

فاعلية برنامج مقترح قائم على التعلم التوليدى فى تثبيت التعلم على الذاكرة الحركية قصيرة المدى ومستوى الأداء المهارى والرقمى لمسابقة قذف القرص للمبتدئات

* د/سارة عبدالله حسن عبدالله

المقدمة ومشكلة البحث:

يشهد العالم الان نقلة حضارية شملت كل أوجه الحياة ومجالاتها إذ تظهر فى كل يوم على مسرح الحياة معطيات وفكر ومهارات جديدة للتعامل معاها بنجاح، وهذه التحولات قد القت بظلالها على بنية النظام التربوى وعليه فإن الانسان القادر على التصدى لكل هذه التحولات والتغيرات يتطلب اعادة النظر فى النظم التعليمية مفهوما ومحتوى واسلوبا. ومن هنا بدأت الدول المختلفة تتسابق على تطوير نظمها التعليمية بصورة شاملة أحيانا وبصورة جزئية أحيانا أخرى. (١٠: ٢٧)

فالعصر الذى نعيش فيه الان هو عصر الانفجار المعرفى الذى فاق كل التوقعات البشرية فقد غزا مختلف مجالات الحياة بصفة عامة ومجال التعليم بصفة خاصة، حيث تتولد الافكار والمعارف الجديدة كل دقيقة، مما يجعل الاعتماد على الانسان فقط فى عملية التعليم يخفى أمام الاعتماد على الانسان الذى يساير العصر والتقدم والتكنولوجيا واستخدامها والاستفادة منها فى عملية التعليم مما يفرض علينا وجود قاعدة علمية راسخة تؤهلنا لمواكبة التحديات التربوية والتراكم المعرفى والمساهمة فى توظيف المعرفة من اجل مستقبل افضل فهذا الاهتمام والتطوير فى العملية التعليمية على البحث عن الاساليب التى تتناسب مع متطلبات ومتغيرات العصر الحديث ولذا فقد اتجه العديد من التربويون نحو الوسائط التعليمية وذلك لدورها البالغ الاهمية للمعلم والمتعلم وانعكس ذلك على المنظومة التعليمية، وتحتاج الوسائط التعليمية الى معلم ناجح يتقن مادته العلمية واساليب التدريس الحديثة وملماً باستخدامها وكيفية بناء المواقف التعليمية وتصميمها بطريقة تتمشى مع احتياجات المتعلم وخصائصه المختلفة. (٢٥: ١٦)

أن التقدم بعمليات التعليم والتعلم فى التربية الرياضية يحتم علينا ان نركز اهتمامنا على المستفيد الاول من هذه العمليات، ألا وهو التلميذ ودوره الحيوى فى هذه العمليات وبالرغم من اهمية دور مدرس التربية الرياضية فى عمليات التعليم والتعلم إلا ان المدرس مشروط ومرتبط بدور الطالب، فقيادة الدروس وإدارة المناشط واختيارها وطريقة تعليمها لها

* أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات مسابقات الميدان والمضمار بكلية التربية الرياضية للبنين والبنات

مكانة هامة في سياق الواجب التربوي للمدرس، إذ أن المفاهيم والاتجاهات التي يجب ان تحكّم العمل مع الطلاب يجب ان تحدد بمساعدتهم على بذل الجهد نحو التكيف الاجتماعي والنفسي ونحو النمو. (٦: ٣٣)

وهناك العديد من الاستراتيجيات والنماذج التي استخدمت لتوظيف المدخل البنائي في التدريس، ومنها النموذج التوليدي فهو من أحد نماذج النظرية البنائية، حيث انه يستخدم افكار البنائية الاجتماعية في التعليم، ويعكس رؤية فيجوتسكي للتعلم، ولقد بني نموذج التعلم التوليدي على نظرية التعلم التوليدي التي اقترحها "ميرلين ويتروك" Merlin Wittrock وهو التعلم الذي يشمل البناء النشط للمعنى خلال تحليل الافكار وتكاملها، والذي يأخذ مكاناً عندما تولد العلاقات بين المعلومات المخزنة في الذاكرة طويلة المدى داخل المخ والمعلومات الحسية التي تم تلقيها من البيئة، وذلك عندما يتم الاختيار النشط والانتباه الانتقائي للمعلومات، ثم تكوين المعاني بصورة نشطة، فيذكر "أحمد النجدي واخرون" (٢٠١٥م) أن النموذج التوليدي يعتمد على فكرة اساسية هي ان معرفة المتعلم القبلية تعد شرطاً اساسياً لبناء المعنى حيث ان التفاعل بين معرفة المتعلم الجديدة ومعرفته القبلية يعد احد المكونات المهمة في عملية التعلم ذي المعنى، ولذلك يهتم نموذج التعلم التوليدي بصفة اساسية بالبنيات المعرفية الموجودة لدي المتعلمين، والتي يتم على اساسها اختيار المدخلات المحسوسة والاهتمام بها، كما يهتم بالروابط التي تتولد بين المثبرات التي يتعرض لها المتعلمون ومظاهر تخزينها في بنيتهم المعرفية، وتكوين المعنى من خلال المدخلات المحسوسة والمعلومات التي يتم استرجاعها من البنية المعرفية للمتعلمين، وكذلك يهتم بتقويم المعاني التي تم التوصل اليها. (٢: ٤٦٢)

وتعود اهمية النموذج التوليدي في تعلم المهارات الحركية الى الوصول بالمتعلم الى مرحلة ما وراء المعرفة والمتمثلة في التأمل في المعرفة والتعمق في فهمها وتفسيرها من خلال البحث والاستقصاء وبذلك يسهم هذا النموذج في تنمية متعلم واع مفكر لديه الدافعية لحل ما يواجهه من مشكلات حياتية. (٥: ٤)

وتعتمد عملية التعلم اعتماداً كبيراً على التذكر حيث أن التعلم لا يصبح له وجود بدون تذكر فتعلمنا لموضوع ما هو قدرتنا على تذكرنا لهذا الموضوع والاحتفاظ بالمعلومات الخاصة به، لذا تسعى الأنظمة التعليمية إلى التطوير والتعديل في أساليبها على جميع عناصر منظومة التعليم من مدخلات ومخرجات وعمليات إلى التطوير المستمر للهيكلة التنظيمي العام للتعليم وإجراءات التعليم بما يتوافق والأدوار الحديثة التي تتطلع اليها المؤسسات التربوية، من خلال وضع خطط استراتيجية لعدد من المشاريع كالبرامج والآليات التي تهدف من خلالها إلى

دعم توجيهات التعليم وتحقق أهدافها الاستراتيجية، كالبحث عن استراتيجيات حديثة للتعليم ومنها ما يسمى بالتعلم التوليدي (١٥ : ٢٣٥) - (٢٣ : ٣).

فالذاكرة تلعب دوراً هاماً في مختلف المجالات للسلوك الإنساني في الحديث، الكتابة، القراءة، الاستماع للموسيقى وفي ممارسة الأعمال والمهارات المختلفة بل تتميز أهمية الذاكرة في ممارسة بعض أنواع من السلوك التي تعتبر من مظاهر الحياة اليومية مثل ارتداء الملابس وغسيل الأسنان وقيادة السيارات وركوب الدراجات ... إلخ، ومن خلالها يستطيع الطالب الاحتفاظ بما مر به من خبرات وتجارب ومعلومات لفترة زمنية واسترجاعها بصورتها الأصلية وقت الحاجة لهذه المعلومات، ولا يتم هذا الاسترجاع إلا بعد حدوث التعلم الأصلي والاكتمال للمعلومات فنحن لا نحتفظ إلا بالمعلومات التي تعلمناها (٧ : ٥١٥) (١٣ : ١٢٥) (٢١ : ٤١).

وتعتمد عملية التعلم على الممارسة فالإنسان لا يتعلم إلا ما يمارسه بنفسه فتعلم الجري والوثب لا يمكن أن يتحقق عن طريق المشاهدة وإنما يتحقق بالممارسة والتدريب على حركاتها وبذلك يتم التعلم عن طريق النشاط الذاتي للفرد مع توفير التوجيه اللازم من قبل المعلم، ولا جدال في أن التعلم **learning** والذاكرة **memory** والأداء **performance** مرتبطة ببعضها، فدراسة الذاكرة تركز على كيف يبقي الفرد معلوماته ويحتفظ بها ثم يسترجعها عند الحاجة إليها أما دراسة التعلم تركز على كيفية اكتساب المعلومات بينما تركز دراسة الأداء على كيفية استخدام المعلومات، فالتعلم يسمح للكائن الحي بإدخال أفكار جديدة والاستفادة من الخبرة السابقة ولذلك فهو ليس نشاطاً موحداً وإنما يجمع بين عدة أنشطة.

كما أن التعلم أشد ارتباطاً بالأداء فقد يظن الفرد أنه قد تعلم مهارة قذف القرص ولم يستطيع أن يؤدي الأداء الأولى للمهارة فإنه يبدو وكأنه لم يتعلم شيئاً، ولذلك فإن مجرد الأداء لا يعنى شيئاً وإنما المطلوب هو الأداء المتقن وهو أمر متعلم ولكن شكل التعلم الذي يعول المعرفة إلى تطبيق ماهر ومتقن لتلك المعرفة لأن الهدف الأساسي من التعلم هو الوصول إلى جودة الأداء (٢٨ : ١٦٦ ، ١٦٧).

وهذا ما اتفق عليه العلماء على أن جوهر التعلم هو الدراسة والمران والممارسة فالتعلم يستغرق وقتاً ويستلزم مجهوداً وأحد المشاكل التي تواجه النشاط العقلي هو حجم المادة التي يجب تعلمها وكيف يمكن للمرء أن يتعلم موضوعاً ذهنياً معقداً؟ أما في مجال التربية البدنية والرياضة فنجد مشكلة جديدة وهي أن الجسم والأطراف يجب التحكم فيهما بدقة بالغة وهذا يتطلب تعلماً حركياً وهذا النوع يشبه تعلم المهارات الذهنية ويختلف عنه في نفس

الوقت؟ فكيف نتذكر ما نتعلمه؟ فبعض الأحداث من السهل تذكرها بينما البعض الآخر يتم تذكرها بصعوبة ولا شك أن التذكر مؤشر هام لحدوث التعلم لان التذكر معناه النجاح في التمكن من عمليات ثلاث هي الاكتساب، الاحتفاظ والاسترجاع فان فشل الفرد في تذكر شئ معناه أن واحدة من هذه العمليات لم تتم. (٢٨ : ١٥ ، ١٦) (٢٤ : ٥٧).

ويعتبر التذكر أكثر صعوبة لأنه يتكون من سلسلة من العمليات وهى البحث فى الذاكرة واسترجاع المعلومات المناسبة واتخاذ قرار بخصوص هذه المعلومات التى توصل إليها صحيحة أم خاطئة، ونجد أنه بالتذكر يتم استرجاع المعلومات التى تم تعلمها من قبل لأن التذكر هو إعادة التنشيط لأثر الذاكرة المعطى وهو إنعاش للعمليات الإدراكية التى تتطابق مع الإدراك الأصيل، وقد يتأثر التذكر بتكرار المنبة ولقد أثبتت التجارب أن كثرة التكرار تزيد من التذكر (٣٢ : ٦٣).

ويؤكد العلماء على أن تسهيل عملية التعلم تتم عن طريق تقديم المعلومات بصور مختلفة لأنها تؤثر على حواس الفرد، فكما اعتمد تقديم المعلومة على أكثر من حاسة كان التعلم أفضل ويؤتى ثماره، فنحن نتعلم ١٠% مما نقرأ و ٢٠% مما نسمعه، ٣٠% مما نراه، ٥٠% مما نراه ونسمعه، ٧٠% مما نقوله و ٩٠% مما نقوله ونفعله وتأتى المعلومات في صورة مثيرات حس حركية مختلفة النوع سواء كانت بصرية- سمعية- شمية وتذوقية فتقوم الأعصاب بإرسال رسالة إلى المخ فيقوم بدوره باتخاذ القرارات بما هو هام وما هو غير هام فيقوم بتتقية المثيرات وعزل المعلومات الغير ضرورية والانتباه إلى ما هو مفيد من المعلومات لتشفيره وتخزينه في الذاكرة قصيرة المدى، ثم يحدث لهذه المعلومات نوع من المعالجة فتحول إلى الذاكرة طويلة المدى ليحتفظ بها الفرد لأجل طويل وكلما كانت المعلومة تعتمد على أكثر من حاسة كلما كان الاحتفاظ بها أسهل ولمدة بقاء أطول في الذاكرة (٢٨ : ١).

(١٥ : ١٩١).

تعتبر مسابقة قذف القرص هي إحدى مسابقات الميدان والتي يتضمنها المنهج الدراسي لطالبات المستوى الثانى بكلية التربية الرياضية ومن خلال استعراض الاداء المهارى والرقمى الخاص بالطالبات في مسابقة قذف القرص في السنوات الأخيرة فى نتائج ألعاب القوى وجد تفاوت وفروق كبيرة بين أرقام الطالبات.

وترجع الباحثة ذلك إلى قصر فترة التعلم للمسابقة حيث الفترة الزمنية المخصصة لتعلم المسابقة قصيرة نسبياً بالإضافة إلى أن انتقال الطالبة لتعلم مسابقات جديدة يؤدي الى نسيان وضعف مستوى الأداء، ويتطلب تعلم مسابقات ألعاب القوى بصفة عامة ومسابقة قذف

القرص بصفة خاصة التوضيح الدقيق لتكنيك الأداء والربط الصحيح بين المعلومات التي تحصل عليها الطالبة وتوجيهها لتنفيذ الواجب الحركي بأقل جهد وقت طويل وهذا على عكس الفترة الزمنية المخصصة لتعلم مسابقة قذف القرص ضمن المنهج الدراسي لطالبات المستوى الثاني.

ومن منطلق استخدام نموذج التعلم التوليدي في مجال تعلم المهارات الحركية المختلفة فقد اكدت الكثير من نتائج البحوث والدراسات ومنها دراسة "أحمد السيد قبيصي (٢٠١٥م) (١)، ودراسة عبد الله محمد مناع (٢٠١٥م) (١٧)، ودراسة عمرو محمد أحمد (٢٠١٥م) (٢٠)، ودراسة أسامة أحمد عبد العزيز" (٢٠٠٧م) (٣)، على فاعلية نموذج التعلم التوليدي في تعلم جوانب المهارات الاساسية والمعارف المختلفة، وهذا ما دفع الباحثة لاستخدام نموذج التعلم التوليدي في تعلم مسابقة سباق الحواجز لما اثبتته في فاعلية في عملية التعلم.

لذلك رأت الباحثة من خلال عملها بتدريس مادة مسابقات الميدان والمضمار للمستوى الثاني انه من الضروري تصميم برنامج مقترح لتثبيت التعلم والتعرف على أثره على الذاكرة الحركية قصيرة المدى ومستوى الأداء لمسابقة قذف القرص لطالبات عينة البحث، حيث انه ينتضح أهمية التذكر الحركي وتثبيت التعلم للاحتفاظ بالتعلم الحركي للمهارة وذلك من خلال التعلم التوليدي لكي نستطيع الاقتصاد في الوقت والجهد المبذول في العملية التعليمية وتقليل الفاقد في تعلم المهارات الحركية والوصول بقدرات المتعلم إلى أقصى درجة ممكنة من التعلم التي لا نصل إليها عادة تحت ظروف التعلم السائدة، حيث يتم تنمية تلك القدرات إلى أقصى درجة ممكنة عن طريق توفير شروط معينة في العملية التعليمية التي تخطط بصورة منظمة ودقيقة بحيث تسمح بالتقدم في تعلم المهارة.

ومن خلال اطلاع الباحثة على العديد من المراجع العربية المتخصصة والدراسات العلمية السابقة، وكذلك شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) لم تجد دراسة علمية واحدة في حدود علم الباحثة اهتمت بتنمية تثبيت التعلم على الذاكرة الحركية قصيرة المدى لدى طالبات كلية التربية الرياضية باستخدام النموذج التوليدي على مسابقة قذف القرص مما يحتم القيام بمثل هذه الدراسة.

ومن هنا جاءت فكرة البحث الحالي لوضع برنامج مقترح قائم على التعلم التوليدي في تثبيت التعلم على الذاكرة الحركية قصيرة المدى لدى طالبات المستوى الثاني بكلية التربية الرياضية ببورسعيد

هدف البحث :

يهدف البحث الى التعرف على أثر فاعلية برنامج مقترح قائم على التعلم التوليدي في تثبيت التعلم على الذاكرة الحركية قصيرة المدى ومستوى الأداء المهارى والرقمى لمسابقة قذف القرص للمبتدئات.

فروض البحث:

١. توجد فروق دالة احصائيا بين القياس القبلى والقياس البعدى فى مكونات الذاكرة الحركية قصيرة المدى (إعادة الأداء - التصور العقلي - الإدراك الحسي حركي- التعرف - التمييز - الاسترجاع - سعة التذكر) لصالح القياس البعدى.
٢. توجد فروق دالة احصائيا بين القياس القبلى والقياس البعدى فى مستوى الأداء المهارى و الرقمى لمسابقة قذف القرص للمبتدئات لصالح القياس البعدى.

مصطلحات البحث :**Short Term Motor Memory الذاكرة الحركية قصيرة المدى**

قدرة الفرد على الاحتفاظ بأحد النماذج الحركية لفترة زمنية قصيرة ما بين ١-٨ ثا وخلال هذه الفترة يحدث نوع من المعالجة للنماذج الحركية (٢٤ : ٢٨٠).

تثبيت التعلم Overlearning*

هو الاستمرار في التعلم أو في الممارسة بعد حدوث التعلم أو التمكن من أداء مهارة دفع الجلة دون أخطاء فنية وقانونية. (٢٥)

النموذج التوليدي:

هو "نموذج تطوير احترافي فمن خلال هذا النموذج يتم بناء المعرفة اعتمادا على المعلومات والخبرات السابقة للمتعلمين في سياق ثقافي اجتماعي بين المتعلمين بعضهم البعض وبين المتعلمين والمعلمين". (٢٦ : ٥٦)

الدراسات السابقة:

١- دراسة "محمد عويس القرنى أبراهيم" (٢٠١٨م) (٢٧) بعنوان "فاعلية برنامج مقترح قائم على التعلم التوليدي لتنمية مهارات الاستماع الناقد لدى الطلاب المعلمين بقسم اللغة العربية بكلية التربية بالفيوم" واستهدف البحث تحديد فاعلية البرنامج المقترح القائم على التعلم التوليدي فى تنمية بعض مهارات الاستماع الناقد لدى الطلاب المعلمين بالفرقة الرابعة بكلية التربية بقسم اللغة العربية.

٢- دراسة "أحمد السيد قبيصي" (٢٠١٥م) (١) بعنوان "أثر استخدام نموذج التعلم التوليدي في تدريس الهندسة على التحصيل وبقاء اثر التعلم وتنمية التفكير الابتكاري لدي طلاب

الصف الثالث الاعدادي"، وهدفت الى التعرف على أثر استخدام نموذج التعلم التوليدي في تدريس الهندسة على التحصيل وبقاء اثر التعلم وتنمية التفكير الابتكاري لدي طلاب الصف الثالث الاعدادي، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي، وشملت عينة البحث على (٣٠) تلميذ مقسمون الى مجموعتين تجريبية وضابطة، وكانت من اهم النتائج تفوق المجموعة التجريبية المستخدمة نموذج التعلم التوليدي على المجموعة الضابطة المستخدمة الطريقة المتبعة في تدريس الهندسة، وبقاء اثر التعلم وتنمية التفكير الابتكاري لدي طلاب الصف الثالث الاعدادي.

٣- دراسة "عبدالله محمد مناع" (٢٠١٥م) (١٧) بعنوان "تأثير استخدام النموذج التوليدي علي الاداء المهارى والتحصيل المعرفي لدي تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الاساسي"، وهدفت الى التعرف على تأثير استخدام النموذج التوليدي علي الاداء المهارى والتحصيل المعرفي لدي تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الاساسي، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي، وشملت عينة البحث على (٤٠) تلميذ مقسمون الى مجموعتين تجريبية وضابطة، وكانت من اهم النتائج يؤدي استخدام النموذج التوليدي وفق البرنامج التعليمي المقترح قيد البحث الى رفع مستوي الاداء المهارى والتحصيل المعرفي لدي التلاميذ عينة البحث.

٤- دراسة "عمرو محمد أحمد" (٢٠١٥م) (٢٠) بعنوان "تأثير استخدام النموذج التوليدي علي الحصائل المعرفية وبعض الاداءات الهجومية المركبة لناشئي الكوميتية في رياضة الكاراتيه"، وهدفت الى التعرف على تأثير استخدام النموذج التوليدي علي الحصائل المعرفية وبعض الاداءات الهجومية المركبة لناشئي الكوميتية في رياضة الكاراتيه، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي، وشملت عينة البحث على (٢٠) ناشئ مقسمون الى مجموعتين تجريبية وضابطة، وكانت من اهم النتائج يؤثر النموذج التوليدي كأحد نماذج الفلسفة البنائية تأثيراً ايجابياً على مستوي اداءات الهجومية المركبة ومستوي الحصائل المعرفية لدي ناشئ الكوميتية في رياضة الكاراتيه.

٥- دراسة "محمد فايز العياني" (٢٠١٣م) (٢٨) بعنوان "فاعلية نموذج التعلم التوليدي في تحصيل العلوم وتنمية مهارات عمليات العلم لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية في المملكة العربية السعودية"، وهدفت الى التعرف على فاعلية نموذج التعلم التوليدي في تحصيل العلوم وتنمية مهارات عمليات العلم لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية في المملكة العربية السعودية، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي، وشملت عينة البحث على (٤٠) تلميذ

مقسمون الى مجموعتين تجريبية وضابطة، وكانت من اهم النتائج للنموذج التوليدي فاعلية في تنمية مهارات العلم ايضا في زيادة التحصيل ككل ومستويات (التذكر - الفهم - التطبيق) لدي التلاميذ.

٧- دراسة "لي ليم، وجرابوسكي Lee, Lim & Grabowski" (٢٠٠٩م) (٢٩) بعنوان "فاعلية استراتيجيات التعلم التوليدي والتغذية الراجعة في فهم المتعلمين والتنظيم الذاتي في موضوعات العلوم المعقدة ضمن بيئة تعلم قائمة علي الحاسوب"، وهدفت الى التعرف على الاثار التعليمية لاستراتيجيات التعلم التوليدي والتغذية الراجعة في فهم المتعلمين والتنظيم الذاتي في موضوعات العلوم المعقدة ضمن بيئة تعلم قائمة علي الحاسوب، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي، وشملت عينة البحث على (٣٦) طالباً مقسمون الى مجموعتين تجريبية وضابطة، وكانت من اهم النتائج فاعلية استراتيجيات التعلم التوليدي في زيادة فهم التلاميذ والتنظيم الذاتي لهم، وظهرت وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين الفهم والتنظيم الذاتي.

٨- دراسة "لي Lee" (٢٠٠٨م) (٣٠) بعنوان "فاعلية استراتيجيات التعلم التوليدي والتغذية الراجعة الفوق معرفية على التنظيم الذاتي وعملية التوليد والتحصيل الدراسي في العلوم"، وهدفت الى التعرف على فاعلية استراتيجيات التعلم التوليدي والتغذية الراجعة الفوق معرفية على التنظيم الذاتي وعملية التوليد والتحصيل الدراسي في العلوم، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي، وشملت عينة البحث على (١٢٣) طالب مقسمون الى مجموعتين تجريبية وضابطة، وكانت من اهم النتائج تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في التنظيم الذاتي وعملية توليد الافكار والتحصيل الدراسي.

الاستفادة من الدراسات السابقة:

ساعدت الدراسات السابقة الباحثة في

- اختيار منهجية البحث وتحديد أهداف البرنامج التعليمي.
- تصميم البرنامج التعليمي باستخدام نموذج التعلم التوليدي.
- اعداد قائمة مهارتى التفكير الناقد والتحصيل الابداعى التى بنى البرنامج المقترح على ضوءها.
- اختيار افضل الاساليب الاحصائية المناسبة لمعالجة بيانات البحث.
- كما استفادت الباحثة من نتائج هذه الدراسات في تفسير ومناقشة نتائج البحث.

إجراءات البحث

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي **Experimental Method** التصميم القبلي البعدي لمجموعة تجريبية واحدة وذلك لمناسبته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث :

يتمثل مجتمع البحث في طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنين والبنات- جامعة بورسعيد البالغ عددهم (١٠٤) طالبة في العام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٢م.

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنين والبنات وقد اشتملت عينة البحث على عدد ٣٢ طالبة كمجموعة تجريبية بالإضافة الى عدد ٢٠ طالبة كمجموعة استطلاعية وبذلك يكون عدد طالبات العينة ٥٢ طالبة كما هو موضح بالجدول رقم (١) تصنيف عينة البحث.

جدول (١)

تصنيف عينة البحث

التصنيف	المجموعة الاستطلاعية	المجموعة التجريبية	باقي مجتمع البحث	المجموع
المجموع	٢٠	٣٢	٥٢	١٠٤

يتضح من الجدول (١) تصنيف أعداد عينة البحث حيث بلغ عدد طالبات الدراسة الاستطلاعية ٢٠ طالبة، وبلغ عدد أفراد الدراسة الأساسية (٣٢ طالبة).

تجانس مجتمع البحث :

قامت الباحثة بأجراء التجانس لمجتمع البحث في بعض متغيرات البحث التي قد يكون لها تأثير على مستوى الأداء لمسابقة قذف القرص وأيضا على الذاكرة الحركية قصيرة المدى لطالبات المستوى الثانى.

وقد اختيرت هذه المتغيرات وفقا للدراسات التي أجريت في هذا المجال، وهذه

المتغيرات هي:

- القياسات الانثروبومترية وتشمل: العمر، الطول، الوزن.
- عناصر اللياقة البدنية من خلال المسح المرجعي للدراسات السابقة والابحاث والانترنت توصلت الباحثة الى (السرعة- القدرة العضلية للرجلين- القدرة العضلية للجسم- القدرة العضلية للذراعين- قياس قدرة الفرد على دوران العمود الفقري- القدرة على التوازن أثناء الحركة- قياس القدرة على تغيير أوضاع الجسم بسرعة عن طريق الوثب) (مرفق ٣).

- القدرة العقلية (اختبار الذكاء العالي) (مرفق ٢).

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لمتغيرات البحث ن = ٣٢

الاختبارات	المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
الطول (سم)	معدلات النمو	١٦٠,٣٦	٢٠,١٢٥	١٦٠,٠٠٠	٠,٣٥٢
الوزن (كجم)		٥٩,١٥	١١,٣٢٥	٥٥,٠٠٠	٠,٤٩٠-
العمر (سنة)		١٨,٩٤	٢,٣٦٥	١٨,٠٠٠	١,١٩٢
الذكاء (درجة)		٣٤,٢٦	١,١٥٢	٣٤,٠٠٠	٠,٠٢٦
عدو ٣٠ م بدء طائر (ث)	السرعة الانتقالية	٥,١٢٥	١,٣٢٠	٥,٠٠٠	٠,٢٨٤
وثب عريض من الثبات (متر)	القدرة العضلية للرجلين	١,٣١	٠,٩١٥	١,٥٠٠	٠,٦٢٣-
رمي جلة للخلف (متر)	القدرة العضلية للجسم	٧,١٢٥	٠,٨٨٥	٧,٠٠٠	٠,٤٢٤
دفع الكرة (متر)	القدرة العضلية للذراعين	٣,٠٩	٠,١٢٥	٣,٠٠٠	٠,٤٤٦
اللف واللمس (سم)	المرونة	٢١,٦٦	٢,١٢٥	٢١,٠٠٠	٠,٨٨٤
باس المعدل (درجة)	الاتزان	٨٠,٤٢٥	٣,١٥٢	٨٠,٠٠٠	٠,٠٨ -
الوثبة الرباعية (عدد)	الرشاقة	١٨,٤٤	١,٢٢٥	١٩,٢٣	٠,٢٤١ -
الأداء المهاري (متر)	قذف القرص	٤,٠٧	١,٢٦٨	٤,٠٠٠	٠,٠٥٢

يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء تراوحت ما بين (١,١٩٢ - ٠,٦٢٣) أي انحصرت ما بين (٣-،٣) مما يدل على تجانس عينة البحث في هذه المتغيرات وأنها تتوزع توزيعاً اعتدالياً.

أدوات البحث :

تم تحديد الأدوات التي تتناسب وطبيعة البحث من خلال الاطلاع على الدراسات المرتبطة وتم تقسيم الأدوات إلي نوعين :

خاص بإجراء التجانس بين أفراد عينة البحث واشتمل على قياسات :

- العمر (بالسنة).
- قياس الطول الكلي للجسم (بالسم).
- قياس الوزن (بالكيلو جرام).
- السرعة (اختبار عدو ٣٠ م من البدء الطائر) (بالثانية).
- القدرة العضلية للرجلين (وثب عريض من الثبات) (بالسم)
- رمي الجلة للخلف (القدرة العضلية للجسم)
- القدرة العضلية للذراعين (رمي كرة طبية ٣ كجم لأبعد مسافة) (م)
- اللف واللمس لقياس قدرة الفرد على دوران العمود الفقري المرونة
- باس المعدل لقياس القدرة على التوازن أثناء الحركة

- اختبار الوثبة الرباعية (١٠) ث قياس القدرة على تغيير أوضاع الجسم بسرعة عن طريق الوثب) الرشاقة(مرفق ٣)
 - اختبار الذكاء العالي (السيد محمد خيرى) (بالدرجة) (مرفق ٢).
- خاص بإجراء تجربة البحث ويشتمل على :
- تصميم برنامج قائم على التعلم التوليدى فى تثبيت التعلم على الذاكرة الحركية قصيرة المدى لمسابقة فذف القرص.

الأدوات ووسائل جمع البيانات:

المسح المرجعي :

قامت الباحثة بإجراء مسح مرجعي للدراسات والمراجع والبحوث العلمية والشبكة الدولية للمعلومات (الانترنت) وذلك بهدف التعرف على مكونات أبعاد مقياس الذاكرة الحركية قصيرة المدى.

الأدوات الخاصة بتطبيق الاختبارات:

- مكان للجري بطول ٦٠ م مقسم الى حارات
- ساعة إيقاف
- شريط قياس
- كرات طبية
- جهاز الرستاميتتر
- ميزان طبي
- أقلام
- استمارات تسجيل

الأدوات الخاصة بالبرنامج:

- كاميرا فيديو
- كاميرا تصوير
- مكان مجهز لذف القرص
- قرص قانونى
- قوائم بها أرقام
- بطاقات بها جمل قصيرة
- أشكال هندسية
- بطاقات بها صور ورسومات
- صورة مجزأة للمهارة

قامت الباحثة بإعداد وتجهيز الأدوات والأجهزة المستخدمة فى القياس مع التأكد من معايرة الأجهزة قبل استخدامها لتجنب أخطاء القياس.

وقد قامت الباحثة بعقد عدة لقاءات مع المساعدين وعددهم (٣) مساعدين من الحاصلين على بكالوريوس التربية الرياضية وذلك للأسباب التالية :

- تبصيرهم بأهداف البحث.

- تدريبهم على كيفية إجراء القياسات وتسجيل النتائج.

الدراسات الاستطلاعية

الدراسة الاستطلاعية الأولى:

أجريت الباحثة الدراسة الاستطلاعية الأولى على عينة قوامها ٢٠ طالبات من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث وعددهن ١٠ طالبات المستوى الاول (عينة غير مميزة) ١٠ طالبات المستوى الثانى (عينة مميزة) في يومي الاثنين والثلاثاء الموافقان ١٠، ١١/١٠/٢٠٢١م وذلك بهدف:

- ١- التعرف على مدى تجاوب أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية لتطبيق المقياس عليهم.
- ٢- التعرف على مدى صياغة الاختبارات ومدى مناسبتها ومستوى فهم أفراد عينة الدراسة.
- ٣- حساب الزمن الكلى لتطبيق المقياس.
- ٤- حساب الزمن اللازم لكل اختبار.
- ٥- تدريب المساعدين على القياسات.
- ٦- حساب صدق المقياس (صدق التمييز بين المجموعات).

حساب زمن تطبيق اختبارات مقياس الذاكرة الحركية قصيرة المدى:

قامت الباحثة بحساب الزمن الذي استغرقته كل طالبة فى الإجابة على الاختبارات وتراوحت أزمنة الإجابة ما بين ٢٠ دقيقة ، ٢٨ دقيقة وتم حساب الزمن بالمعادلة.

$$\text{متوسط الزمن المقترح للإجابة على الاختبارات} = \frac{\text{أزمنة إجابة الطلاب}}{\text{عدد الطلاب}} = \frac{٢٥٠}{١٠} = ٢٥ \text{ دقيقة}$$

حساب زمن إجابة كل اختبار :

قامت الباحثة بحساب الزمن اللازم لكل اختبار على حده وذلك من خلال حساب الزمن التجريبي وهو عبارة عن الفترة الزمنية التي استغرقتها أول طالبة + زمن إجابة آخر طالبة ثم القسمة على ٢.

$$\text{زمن الإجابة على الاختبار} = \frac{\text{زمن إجابة أول طالبة} + \text{زمن إجابة آخر طالبة}}{٢}$$

صدق مقياس الذاكرة الحركية قصيرة المدى:

قامت الباحثة بحساب صدق التمييز بين المجموعات باستخدام اختبار دلالة الفروق بين متوسطات عينة مميزة (ممتلئة في عينة من مجتمع البحث طالبات المستوى الثانى) وعينة غير مميزة (ممتلئة في طالبات المستوى الاول) وذلك كما هو موضح بجدول (٣).

جدول (٣)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة لاختبارات مكونات أبعاد مقياس
الذاكرة الحركية قصيرة المدى ن=١ ن=٢=١٠

الابعاد	الاختبارات	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		قيمة "ت" ودلالاتها
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
إعادة الأداء	الأداء المهاري بعد فترة زمنية	١,٥٥	٠,٥١	٠,٧٧	٠,١٦	*٤,٣١
	زمن الأداء ومسافته	١,٤٥	٠,٥٢	٠,٥٨	٠,٢٦	*٤,١٥
	تحركات القدمين	١,٥٥	٠,٦٥	٠,٧٤	٠,٢١	*٣,١١
التصور العقلي	التسلسل الحركي المصور	١,٤٤	٠,٤٤	٠,٣٤	٠,١٤	*٤,١١
	التصور العقلي لأداء المهارة	١,٧٥	٠,٥٤	٠,٤١	٠,١١	*٣,٣٤
	أداء قذف القرص	٢,٥٠	٠,٣٣	٢,٠٠	٠,٣٥	*٤,٤٦
الإدراك الحس-حركي	إدراك مسافة التحرك للخلف	١,٥١	٠,٧٥	٠,٦٦	٠,٢٤	*٣,١١
	إدراك القوة للذراع	١,٦١	٠,٤٥	٠,٧٥	٠,٣٣	*٣,٦٢
	إدراك الزمن لمهارة قذف القرص	١,٤٤	٠,١١	٠,٦٣	٠,٣٧	*٣,٧١
التعرف	إدراك مسافة قذف القرص	١,٥١	٠,٣١	٠,٧١	٠,٣١	*٢,٩١
	التعرف على صور للمهارة	٣,١٠	٠,٨٨	١,١٥	٠,٩٢	*٤,٣١
	التعرف على الرسوم الهندسية	٢,٨٨	١,٥٦	١,٤١	٠,٨٨	*٣,٢٢
التمييز	التعرف على رسوم هندسية متسلسل	٣,٣٣	٠,٧١	١,٥٢	٠,٧١	*٢,٨١
	التعرف على الأرقام الخاصة بالمهارة	١,٦٠	٠,٥٢	٠,٧١	٠,٢٤	*٤,٣٤
	التعرف على الأرقام والكلمة الدالة	١,٤٤	٠,٧٤	٠,٦١	٠,١١	*٣,١٢
الاسترجاع	تمييز المفردات	٢,٨٨	١,٠٩	١,١٢	٠,١٧	*٤,١٢
	تمييز الوجوه	١,٥٤	٠,٨٤	٠,٤٤	٠,١٢	*٢,٣٢
	تمييز الصورة لمهارة	٢,٦٥	١,١٢	١,٣٢	٠,١١	*٢,٧٧
سعة التذكر	تمييز الأشكال	١,٣١	٠,٦٦	٠,٧٤	٠,١٢	*٢,١٥
	تمييز الأشكال والأشياء	٢,٤٤	٠,٦٢	١,٢٨	٠,١٢	*٣,١٣
	تمييز حركات اليدين	١,١٢	٠,٧٠	٠,٨٨	٠,٤٤	*٣,٣٢
الاسترجاع	التمييز المكاني	١,٥١	٠,٥١	٠,٥١	٠,٢١	*٤,١٠
	تمييز مكاني متسلسل	١,٤١	٠,٧١	٠,٧١	٠,١١	*٢,٧١
	استرجاع حر للمفردات	٢,٨٥	١,٤١	١,٣٢	٠,٦٢	*٢,٦٢
سعة التذكر	استرجاع رقم بواسطة رسم	١,٧١	٠,٦٢	٠,٨١	٠,٢١	*٤,٢٢
	استرجاع كلمات بواسطة كلمات	٣,١١	١,٢٤	١,٦٦	٠,٦٢	*٢,٩١
	استرجاع الرقم في ارتباط مع الرسم	٣,٥١	١,٤٤	١,٣١	٠,٦١	*٤,١٤
سعة التذكر	استرجاع رقم بواسطة كلمات	١,٥٢	٠,٨٨	٠,٥٤	٠,١٠	*٢,٨١
	تذكر الأرقام	١,٦١	٠,٧٦	٠,٧٧	٠,١٣	*٣,٥٥
	تذكر الأشياء	٥,٢١	١,٧١	١,٩٣	٠,٤٣	*٤,٧٤
سعة التذكر	تذكر متسلسل	٤,٦٦	١,١١	١,٥٢	٠,٢٢	*٦,٩٣
	تذكر الوجوه	٣,١٠	١,٠٩	١,٣١	٠,٦٢	*٤,١٢
	التذكر المتسلسل للوجوه	٥,١١	١,٥٢	٢,١٢	٠,٧١	*٥,٠٢
سعة التذكر	قوة الملاحظة	٣,٤٢	١,٧١	١,٢٣	٠,٥٢	*٣,٧٤
	التذكر اللفظي	٤,٥٢	١,٢١	١,٧٧	٠,٦٦	*٦,٤٤
	تذكر جمل قصيرة	٣,٧٠	١,٢٢	١,٦٣	٠,٤١	*٣,١٢
سعة التذكر	تذكر متسلسل للجمل	٣,٨٠	١,٤٥	١,٨٤	٠,٢٤	*٣,٣٢
	القدرات العقلية	١,٨٨	٠,٦١	٠,٧٤	٠,٢٢	*٤,١٢

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,١٠

الدراسة الاستطلاعية الثانية

قامت الباحثة بإجراء دراسة استطلاعية ثانية في يومي الاثنين والثلاثاء ١٧،
١٨/١٠/٢٠٢١م على ١٠ طالبات من مجتمع البحث وذلك بهدف حساب استقرار الاختبارات
المستخدمة في الدراسة وذلك بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق والجدول رقم (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

معامل الاستقرار بين التطبيقين الأول والثاني لاختبارات مكونات أبعاد مقياس الذاكرة
الحركية قيد البحث ن=١ ن=٢ = ١٠

معامل الاستقرار	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الاختبارات	المكونات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
٠,٦٢١	٠,٥٢	١,٥٤	٠,٥١	١,٥٥	الأداء المهاري بعد فترة زمنية	إعادة الأداء
*٠,٨٦٥	٠,٥١	١,٤٤	٠,٥٢	١,٤٥	زمن الأداء ومسافته	
*٠,٨٩٦	٠,٦١	١,٤٥	٠,٦٥	١,٥٥	تحركات القدمين	
*٠,٨٩١	٠,٤١	١,٣١	٠,٤٤	١,٤٤	التسلسل الحركي المصور	التصور العقلي
*٠,٩٢٤	٠,٥٢	١,٧٧	٠,٥٤	١,٧٥	التصور العقلي لأداء المهارة	
*٠,٩٧٥	٠,٣١	٢,٥١	٠,٣٣	٢,٥٠	أداء قذف القرص	
*٠,٨٨٧	٠,٧١	١,٥١	٠,٧٥	١,٥١	إدراك مسافة التحرك للخلف	الإدراك الحس-حركي
*٠,٧٩٨	٠,٤٣	١,٣٢	٠,٤٥	١,٦١	إدراك القوة للذراع	
٠,٣٤٢	٠,١٠	١,١٢	٠,١١	١,٤٤	إدراك الزمن لمهارة قذف القرص	
*٠,٨٩٩	٠,٣١	١,٤٤	٠,٣١	١,٥١	إدراك مسافة القذف	التعرف
*٠,٦٤٨	٠,٧١	٣,٩٦	٠,٨٨	٣,١٠	التعرف على صور المهارة	
٠,٥٦٨	١,٤٣	٢,٧٥	١,٥٦	٢,٨٨	التعرف على الرسوم الهندسية	
*٠,٨٧٥	٠,٦٢	٣,٣١	٠,٧١	٣,٣٣	التعرف على الرسوم الهندسية المتسلسل	
*٠,٦٩٤	٠,٤٢	١,٥٥	٠,٥٢	١,٦٠	التعرف على الأرقام الخاصة بالمهارة	
٠,٥٨٢	٠,٦١	١,٣٢	٠,٧٤	١,٤٤	التعرف على الأرقام والكلمة الدالة	التمييز
٠,٥١٨	١,١٢	٢,٨٣	١,٠٩	٢,٨٨	تمييز المفردات	
٠,٥٧٨	٠,٨١	١,٣٢	٠,٨٤	١,٥٤	تمييز الوجوه	
*٠,٨٨٧	١,١١	٢,٢٢	١,١٢	٢,٦٥	تمييز الصورة لمهارة	
٠,٥٩٨	٠,٣٢	١,١٤	٠,٦٦	١,٣١	تمييز الأشكال	
*٠,٦٥٤	٠,٦١	٢,٣٢	٠,٦٢	٢,٤٤	تمييز الأشكال والأشياء	سعة التذكر
*٠,٨٦١	٠,٧١	١,١٣	٠,٧٠	١,١٢	تمييز حركات اليدين	
*٠,٨٥٤	٠,٥٢	١,١٢	٠,٥١	١,٥١	التمييز المكاني	
*٠,٨٢٢	٠,٧١	١,٤٠	٠,٧١	١,٤١	تمييز مكاني متسلسل	
٠,٥٤٨	١,٤٠	٢,٧١	١,٤١	٢,٨٥	استرجاع حر للمفردات	
*٠,٧٩٠	٠,٢٥	١,٦١	٠,٦٢	١,٧١	استرجاع رقم بواسطة رسم	الاسترجاع
*٠,٨٦٤	١,٢٢	٣,١٠	١,٢٤	٣,١١	استرجاع كلمات بواسطة كلمات	
*٠,٨٨٩	١,٤٣	٣,٢٢	١,٤٤	٣,٥١	استرجاع الرقم في ارتباط مع الرسم	
*٠,٨٠٨	٠,٧٨	١,١٢	٠,٨٨	١,٥٢	استرجاع رقم بواسطة كلمات	
*٠,٨٠٦	٠,٤٢	١,٦٢	٠,٧٦	١,٦١	تذكر الأرقام	سعة التذكر
٠,٥٩٨	١,٤٢	٥,١١	١,٧١	٥,٢١	تذكر الأشياء	

تابع جدول (٤)
معامل الاستقرار بين التطبيقين الأول والثاني لاختبارات مكونات أبعاد مقياس الذاكرة
الحركية قيد البحث ن=١ ن=٢=١٠

معامل الاستقرار	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الاختبارات	المكونات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
*٠,٨١٧	١,٣٥	٤,٦٢	١,١١	٤,٦٦	تذكر متسلسل	
٠,٥٢٨	١,٠١	٣,٠٩	١,٠٩	٣,١٠	تذكر الوجوه	
*٠,٨٣٤	١,١٢	٥,١٢	١,٥٢	٥,١١	التذكر المتسلسل للوجوه	
*٠,٨٠٣	١,١٥	٣,٤١	١,٧١	٣,٤٢	قوة الملاحظة	
٠,٦٠٧	١,١١	٤,٥١	١,٢١	٤,٥٢	التذكر اللفظي	
٠,٦٠١	١,٢١	٣,٧١	١,٢٢	٣,٧٠	تذكر جمل قصيرة	
*٠,٨١٦	١,٤٢	٣,٨١	١,٤٥	٣,٨٠	تذكر متسلسل للجمل	
*٠,٩٢١	٠,١٢	١,٦٦	٠,٦١	١,٨٨	القدرات العقلية	

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية $٠,٠٥ = ٠,٦٣٢$

يتضح من جدول (٤) وجود استقرار بين التطبيقين الأول والثاني وتراوحت نسب

الاستقرار ما بين $٠,٣٤٢$ ، $٠,٩٦٨$

أوجه الاستفادة من الدراسات الاستطلاعية :

- تدريب المساعدين على كيفية تطبيق الاختبارات.
- التعرف على الصعوبات التي قد تعوق المقياس.
- التعرف على مدى تجاوب عينة البحث لتطبيق المقياس عليهم.
- التعرف على مدى مناسبة صياغة اختبارات المقياس ومستوى فهم الطالبات له.
- حساب زمن تطبيق الاختبار.
- حساب المعاملات العلمية للمقياس.
- التأكد من صلاحية المقياس للتطبيق في صورته النهائية على عينة البحث.

تصميم البرنامج المقترح لتثبيت التعلم

قامت الباحثة بتصميم برنامج قائم على التعلم التوليدي لتثبيت التعلم على الذاكرة الحركية قصيرة المدى لمستوى اداء مسابقة قذف القرص لطالبات المستوى الثاني من خلال مجموعة من التمرينات التعليمية للمسابقة والتي تتناسب مع قدرات طالبات المرحلة وتم الحصول على التمرينات من خلال المسح المرجعي للمراجع المتخصصة عربية وأجنبية وكذلك من خلال الاتصال بشبكة المعلومات الدولية وتم تجميعها وعرضها في دروس تعليمية وذلك لعرضها على خبراء في هذا المجال ولقد راعت الباحثة بعض الأسس في وضع البرنامج:

- تحليل مستوى أداء مسابقة قذف القرص وذلك للتعرف على أجزاء المهارة ومحتوى كل جزء وخطواته الفنية والجانب المعرفي للمهارة وذلك لوضع الجزء المعرفي داخل الدرس التعليمي وذلك نظرا لأهمية الجانب المعرفي للمهارة حيث أن امتلاك الطالبة للجزء المعرفي عن المهارة يزيد من دافعيه الطالبة على تعلم هذه المهارة والاحتفاظ بها بطريقة افضل.
 - أن تحقق محتويات البرنامج الهدف منه.
 - مراعاة تناسب المعلومات المقدمة للطالبة مع سعة الذاكرة الحركية القصيرة.
 - مراعاة عدد مرات التكرار للتمرين بما يحقق تثبيت الأداء.
 - إعطاء الطالبة ثلاث محاولات تسجل له أفضلها.
 - أن تراعى ميول ورغبات الطالبات من حيث الإثارة والتشويق.
 - مراعاة الترتيب والتسلسل الحركي للمهارة في إعداد الدروس التعليمية.
 - مراعاة عوامل الأمن والسلامة.
 - ترتيب الوحدات بحيث تخدم الوحدة الواحدة التي تليها.
 - مرونة البرنامج والتدرج من السهل إلى الصعب.
 - التأكد من خلو الطالبات من الأمراض واستطاعتهم مزاولة النشاط الرياضي.
 - تجنب عمل مقارنات بين الطالبات حتى لا تؤثر في الناحية النفسية.
- أجزاء البرنامج المقترح القائم على التعلم التوليدى لتثبيت التعلم على الذاكرة الحركية قصيرة المدى ومستوى الاداء لمسابقة قذف القرص
- قامت الباحثة بإعداد استمارة لاستطلاع رأى الخبراء حول مكونات البرنامج كما فى جدول (٥).

جدول (٥)

أجزاء البرنامج المقترح لتثبيت التعلم

م	أجزاء البرنامج	محتويات البرنامج
١	محاور البرنامج	مسك القرص (القبض) وضع الرمي الاتزان. وقفة الاستعداد. الرمي والتخلص. متابعة القرص
٢	مدة البرنامج	٦ أسابيع
٣	عدد الوحدات التعليمية	٣ وحدات تشتمل كل وحدة على ٢ درس تعليمي
٤	عدد الدروس التعليمية	١٢ درسا بواقع درس أسبوعيا
٥	زمن الدرس التعليمي	٤٥ دقيقة
٦	زمن البرنامج الكلى	$٤٥ \times ١٢ = ٥٤٠$ دقيقة
٧	زمن الجانب المعرفي	$٥ \times ١٢ = ٦٠$ دقيقة

تابع جدول (٥) أجزاء البرنامج المقترح لتثبيت التعلم

م	أجزاء البرنامج	محتويات البرنامج
٨	الجانب المعرفي	وفيه تقدم المعلومات المعرفية عن : مواصفات القرص - دائرة الرمي - قفص القرص - مقطع الرمي (مكان الهبوط) - النواحي القانونية للمسابقة - قوائم بها ارقام خاصة بالمسابقة - جمل قصيرة عن المسابقة - صور غير مرتبة للمسابقة - أشكال هندسية لمقطع الرمي - لوحة الإيقاف - كلمات مساعدة خاصة - صور للرياضيين - المراحل الفنية للمسابقة.

الدراسة الأساسية:

القياس القبلي :

تم إجراء القياس القبلي لعينة البحث في يومي الاحد والاثنين الموافق ٢٠٢٢/٢/٢١، ٢٠٢٢/٢/٢١م بمعاونة المساعدين حيث تم قياس الاختبارات البدنية ثم إجراء اختبارات أبعاد مكونات مقياس الذاكرة الحركية قصيرة المدى وفقاً للترتيب التالي (إعادة الأداء، التصور العقلي، الإدراك الحس حركي، التعرف، التمييز، الاسترجاع، سعة التذكر) لعينة البحث. وذلك بعد فترة التعلم الأصلي للمهارة في الفصل الأول الدراسي الفترة من ٢٠٢١/١٠/١٧ إلى ٢٠٢١/١١/٢١ وذلك لمدة ٦ أسابيع متصلة وقد قامت الباحثة بقياس مستوى الأداء المهاري والرقمي وعرضه على الخبراء للحكم على تعلم المهارة وذلك قبل بداية برنامج تثبيت التعلم واعطاء درجة للأداء وقد ارتضت الباحثة بمستوى الاداء عند اكثر من ٦٠%.

تنفيذ البرنامج :

بعد الانتهاء من القياسات القبليّة لأفراد عينة البحث قامت الباحثة بتطبيق البرنامج المقترح القائم على التعلم التوليدى لتثبيت التعلم على عينة البحث في الفترة الزمنية من ٢٠٢٢/٢/٢٧ إلى ٢٠٢٢/٤/٣م وذلك لمدة ٦ أسابيع متصلة.

القياسات التتبعية :

قامت الباحثة بإجراء قياسين تتبعين تضمننا نفس القياسات القبليّة وبـنفس الترتيب للاختبارات والشروط وتم تسجيل نتائجهما لتحليلهما إحصائياً بهدف الاطمئنان على سير تطبيق التجربة على عينة البحث وقد تم إجراء القياس التتبعي الأول عقب الانتهاء من الأسبوع الثاني من البرنامج (بعد الوحدة الأولى) في الفترة من ٢٠٢٢/٣/٦ إلى ٢٠٢٢/٣/١٣م، وتم إجراء القياس التتبعي الثاني بعد الانتهاء من الأسبوع الرابع من البرنامج (أي بعد ٣ وحدات) في الفترة من ٢٠٢٢/٣/٢٧ إلى ٢٠٢٢/٤/٣م.

القياسات البعدية :

قامت الباحثة بإجراء القياسات البعدية بعد نهاية الأسبوع السادس في يومى الأحد والاثنين الموافقان ١٠ - ١١/٤/٢٠٢٢م لأفراد عينة البحث وقد تضمنت نفس ترتيب القياسات القبلية وبنفس الطريقة والشروط التي تمت بها.

المعالجات الإحصائية :

تحقيقاً لأهداف البحث وفروضه استخدمت الباحثة المعالجات الإحصائية الآتية:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- الوسيط.
- معامل الارتباط.
- معامل الانحدار.
- اختبار ت.
- تحليل التباين للقياسات التتبعية.
- معامل الالتواء.

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

أولاً : عرض نتائج الفرض الأول ومناقشتها :

"توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في مكونات الذاكرة الحركية قصيرة المدى (إعادة الأداء) - التصور العقلي - الإدراك الحسي حركي - التعرف - التمييز - الاسترجاع - سعة التذكر) لصالح القياس البعدي".

جدول (٦)

نتائج تحليل التباين بين قياسات البحث الأربعة لاختبارات مكون (إعادة الأداء) ن=٣٢

اسم الاختبار	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	نسبة التباين	الدالة
زمن الأداء ومسافته	بين القياسات	١٦٣,٤٢	٣	٥٤,٤٧	١٦٥,٦١	دالة
	داخل القياسات	٤١,٣٥	١٢٤	٠,٣٣		
تحركات القدمين	بين القياسات	١٨٠,٦٢	٣	٦٠,٢١	١٥٨,٧٥	دالة
	داخل القياسات	٤٧,٣٦	١٢٤	٠,٣٨		

* قيمة ف الجدولية عند درجة حرية ٣، ١٢٤، ومستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٦٨

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائية بين قياسات البحث الأربعة (القبلي - التتبعي الأول - التتبعي الثاني - البعدي) لصالح القياس البعدي في جميع اختبارات مكون إعادة الأداء وسوف تقوم الباحثة بحساب دلالة الفروق بين المتوسطات باستخدام **L.S.D**.

جدول (٧)

دلالة الفروق بين قياسات البحث الأربعة لاختبارات مكون (إعادة الأداء)

اسم الاختبار	قياسات البحث	المتوسط الحسابي	فروق المتوسطات			قيمة "L.S.D" عند مستوى ٠,٠٥
			القياس الثاني	القياس الثالث	القياس الرابع	
زمن الأداء ومسافته	القياس الأول	٠,٢٣	٠,٨٨	٢,٠٠	٣,١٩	٠,٢٠
	القياس الثاني	١,١١		١,١٢	٢,٣١	
	القياس الثالث	٢,٢٣			١,١٩	
	القياس الرابع	٣,٤٢				
تحركات القدمين	القياس الأول	٠,٣٤	٠,٨٨	٢,٠٠	٣,١٩	٠,٢٩
	القياس الثاني	١,٥٠		١,١٢	٢,٣١	
	القياس الثالث	٢,٤٧			١,١٩	
	القياس الرابع	٣,٥٦				

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية بين قياسات البحث الأربعة (القبلي - التتبعي الأول - التتبعي الثاني - البعدي) لصالح القياس البعدي في جميع اختبارات مكون إعادة الأداء

جدول (٨)

نتائج تحليل التباين بين قياسات البحث الأربعة لاختبارات مكون (التصور العقلي) ن=٣٢

اسم الاختبار	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	نسبة التباين	الدالة
التسلسل الحركي المصور	بين القياسات	١٤٩,٨٤	٣	٤٩,٩٥	١٦٦,٤٦	دالة
	داخل القياسات	٣٧,٤٧	١٢٤	٠,٣٠		
التصور العقلي لأداء المهارة	بين القياسات	١٣٣,٢٨	٣	٤٤,٤٣	١١٣,٩٤	دالة
	داخل القياسات	٤٨,١٩	١٢٤	٠,٣٩		
أداء قذف القرص	بين القياسات	١١١,٤٦	٣	٣٧,١٥	٩٥,٢٢	دالة
	داخل القياسات	٤٧,٨٤	١٢٤	٠,٣٩		

* قيمة ف الجدولية عند درجة حرية ٣، ١٢٤، ومستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٦٨

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائية بين قياسات البحث الأربعة (القبلي - التتبعي الأول - التتبعي الثاني - البعدي) لصالح القياس البعدي في جميع اختبارات مكون التصور العقلي وسوف تقوم الباحثة بحساب دلالة الفروق بين المتوسطات باستخدام L.S.D.

جدول (٩)

دلالة الفروق بين قياسات البحث الأربعة لاختبارات مكون (التصور العقلي)

قيمة "L.S.D" عند مستوى ٠,٠٥	فروق المتوسطات			المتوسط الحسابي	قياسات البحث	اسم الاختبار
	القياس الرابع	القياس الثالث	القياس الثاني			
٠,٢٦	٢,٩٠	٢,١١	١,١٤	٠,٦٦	القياس الأول	التسلسل الحركي المصور
	١,٧٦	٠,٩٧		١,٨	القياس الثاني	
	٠,٧٩			٢,٧٧	القياس الثالث	
				٣,٥٦	القياس الرابع	
٠,٣٠	٢,٩٠	٢,١١	١,١٤	٠,٦٦	القياس الأول	الأداء الحركي للمهارة
	١,٧٦	٠,٩٧		١,٨	القياس الثاني	
	٠,٧٩			٢,٧٧	القياس الثالث	
				٣,٥٦	القياس الرابع	
٠,٣٠	٢,٠٨	١,٠٠	٠,٣١	١	القياس الأول	أداء قذف القرص
	١,٧٧	٠,٦٩		١,٣١	القياس الثاني	
	١,٠٨			٢,٠٠	القياس الثالث	
				٣,٠٨	القياس الرابع	

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية بين قياسات البحث الأربعة (القبلي- التتبعي الأول- التتبعي الثاني- البعدي) لصالح القياس البعدي في جميع اختبارات مكون التصور العقلي.

جدول (١٠)

نتائج تحليل التباين بين قياسات البحث الأربعة لاختبارات مكون (الإدراك الحس- حركي) ن=٣٢

الدالة	نسبة التباين	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	اسم الاختبار
دالة	٢٣٤,٦٢	٥٨,٧١	٣	١٧٦,١٣	بين القياسات	إدراك مسافة التحرك للخلف
		٠,٢٥	١٢٤	٣١,٤٣	داخل القياسات	
دالة	١٩٥,٧٤	٥٦,٧٢	٣	١٧٠,١٥	بين القياسات	إدراك القوة للذراع
		٠,٢٩	١٢٤	٣٥,٥٥	داخل القياسات	
دالة	١٣٢,٧٤	٥٤,٤٢	٣	١٦٣,٢٦	بين القياسات	إدراك مسافة الدفع
		٠,٤١	١٢٤	٥١,٣٢	داخل القياسات	

* قيمة ف الجدولية عند درجة حرية ٣، ١٢٤، ومستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٦٨

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائية بين قياسات البحث الأربعة (القبلي- التتبعي الأول- التتبعي الثاني- البعدي) لصالح القياس البعدي في جميع اختبارات مكون الإدراك الحس حركي وسوف تقوم الباحثة بحساب دلالة الفروق بين المتوسطات باستخدام L.S.D.

جدول (١١)

دلالة الفروق بين قياسات البحث الأربعة لاختبارات مكون (الإدراك الحس - حركي)

قيمة "L.S.D" عند مستوى ٠,٠٥	فروق المتوسطات			المتوسط الحسابي	قياسات البحث	اسم الاختبار
	القياس الرابع	القياس الثالث	القياس الثاني			
٠,٢٣	٣,٢٩	١,٨٩	١,٠٥	٠,٢٦	القياس الأول	إدراك مسافة التحرك للخلف
	٢,٢٤	٠,٨٤		١,٣١	القياس الثاني	
	١,٤٠			٢,١٥	القياس الثالث	
				٣,٥٥	القياس الرابع	
٠,٢٥	٣,١٨	٢,٢٠	١,٠٠	٠,٣١	القياس الأول	إدراك القوة للذراع
	٢,١٨	١,٢٠		١,٣١	القياس الثاني	
	٠,٩٨			٢,٥١	القياس الثالث	
				٣,٤٩	القياس الرابع	
٠,٣١	٣,٠٥	١,٩٤	٠,٩٤	٠,٥٥	القياس الأول	إدراك مسافة الدفع
	٢,١١	١,٠٠		١,٤٩	القياس الثاني	
	١,١١			٢,٤٩	القياس الثالث	
				٣,٦	القياس الرابع	

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائية بين قياسات البحث الأربعة (القبلي- التتبعي الأول- التتبعي الثاني- البعدي) لصالح القياس البعدي في جميع اختبارات مكون الإدراك الحس حركي.

جدول (١٢)

نتائج تحليل التباين بين قياسات البحث الأربعة لاختبارات مكون (التعرف) ن=٣٢

الدلالة	نسبة التباين	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	اسم الاختبار
دالة	٧٢,٠٥	٩٧,٢٠	٣	٢٩١,٦١	بين القياسات	التعرف على صور المهارة
		١,٣٣	١٢٤	١٦٥,٥٣	داخل القياسات	
دالة	٢٠٠,٧٦	١٥٨,٢٠	٣	٤٧٤,٦١	بين القياسات	التعرف على صور المهارة المتسلسل
		٠,٧٩	١٢٤	٩٧,٦٢	داخل القياسات	
دالة	٧١,١٨	٣٨,٣٨	٣	١١٥,١٣	بين القياسات	التعرف على الأرقام الخاصة بالمهارة
		٠,٥٤	١٢٤	٦٦,٦٥	داخل القياسات	

* قيمة ف الجدولية عند درجة حرية ٣، ١٢٤، ومستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٦٨

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائية بين قياسات البحث الأربعة (القبلي - التتبعي الأول- التتبعي الثاني- البعدي) لصالح القياس البعدي في جميع اختبارات مكون التعرف وسوف يقوم الباحث بحساب دلالة الفروق بين المتوسطات باستخدام L.S.D.

جدول (١٣)
دلالة الفروق بين قياسات البحث الأربعة لاختبارات مكون (التعرف)

اسم الاختبار	قياسات البحث	فروق المتوسطات			المتوسط الحسابي
		القياس الثاني	القياس الثالث	القياس الرابع	
التعرف على صور المهارة	القياس الأول	١,٢٢	٢,١١	٤,٢٢	٣,٥٥
	القياس الثاني		٠,٨٩	٣,٠٠	٤,٧٧
	القياس الثالث			٢,١١	٥,٦٦
	القياس الرابع				٧,٧٧
التعرف على صور المهارة المتسلسل	القياس الأول	١,٢٠	٣,٧٦	٥,٠٣	٢,١٢
	القياس الثاني		٢,٥٦	٣,٨٣	٣,٣٢
	القياس الثالث			١,٢٧	٥,٨٨
	القياس الرابع				٧,١٥
التعرف على الأرقام الخاصة بالمهارة	القياس الأول	٠,٩١	١,٤٣	٢,٢٤	٠,٩١
	القياس الثاني		٠,٥٢	١,٣٣	١,٨٢
	القياس الثالث			٠,٨١	٢,٣٤
	القياس الرابع				٣,١٥

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائية بين قياسات البحث الأربعة (القبلي - التتبعي الأول - التتبعي الثاني - البعدي) لصالح القياس البعدي في اختباري مكون التعرف (التعرف على صور المهارة - التعرف على صور المهارة المتسلسل) ووجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والتتبعي الأول لصالح التتبعي الأول في اختبار (التعرف على الأرقام الخاصة بالمهارة) وعدم وجود فروق بين القياسين التتبعي الأول والتتبعي الثاني في اختبار (التعرف على الأرقام الخاصة بالمهارة) لصالح التتبعي الثاني في اختبار (التعرف على الأرقام الخاصة بالمهارة) ووجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح البعدي في اختبار (التعرف على الأرقام الخاصة بالمهارة).

جدول (١٤)

نتائج تحليل التباين بين قياسات البحث الأربعة لاختبارات مكون (التمييز) $n=32$

اسم الاختبار	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	نسبة التباين	الدالة
تمييز الصور لمهارة	بين القياسات	٣٧٨,٣٢	٣	١٢٦,١١	١٤٦,٥٤	دالة
	داخل القياسات	١٠٦,٦١	١٢٤	٠,٨٦		
تمييز الأشكال والأشياء	بين القياسات	٣٩٣,٤٥	٣	١٣١,١٥	١٧٠,٦٥	دالة
	داخل القياسات	٩٤,٦٢	١٢٤	٠,٧٦		
تمييز حركات اليدين	بين القياسات	١٥٦,٣١	٣	٥٢,١٠	١٣٦,٧٩	دالة
	داخل القياسات	٤٧,٥٤	١٢٤	٠,٣٨		
التمييز المكاني	بين القياسات	١٦٩,٨٧	٣	٥٦,٦٢	١٧٦,٠٥	دالة
	داخل القياسات	٣٩,٥٩	١٢٤	٠,٣٢		
التمييز المكاني المتسلسل	بين القياسات	١٧١,٣٢	٣	٥٧,١١	٢٤٨,٢٩	دالة
	داخل القياسات	٢٨,٥٤	١٢٤	٠,٢٣		

* قيمة ف الجدولية عند درجة حرية ٣، ١٢٤، ومستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٦٨

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائية بين قياسات البحث الأربعة (القبلي- التتبعي الأول - التتبعي الثاني - البعدي) لصالح القياس البعدي في جميع اختبارات مكون التمييز وسوف تقوم الباحثة بحساب دلالة الفروق بين المتوسطات باستخدام **L.S.D**.

جدول (١٥)

دلالة الفروق بين قياسات البحث الأربعة لاختبارات مكون (التمييز)

اسم الاختبار	قياسات البحث	المتوسط الحسابي	فروق المتوسطات			قيمة "L.S.D" عند مستوى ٠,٠٥
			القياس الثاني	القياس الثالث	القياس الرابع	
تمييز الصورة لمهارة	القياس الأول	٣,٦١	١,٧٠	٢,٨٢	٥,٠٣	٠,٤٥
	القياس الثاني	٥,٣١		١,١٢	٣,٣٣	
	القياس الثالث	٦,٤٣			٢,٢١	
	القياس الرابع	٨,٦٤				
تمييز الأشكال والأشياء	القياس الأول	٣,٣٤	١,٧٢	٣,٨١	٤,٨٥	٠,٤٢
	القياس الثاني	٥,٠٦		٢,٠٩	٣,١٣	
	القياس الثالث	٧,١٥			١,٠٤	
	القياس الرابع	٨,١٩				
تمييز حركات اليدين	القياس الأول	٠,٤٦	١,٢٨	٢,١٠	٣,٠٣	٠,٣٠
	القياس الثاني	١,٧٤		٠,٨٢	١,٧٥	
	القياس الثالث	٢,٥٦			٠,٩٣	
	القياس الرابع	٣,٤٩				
التمييز المكاني	القياس الأول	٠,٤٧	١,٠٥	١,٨٠	٣,١٥	٠,٢٧
	القياس الثاني	١,٥٢		٠,٧٥	٢,١٠	
	القياس الثالث	٢,٢٧			١,٣٥	
	القياس الرابع	٣,٦٢				
التمييز المكاني المتسلسل	القياس الأول	٠,٢٢	٠,٩٤	٢,٠٠	٣,٠٩	٠,٢٣
	القياس الثاني	١,١٦		١,٠٦	٢,١٥	
	القياس الثالث	٢,٢٢			١,٠٩	
	القياس الرابع	٣,٣١				

يتضح من جدول (١٥) وجود فروق دالة إحصائية بين قياسات البحث الأربعة (القبلي- التتبعي الأول- التتبعي الثاني- البعدي) لصالح القياس البعدي في جميع اختبارات مكون التمييز.

جدول (١٦)

نتائج تحليل التباين بين قياسات البحث الأربعة لاختبارات مكون (الاسترجاع) ن=٣٢

اسم الاختبار	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	نسبة التباين	الدالة
استرجاع رقم بواسطة رسم	بين القياسات	١٨٦,٦٥	٣	٦٢,٢٢	٢٢١,٥٣	دالة
	داخل القياسات	٣٤,٩٠	١٢٤	٠,٢٨		
استرجاع كلمات بواسطة كلمات	بين القياسات	٤٨٢,٣٢	٣	١٦٠,٧٧	٢٥٩,٢٣	دالة
	داخل القياسات	٧٧,١٨	١٢٤	٠,٦٢		
استرجاع الرقم في ارتباط مع الرسم	بين القياسات	٤٢٩,٤١	٣	١٤٣,١٤	٢١٠,٢٤	دالة
	داخل القياسات	٨٤,٨١	١٢٤	٠,٦٨		
استرجاع رقم بواسطة كلمات	بين القياسات	١٩٢,٥٣	٣	٦٤,١٨	٢٠٧,٢١	دالة
	داخل القياسات	٣٨,٤٠	١٢٤	٠,٣١		

* قيمة ف الجدولية عند درجة حرية ٣، ١٢٤، ومستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٦٨

يتضح من جدول (١٦) وجود فروق دالة إحصائية بين قياسات البحث الأربعة (القبلي- التتبعي الأول- التتبعي الثاني- البعدي) لصالح القياس البعدي في جميع اختبارات مكون الاسترجاع وسوف تقوم الباحثة بحساب دلالة الفروق بين المتوسطات باستخدام

.L.S.D

جدول (١٧)

دلالة الفروق بين قياسات البحث الأربعة لاختبارات مكون (الاسترجاع)

اسم الاختبار	قياسات البحث	المتوسط الحسابي	فروق المتوسطات			قيمة "L.S.D" عند مستوى ٠,٠٥
			القياس الثاني	القياس الثالث	القياس الرابع	
استرجاع رقم بواسطة رسم	القياس الأول	٠,٨٦	١,١٤	٢,١٢	٣,٠٢	٠,٢٤
	القياس الثاني	٢,٠٠		٠,٩٨	١,٨٨	
	القياس الثالث	٢,٩٨			٠,٩٠	
	القياس الرابع	٣,٨٨				
استرجاع كلمات بواسطة كلمات	القياس الأول	٢,٧٢	١,٨٣	٣,٢١	٥,٣١	٠,٣٨
	القياس الثاني	٤,٥٥		١,٣٨	٣,٤٨	
	القياس الثالث	٥,٩٣			٢,١٠	
	القياس الرابع	٨,٠٣				
استرجاع الرقم في ارتباط مع الرسم	القياس الأول	٣,٢٤	١,٥٩	٣,١٦	٤,٩٤	٠,٤٠
	القياس الثاني	٤,٨٣		١,٥٧	٣,٣٥	
	القياس الثالث	٦,٤٠			١,٧٨	
	القياس الرابع	٨,١٨				
استرجاع رقم بواسطة كلمات	القياس الأول	١,٣٤	*١,٠٦	*٢,١٩	*٣,٢٨	٠,٢٩
	القياس الثاني	٢,٤١		*١,١٣	*٢,٢٢	
	القياس الثالث	٣,٥٣			*١,٠٩	
	القياس الرابع	٤,٦٣				

يتضح من جدول (١٧) وجود فروق دالة إحصائياً بين قياسات البحث الأربعة (القبلي- التتبعي الأول- التتبعي الثاني- البعدي) لصالح القياس البعدي في جميع اختبارات مكون الاسترجاع

جدول (١٨)

نتائج تحليل التباين بين قياسات البحث الأربعة لاختبارات مكون (سعة التذكر) ن=٣٢

اسم الاختبار	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	نسبة التباين	الدلالة
تذكر الأرقام	بين القياسات	٨٥,٣١	٣	٢٨,٤٤	٥٦٩,٢٤	دالة
	داخل القياسات	٦,٥٤	١٢٤	٠,٠٥		
التذكر المتسلسل	بين القياسات	٤٧٦,٢١	٣	١٥٨,٧٤	١٠٠,٥٣	دالة
	داخل القياسات	١٩٥,٧٣	١٢٤	١,٥٨		
التذكر المتسلسل للوجوه	بين القياسات	٦٠٤,٨٦	٣	٢٠١,٦٢	١٥٠,٤٣	دالة
	داخل القياسات	١٦٦,١٢	١٢٤	١,٣٤		
قوة الملاحظة	بين القياسات	٥٢٢,٠٦	٣	١٧٤,٠٢	١٣٢,٤٥	دالة
	داخل القياسات	١٦٢,٨٧	١٢٤	١,٣١		
التذكر المتسلسل للجمل	بين القياسات	٤٦٩,٧٧	٣	١٥٦,٥٩	٩٢,٧٥	دالة
	داخل القياسات	٢٠٩,٧٦	١٢٤	١,٦٩		
القرارات العقلية	بين القياسات	١٤٤,٤١	٣	٤٨,١٤	١٢٦,٦٢	دالة
	داخل القياسات	٤٧,٧٥	١٢٤	٠,٣٩		

* قيمة ف الجدولية عند درجة حرية ٣، ١٢٤، ومستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٦٨

يتضح من جدول (١٨) وجود فروق دالة إحصائياً بين قياسات البحث الأربعة (القبلي- التتبعي الأول- التتبعي الثاني- البعدي) لصالح القياس البعدي في جميع اختبارات مكون سعة التذكر وسوف تقوم الباحثة بحساب دلالة الفروق بين المتوسطات باستخدام .L.S.D

جدول (١٩)

دلالة الفروق بين قياسات البحث الأربعة لاختبارات مكون (سعة التذكر)

اسم الاختبار	قياسات البحث	المتوسط الحسابي	فروق المتوسطات			قيمة "L.S.D" عند مستوى ٠,٠٥
			القياس الثاني	القياس الثالث	القياس الرابع	
تذكر الأرقام	القياس الأول	٠,١٢	٠,٨٦	١,٤٠	٢,١٤	٠,١٠
	القياس الثاني	٠,٩٨		٠,٥٤	١,٢٨	
	القياس الثالث	١,٥٢			٠,٧٤	
	القياس الرابع	٢,٢٦				
التذكر المتسلسل	القياس الأول	٢,١٢	١,٨١	٣,٥٠	٥,١٨	٠,٦١
	القياس الثاني	٣,٩٣		١,٦٩	٣,٣٧	
	القياس الثالث	٥,٦٢			١,٦٨	
	القياس الرابع	٧,٣				

تابع جدول (١٩) دلالة الفروق بين قياسات البحث الأربعة لاختبارات مكون (سعة التذکر)

اسم الاختبار	قياسات البحث	المتوسط الحسابي	فروق المتوسطات			قيمة "L.S.D" عند مستوى ٠,٠٥
			القياس الثاني	القياس الثالث	القياس الرابع	
التذکر المتسلسل للوجه	القياس الأول	٢,٣٢	٢,٠٣	٤,١٥	٥,٨٦	٠,٥٦
	القياس الثاني	٤,٣٥		٢,١٢	٣,٨٣	
	القياس الثالث	٦,٤٧			١,٧١	
	القياس الرابع	٨,١٨				
قوة الملاحظة	القياس الأول	٢,٠٥	١,٨٢	٣,٥٧	٥,٤٤	٠,٥٧
	القياس الثاني	٣,٨٧		١,٧٥	٣,٦٢	
	القياس الثالث	٥,٦٢			١,٨٧	
	القياس الرابع	٧,٤٩				
التذکر المتسلسل للجل	القياس الأول	٢,٥٣	١,١٣	٣,٣٨	٥,٠٨	٠,٦٤
	القياس الثاني	٣,٦٦		٢,٢٥	٣,٩٥	
	القياس الثالث	٥,٩١			١,٧٠	
	القياس الرابع	٧,٦١				
القدرات العقلية	القياس الأول	٠,٧٦	٠,٨٩	٢,٠٤	٢,٧٦	٠,٣١
	القياس الثاني	١,٦٥		١,١٥	١,٨٧	
	القياس الثالث	٢,٨			٠,٧٢	
	القياس الرابع	٣,٥٢				

يتضح من جدول (١٩) وجود فروق دالة إحصائية بين قياسات البحث الأربعة (القبلي- التتبعي الأول- التتبعي الثاني- البعدي) لصالح القياس البعدي في جميع اختبارات مكون سعة التذکر.

مناقشة الفرض الأول :

تثبيت التعلم يؤثر إيجابيا في مكونات الذاكرة الحركية قصيرة المدى لطالبات المستوى الثاني بكلية التربية الرياضية ببورسعيد.

لقد أسفرت نتائج جداول أرقام (٦، ٨، ١٠، ١٢، ١٤، ١٦، ١٨) والخاصة بنتائج تحليل التباين بين قياسات البحث الأربعة لاختبارات مكونات الذاكرة الحركية قصيرة المدى (إعادة الأداء- التصور العقلي- الإدراك الحس حركي- التعرف- التمييز- الاسترجاع - سعة التذکر) عن وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي في جميع اختبارات مكونات الذاكرة الحركية قصيرة المدى.

وترجع الباحثة ذلك إلي البرنامج المقترح لتثبيت التعلم وما يحتويه من جانب معرفي يتمثل في شرح وتعليم وتقديم معلومات معرفية للطالبات عن المهارة مثل النواحي القانونية للمسابقة وفتيات الأداء الحركي والأرقام المتعلقة بالمسابقة والجانب الحركي يتمثل في أداء

المهارة واعتماد البرنامج أيضا على استخدام الوسائل التعليمية المختلفة في الشرح والتوضيح مما يعطى اشتراك أكثر من حاسة في التعلم وبالتالي تتحقق الفائدة. (٢١: ٢٤٤).

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من دوج روهر (٢٠٠٤) (٣٤)، على مصطفى المغربيل (٢٠٠٣) (١٩)، صفاء جابر محمد شاهين (١٩٩٢) (١٤)، دولت عبد الرحمن (١٩٨٨) (١١)، إيمان حسن الجبلي، ليلى عباس سليمان (٢٠٠١) (٩)، نسيمه محمود والى (١٩٩١) (٣١)، هناء عبد الوهاب حسين، نجوى محمد والى (١٩٩٤) (٣٣) والتي تشير إلى أن البرامج التدريبية والتعليمية بما تحتويه من تدريبات تعليمية ذات فاعلية في تحسين مستوى الذاكرة الحركية في مختلف الأنشطة الرياضية، ويؤكد العلماء على أن المهارات المتصلة والمهارات ذات المعنى تتذكر بسهولة.

وفى هذا الصدد يشير **Richard A.M (2001)** انه يجب على المعلم إعطاء محاولات إضافية للتعلم بعد الوصول إلى معيار الأداء وذلك لتثبيت التعلم لان الممارسة الإضافية تحسن من الأداء وتزيد التذكر للمهارة (٣٥: ٢٥٠).

وترى الباحثة أن مكونات البرنامج المقترح لتثبيت التعلم واعتماده على تعليم المراحل الفنية لمسابقة قذف القرص للمبتدئات لكل مرحلة على حدة يؤدي إلى تكوين نموذج داخلي للتعلم ويثبت الأداء نتيجة تكرار المهارة الذي يعمل على تدعيم الممرات العصبية التي تعطى الإشارة إلى العضلات المشتركة في أداء هذه المهارة والاحتفاظ بها لفترة زمنية طويلة. وبالتالي عند اختبار الطالبة في المهارة بعد فترة زمنية يكون هناك تغير في اختبارات مكونات الذاكرة الحركية قصيرة المدى.

أيضا ترى الباحثة ان مدة البرنامج المقترح لتثبيت التعلم والتي استمر لمدة ستة أسابيع متصلة قد يؤثر في تحسين الأداء لمسابقة قذف القرص وبالتالي تتحسن الذاكرة الحركية قصيرة المدى لطالبات المستوى الثانى بكلية التربية الرياضية.

وتشير نتائج جداول أرقام (٧، ٩، ١١، ١٣، ١٥، ١٧) والخاصة بدلالة الفروق بين قياسات البحث الأربعة في اختبارات مكونات الذاكرة الحركية قصيرة المدى (إعادة الأداء- التصور العقلي- الإدراك الحس حركي- التمييز- الاسترجاع- سعة التذكر) عن وجود فروق دالة إحصائيا في اختبارات مكونات (إعادة الأداء- التصور العقلي- الإدراك الحس حركي- التمييز- الاسترجاع- سعة التذكر) لصالح القياس البعدي وتشير نتائج جدول (١٩) والخاص بدلالة الفروق بين قياسات البحث الأربعة لاختبارات مكون التعرف إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين قياسات البحث الأربعة (القبلي- التبعي الأول- التبعي الثانى- البعدي) لصالح

القياس البعدي في اختباري مكون التعرف (التعرف على صور المهارة- التعرف على صور المهارة المتسلسل) ووجود فروق دالة إحصائية بين القياسيين القبلي والتتبعي الأول لصالح التتبعي الأول في اختبار (التعرف على الأرقام الخاصة بالمهارة) وعدم وجود فروق بين القياسيين التتبعي الأول والتتبعي الثاني في اختبار (التعرف على الأرقام الخاصة بالمهارة) ووجود فروق دالة إحصائية بين القياسيين القبلي والتتبعي الثاني لصالح التتبعي الثاني في اختبار (التعرف على الأرقام الخاصة بالمهارة) ووجود فروق دالة إحصائية بين القياسيين القبلي والبعدي لصالح البعدي في اختبار (التعرف على الأرقام الخاصة بالمهارة) وترجع الباحثة عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسيين التتبعي الأول والتتبعي الثاني في اختبار (التعرف على الأرقام الخاصة بالمهارة) إلي أن الطالبة اخذت في فترة البرنامج الأولى (٦ أسابيع الأولى) كم من المعلومات المعرفية عن المسابقة عن طريق تقديم بعض الكلمات والرقم الذي تدل عليه الكلمة واحتفظت بهذه المعلومات الطالبة و ثبتت المعلومات عند الطالبة مما أعطى عدم دلالة بين القياسيين التتبعي الأول والتتبعي الثاني في اختبار (التعرف على الأرقام الخاصة بالمهارة) وبذلك يتضح لنا أن البرنامج المقترح لتثبيت التعلم يؤثر على الذاكرة الحركية قصيرة المدى لطالبات المستوى الثاني بكلية التربية الرياضية وترجع الباحثة ذلك إلي اعتماد البرنامج على مراحل الأداء الفني للمهارة الحركية قيد البحث مما يؤدي إلي تثبيت التعلم للمهارة وذلك نظرا لاستمرار عملية التعلم وما يتخللها من تصحيح الأخطاء أثناء الأداء المهاري يؤدي إلى زيادة الخبرة الحركية الأمر الذي يؤدي إلي تطوير الذاكرة الحركية قصيرة المدى لدى عينة البحث.

وترى الباحثة انه يمكن إرجاع هذه الفروق إلي أن تكرار عمليات التعلم بالنسبة للمسابقة تعمل على إكساب الفرد ترابطات جديدة للذاكرة الحركية قصير المدى مما يزيد من عمليات المعالجة والتجهيز وبالتالي التخفيف من عبء التخزين ومن ثم تيسر عملية الاسترجاع.

ويشير فتحي الزيات (١٩٩٨) ان تدعيم الروابط او الترابطات الموجودة بالذاكرة واكتساب أحداث و روابط جديدة تحسن من كفاءة المعالجة والتجهيز للمعلومات، وان كفاءة تخزين المعلومات في الذاكرة تتوقف على مدى كفاءة تجهيز المعلومات ومعالجتها وتنظيمها قبل التخزين وبالتالي تسهيل عملية الاسترجاع للمعلومات من الذاكرة الحركية، اي ان كفاءة المعالجة تحسن التخزين في الذاكرة مما يؤدي إلي تحسن الاسترجاع وبالتالي زيادة كفاءة وفاعلية الذاكرة الحركية قصيرة المدى (٢٢: ٣٨٤-٤٠٦).

وترى الباحثة انه يمكن إرجاع التأثير الإيجابي للبرنامج إلي انه أدى إلي إثراء وزيادة البناء المعرفي التخصصي لدى عينة البحث مما يزيد من حصيلة الخبرات الحركية في مسابقة قذف القرص.

كذلك تضمن البرنامج لتدريبات التصور العقلي للأداء عامل فعال في تحسين التذكر الحركي للمسابقة ويؤدي إلي الأداء الفني الأفضل.

ويؤكد ذلك **عبد العزيز عبد المجيد (١٩٩٢)** بأن التصور العقلي عامل مؤثر في استراتيجية التعلم ويعطى نوعا من شفرة الذاكرة بجانب الشفرة الخاصة بالتعبير اللفظي وكلاهما يسهل التذكر وله دور في تحسين الذاكرة كما أن التصور العقلي هو الأساسي في أساليب تقوية الذاكرة (١٦ : ٥٣٤).

ويؤكد ذلك **فتحي الزيات (١٩٩٨)** بأن التغير الإيجابي للخصائص الكمية والكيفية للبناء المعرفي يؤثر في تحسن كفاءة وفاعلية الذاكرة الحركية (٢٢ : ٣٩٨).

من خلال العرض السابق يتضح أن البرنامج المقترح لتثبيت التعلم اثر إيجابيا وبدلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ في الذاكرة الحركية قصيرة المدى لطالبات المستوى الثاني بكلية التربية الرياضية ببورسعيد

مما سبق يتضح صحة الفرض الأول والذي ينص على أن: "توجد فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدي في مكونات الذاكرة الحركية قصيرة المدى (إعادة الأداء - التصور العقلي - الإدراك الحسي حركي - التعرف - التمييز - الاسترجاع - سعة التذكر) لصالح القياس البعدي.

عرض نتائج البحث المرتبطة بالفرض الثاني:

توجد فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدي في مستوى الأداء

المهارى و الرقمي لمسابقة قذف القرص للمبتدئات لصالح القياس البعدي

جدول (٢٠)

نتائج تحليل التباين بين قياسات البحث الأربعة لمستوى الأداء المهارى والمستوى الرقمي

ن=٣٢

اسم الاختبار	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	نسبة التباين	الدالة
مستوى الأداء المهارى	بين القياسات	٢١٥,٢٦	٣,٠٠	٧١,٧٥	٥٠,٧٦	دالة
	داخل القياسات	١٧٥,٢٢	١٢٤,٠٠	١,٤١		
المستوى الرقمي	بين القياسات	٣٣,١٢	٣,٠٠	١١,٠٤	١٩,٠٦	دالة
	داخل القياسات	٧١,٣٢	١٢٤,٠٠	٠,٥٨		

* قيمة ف الجدولية عند درجة حرية ٣، ١٢٤، ومستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٦٨

يتضح من جدول (٢٠) وجود فروق دالة إحصائياً بين قياسات البحث الأربعة (القبلي- التتبعي الأول- التتبعي الثاني- البعدي) لصالح القياس البعدي في مستوى الأداء والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص وسوف تقوم الباحثة بحساب دلالة الفروق بين المتوسطات باستخدام L.S.D.

جدول (٢١)

دلالة الفروق بين قياسات البحث الأربعة لمستوى الأداء المهارى والمستوى الرقمي

قيمة "L.S.D" عند مستوى ٠,٠٥	فروق المتوسطات			المتوسط الحسابي	قياسات البحث	اسم الاختبار
	القياس الرابع	القياس الثالث	القياس الثاني			
٠,٥٧	٤,٤٨	٢,٥١	١,٢١	٣,١٣	القياس الأول	مستوى الأداء المهارى
	٣,٢٧	١,٣٠		٤,٣٤	القياس الثاني	
	١,٩٧			٥,٦٤	القياس الثالث	
				٧,٦١	القياس الرابع	
٠,٣٧	٢,٢١	٠,٧٨	٠,١١	٦,٦٤	القياس الأول	المستوى الرقمي
	٢,١٠	٠,٦٧		٦,٧٥	القياس الثاني	
	١,٤٣			٧,٤٢	القياس الثالث	
				٨,٨٥	القياس الرابع	

يتضح من جدول (٢١) وجود فروق دالة إحصائياً بين قياسات البحث الأربعة (القبلي- التتبعي الأول- التتبعي الثاني- البعدي) لصالح القياس البعدي في مستوى الأداء والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص للمبتدئات وعدم وجود فروق دالة بين القياسين القبلي والتتبعي الأول في المستوى الرقمي ووجود فروق دالة من باقى القياسات.

مناقشة الفرض الثاني :

تثبيت التعلم يؤثر إيجابياً في مستوى الأداء المهارى و الرقمي لمسابقة قذف القرص للمبتدئات.

يتضح من خلال نتائج جدول (٢٠) والخاص بنتائج تحليل التباين بين قياسات البحث الأربعة (القبلي- التتبعي الأول- التتبعي الثاني- البعدي) وجود فروق دالة إحصائياً لصالح القياس البعدي في مستوى الأداء والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص لعينة البحث. وتعزى الباحثة هذه الفروق بين القياسات الأربعة إلي الأثر الدافعي للقياسات التتبعية بالإضافة إلي أن أفراد عينة البحث قد حدث لهم تكيف مع التأثيرات التدريبية التى مثلت محتوى البرنامج المقترح لتثبيت التعلم مما أدى إلي تطور مستوى الأداء المهارى و الرقمي لقذف القرص.

وأيضاً ترجع هذه الفروق بين القياسات إلي تكامل محتوى البرنامج والذي يتكون من تدريبات متنوعة ومرتجة من السهل إلي الصعب واعتمادها على عناصر اللياقة البدنية الأمر الذي أدى إلي تطور مستوى الأداء المهارى والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص لعينة البحث.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من إيمان حسن الجبيلي وليلى عباس سليمان (٢٠٠١) (٩)، هناء عبد الوهاب ونجوى محمود والى (١٩٩٤) (٣٣)، صفاء جابر محمد شاهين (١٩٩٢) (١٤).

وتشير نتائج جدول (٢١) والخاص بدلالة الفروق بين متوسطات قياسات البحث الأربعة فى مستوى الأداء المهارى والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص إلي وجود فروق دالة إحصائياً بين قياسات البحث الأربعة فى مستوى الأداء لصالح القياس البعدي وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسيين القبلي والتتبعي الأول فى المستوى الرقمي ووجود فروق دالة إحصائياً بين القياسيين التتبعي الثاني والقبلي لصالح القياس التتبعي الثاني فى المستوى الرقمي ووجود فروق دالة إحصائياً بين القياسيين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي فى المستوى الرقمي، وترجع الباحثة هذه الفروق إلي تأثير البرنامج المقترح لتثبيت التعلم والفترة الزمنية بين القياسات.

وتشير الباحثة إلي عدم وجود فروق بين القياسيين القبلي والتتبعي الأول فى المستوى الرقمي نظراً لقصر الفترة الزمنية بين القياسيين وكذلك لان الطالبة لم تأخذ فى البرنامج المقترح سوى مسك القرص ووقفة الاستعداد فقط وهذا لا يؤثر بدرجة عالية فى تحسن المستوى الرقمي ولكن تحسن من مستوى الأداء وهذا ما أوضحتها النتائج.

وتتفق تلك النتيجة مع رأى عصام عبد الخالق (١٩٨٢) حيث يؤكد إلي انه فى بعض الأحيان لا تظهر آثار فورية للتدريب والممارسة بل يحدث تجمع للمؤثرات التدريبية والتعليمية الفعلية ثم تحدث قفزة فى ارتفاع المستوى لفترة زمنية محددة ويثبت المستوى (١٨ : ٦٧).

ويذكر السيد عبد المقصود (١٩٨٦) أن الاستمرار فى الأداء والتعلم يجعل المخ يرسل الإشارات العصبية للعضلات العاملة لتحريك أجزاء الجسم لاستغلالها فى توجيه الأداء الحركي الأمثل وبالتالي يتحسن مستوى وضوح الإحساس العضلي بالمهارة مما يجعل الأداء الفني للمهارة اسهل وافضل (٤ : ٧٥).

من خلال العرض السابق يتضح أن البرنامج المقترح لتثبيت التعلم اثر إيجابيا وبدلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ في مستوى الأداء المهارى و الرقمي لمسابقة قذف القرص للمبتدئات.

مما سبق يتضح صحة الفرض الثاني كليا والذي ينص على أن:
(توجد فروق دالة احصائيا بين القياس القبلى والقياس البعدى في مستوى الأداء المهارى والرقمي لمسابقة قذف القرص للمبتدئات لصالح القياس البعدى)).
الاستنتاجات :

في حدود هدف وفروض البحث وفي حدود العينة وما أسفرت عنه المعالجات الإحصائية، وفي ضوء تفسير النتائج التي تم التوصل إليها ومناقشتها فقد توصلت الباحثة إلى الاستخلاصات التالية :

- البرنامج المقترح لتثبيت التعلم يؤثر إيجابيا على مكونات الذاكرة الحركية قصيرة المدى لطالبات المبتدئات.
- تثبيت التعلم يؤثر إيجابيا على مستوى الأداء المهارى و الرقمي لمسابقة قذف القرص لعينة البحث.
- المقياس المستخدم للذاكرة الحركية قصيرة المدى صادق في قياس مكونات الذاكرة الحركية قصيرة المدى لمسابقة قذف القرص لطالبات المبتدئات.

التوصيات :

- استخدام البرنامج المقترح لتثبيت التعلم لتطوير مستوى الأداء المهارى والرقمي لمسابقة قذف القرص.
- استخدام البرنامج المقترح لتثبيت التعلم لتطوير الذاكرة الحركية قصيرة المدى لطالبات المبتدئات الاعدادية.
- استخدام المقياس الذي تم بناؤه في قياس الذاكرة الحركية قصيرة المدى لطالبات المبتدئات.
- ادرج البرنامج المقترح لتثبيت التعلم ضمن خطط الإعداد لطالبات الكليات الرياضية بنفس المحتويات ومدته الزمنية لتحقيق افضل نتائج لمستوى الأداء المهارى والرقمي لمسابقة قذف القرص.
- استخدام المقياس كأداة للتقويم في اختيار افضل (في مسابقة قذف القرص).
- الاهتمام بالذاكرة الحركية قصيرة المدى لما لها من أهمية في الأداء وبالتالي تطوير المستوى الرقمي

- إجراء مثل هذه الدراسة على المسابقات الأخرى للطلاب والطالبات.
- إجراء بحث يتم فيه استخدام القياسات الفسيولوجية لقياس الذاكرة الحركية قصيرة المدى لتدعيم نتائج القياس النفسي للرياضيين في الذاكرة الحركية قصيرة المدى
- أهمية العمل على توفير المعامل المتخصصة في علم النفس الرياضي في كليات التربية الرياضية حتى تكون الركيزة نحو الانطلاق إلي تقويم القدرات العقلية للطلاب والطالبات في النشاط الرياضي

((المراجع))

أولاً: المراجع العربية

- ١- أحمد السيد قبيصي (٢٠١٥م): "أثر استخدام نموذج التعلم التوليدي في تدريس الهندسة على التحصيل وبقاء اثر التعلم وتنمية التفكير الابتكاري لدي طلاب الصف الثالث الاعدادي".
- ٢- أحمد عبدالرحمن النجدي، مني عبدالهادي حسين، علي راشد (٢٠١٥م): اتجاهات حديثة في تعليم العلوم في ضوء المعايير العلمية وتنمية التفكير والنظرية البنائية، دار المعارف، القاهرة.
- ٣- أسامة حمد محمد عبدالعزيز (٢٠١١م): "فاعلية استخدام نموذج التعلم البنائي على تعلم بعض مهارات الهوكي لطلاب كلية التربية الرياضية بقنا".
- ٤- السيد عبد المقصود (١٩٧٦م): نظريات التدريب الرياضي في الإسكندرية.
- ٥- اميمة محمد عفيفي (٢٠٠٤م): "فعالية التدريس وفقاً لنموذج التعلم التوليدي في تحصيل مادة العلوم وتنمية التفكير الابتكاري ودافعية الانجاز لدي تلاميذ المرحلة الاعدادية"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- ٦- أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان، عدنان درويش جـون (١٩٩٨م): التربية الرياضية المدرسية دليل معلم الفصل وطالب التربية العملية دار الفكر العربي.
- ٧- أنور محمد الشرقاوى (١٩٩٢م): علم النفس المعرفي المعاصر مكتبة الانجلو المصرية القاهرة.
- ٨- اوليغ كلودى واخرون (١٩٨٥م): العاب القوى ترجمة مالك حسن دار رادوغا موسكو.
- ٩- ايمان حسن الجبيلى، لىلى عباس سليمان (٢٠٠١م): أثر استخدام اساليب التدريس على مستوى الأداء والتذكر الحركى لمهارة الوثوف على اليدين دحرجة امامية المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية العدد ٢١ يوليو ٢٠٠١.

- ١٠- بشارة، جبرائيل (١٩٨٦م): تكوين المعلم العربي والثورة العلمية والتكنولوجية، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر، بيروت لبنان.
- ١١- دولت عبد الرحمن (١٩٨٨م): اثر استخدام بعض الوسائل التعليمية على التذكر الحركى والمعرفى للتصوير فى كرة السلة لطالبات كلية التربية الرياضية بالاسكندرية مجلة نظريات وتطبيقات كلية التربية الرياضية للبنين بالاسكندرية جامعة حلوان العدد الثانى.
- ١٢- رمزية الغريب (١٩٩٠م): التعلم دراسة نفسية تفسيرية توجيهيه مكتبة الانجلو المصرية القاهرة.
- ١٣- رمزية عبد الرحمن (١٩٨٨م): اثر استخدام بعض الوسائل التعليمية على التذكر الحركى والمعرفى للتصوير فى كرة السلة لطالبات التربية الرياضية بالاسكندرية مجلة نظريات وتطبيقات كلية التربية الرياضية للبنين بالاسكندرية جامعة حلوان العدد الثانى.
- ١٤- صفاء جابر محمد شاهين (١٩٩٢م): اثر التغذية الراجعة البصرية على الذاكرة الحركية ومستوى الأداء فى التمرينات رسالة دكتوراة كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة جامعة حلوان.
- ١٥- عبد الرحمن محمد عيسوى (١٩٨٧م): علم النفس الفسيولوجى دار المعرفة الجامعية.
- ١٦- عبد العزيز عبد المجيد محمد (١٩٩٢م): التصور البصرى المكانى ومستوى الاداء للوثب العالى مجلة بحوث التربية الرياضية للبنين بالزقازيق العدد ٢١ و٢٢ ديسمبر.
- ١٧- عبدالله محمد مناع (٢٠١٥م): "تأثر استخدام النموذج التوليدي على الاداء المهارى والتحصيل المعرفى لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الاساسى"،
- ١٨- عصام عبد الخالق (١٩٨٢م): التدريب الرياضى نظريات وتطبيقات ط٤ دار المعارف الاسكندرية.
- ١٩- على مصطفى المغربل (٢٠٠٣م): فاعلية برنامج ترويحى رياضى على الذاكرة الحركية للناشئين فى رياضة الكارتية رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية جامعة طنطا ٢٠٠٣

- ٢٠- عمرو محمد أحمد (٢٠١٥م): "تأثر استخدام النموذج التوليدي علي الحصائل المعرفية وبعض الاداءات الهجومية المركبة لناشئي الكوميتية في رياضة الكاراتيه"،
- ٢١- فؤاد ابو حطب، امال صادق (٢٠٠٠م): علم النفس التربوي ط٦ مزيدة ومجددة مكتبة الانجلو المصرية القاهرة، ٢٠٠٠م.
- ٢٢- فتحى الزيات (١٩٩٨م): التعلم الالاس النظرية والتشخيصية والعلاجية دار النشر للجامعات القاهرة.
- ٢٣- ماجد محمد عيسى (٢٠١٦م): "اثر التدريب على استراتيجيتين من استراتيجيات التعلم التوليدي فى الفهم السمعى والاستماع الاستراتيجى لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائى" رسالة دكتوراة، كلية البنات الالاسمية باسيوط جامعة الازهر.
- ٢٤- محمد حسن علاوى (١٩٧٧م): علم نفس مدرب والتدريب الرياضى ط ١ دار المعارف.
- ٢٥- محمد سعد زغول، مكارم حلمى أبو هرجة، هانى سعيد عبد المنعم (٢٠٠١م): تكنولوجيا التعليم واساليبها فى التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٢٦- محمد عبد الفاضل شرابي (٢٠٠٩م): "نموذج التعلم البنائى وتأثيره فى بعض جوانب تعلم المهارات الالاسية فى الكرة الطائرة لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الالاسى"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
- ٢٧- محمد عويس القرنى أبراهيم (٢٠١٨م): "فاعلية برنامج مقترح قائم على التعلم التوليدي لتنمية مهارات الاستماع الناقد لدى الطلاب المعلمين بقسم اللغة العربية بكلية التربية بالفيوم".
- ٢٨- محمد فايز العياني (٢٠١٣م): "فاعلية نموذج التعلم التوليدي فى تحصيل العلوم وتنمية مهارات عمليات العلم لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية فى المملكة العربية السعودية"،
- ٢٩- لطفى محمد فطيم واخرون (١٩٨٨م): نظريات التعلم المعاصرة مكتبة النهضة المصرية.

- ٣٠- لي ليم، وجرابوسكي **Lee, Lim & Grabowski (٢٠٠٩م)**: "فاعلية استراتيجية التعلم التوليدي والتغذية الراجعة في فهم المتعلمين والتنظيم الذاتي في موضوعات العلوم المعقدة ضمن بيئة تعلم قائمة علي الحاسوب"،
- ٣١- لي **Lee (٢٠٠٨م)**: "فاعلية استراتيجية التعلم التوليدي والتغذية الراجعة الفوق معرفية على التنظيم الذاتي وعملية التوليد والتحصيل الدراسي في العلوم"،
- ٣٢- نسيمه محمود والى (١٩٩٤): دراسة مقارنة استخدام أنواع متباينة من التقنيات التربوية واثرها على التذكر الحركى فى الكرة الطائرة المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية المجلد الاول كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان.
- ٣٣- نور هنرى دوس (٢٠٠١م): اثر بعض استراتيجيات تقديم المعلومات على كل من التذكر وانتقال اثر التعلم لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية رسالة دكتوراة كلية التربية الرياضية جامعة الزقازيق.
- ٣٤- هناء عبد الوهاب حسن، نجوى محمود والى (١٩٩٤م): دراسة مقارنة الاستخدام انواع متباينة من التقنيات التربوية واثرها على التذكر الحركى فى مسابقة دفع الجلة المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية المجلد الأول كلية التربية الرياضية لبنين جامعة حلوان

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 35- **Doug Rohrer, Kelli Taylor (2004)**: The effect of overlearning on long term retention(www.cas.usf.edu/psychology/facedrohrer.htm)
- 36- **Richard A.M (2001)**: Motor Learning (concept and applications) 5 th d.Mc Graw.Hill company, Boston,USA.
- 37- **Schmidt, R.A (1988)**: Motor learning and control behavior, emphasis. Champaing II Human Kinetics
- 38- **Smyth, M.M Pendleton (1994)**: Memory for Movement in professional ballet dancers, International journal of sport Psychology (Rome) 25 (3), July/ Sept.