضيات ، جامعة عين شمس، ٥-٤ أغسطس . (٢٠٠٤)
- ١٢- محمد محمود حماد : فعالية إستراتيجية (فكر - زوج - شارك) والاستقصاء القائمين على أسلوب التعلم النشط في نوادي الرياضيات المدرسية في تنمية مهارات التفكير الرياضي واختزال فلسفة الرياضيات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، ماجستير، كلية التربية، جامعة حلوان . (٢٠٠٥)
- ١٣- محمود أحمد نصر : أثر استخدام إستراتيجية (فكر - زوج - شارك) بمساعدة بيئة الكمبيوتر والمواد البيئية التناولية في تدريس هندسة الصف الرابع الابتدائي على التحصيل والاحتفاظ والاعتماد الإيجابي المتبادل، الجمعية المصرية لتربويات الرياضيات، المؤتمر العلمي الثالث، تعليم وتعلم الرياضيات وتنمية الإبداع ، جامعة عين شمس، ٨ - ٩ أكتوبر، ص ٢٠٥ ص ٢٤٦ . (٢٠٠٣)
- ١٤- مرفت فريد عثمان : تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية علي القدرات الحركية وبعض المهارات الأساسية لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان. (٢٠٠١)
- ١٥- مصطفى السايح محمد : أساليب التدريس في التربية الرياضية، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية. (٢٠٠٣)
- ١٦- مصطفى محمد نصر الدين : تأثير أسلوب التدريس التعاوني والأوامر على درجة أداء جملة التمرينات الإيجابية لطلاب الصف الأول بكلية التربية الرياضية ببورسعيد، المجلة العلمية لطوم وفنون الرياضة، المجلد العشرون، العدد الثالث، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة بالقاهرة، جامعة حلوان. (٢٠٠٤)
- ١٧- نهلة عبد المعطي : فاعلية إستراتيجية مقترحة لتدريس الفيزياء قائمة على النمذجة والتعلم النشط في تنمية مهارات الاستقصاء العلمي والمهارات الاجتماعية والتحصيل لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة الزقازيق . (٢٠١١) الصادق



ثانياً: المراجع باللغة الإنجليزية:

- ١٨- Szesze Manwall : Science teaching strategies think-pair-share", Available ", second edition Columbus, iarlese college, P.e teaching, journal of sports science in china .
(٢٠٠٣)

ثالثاً: شبكة المعلومات الدولية "الإنترنت":

- ١٩- <http://www.eric.ed.govid=EJ936017>