

الأساليب المعرفية التطبيقية وفعاليتها لتنظيم الذاكرة الفوقية والتجول العقلي وتطوير التشكيلات الهجومية للاعبات الكرة الطائرة

د/ منار محمود عبد السلام شعبان (*)

مقدمة ومشكلة البحث:

يعد مساعدة المتعلمين على بناء منظومة متكاملة من المعرفة تمكنهم من إدراك العلاقات بين (الخبرات والمعارف) وتوظيفها في المواقف العملية من أهم أهداف عملية التعليم.

اهتمت كثير من الدراسات باستخدام الأساليب المعرفية بقصد التوصل إلى أفضل أسلوب إدراكي، الأمر الذي يمكن أن يؤدي خدمات جليلة للتربية والتربويين، تعددت التصورات النظرية والمفاهيم التي تناولت الأسلوب المعرفي، ويرجع هذا التعدد إلى أن الأسلوب المعرفي له العديد من الأدوار في الشخصية الإنسانية، لذا كان أغلب المفاهيم التي وردت في التراث السيكلوجي تميل إلى الانسجام. (٢١: ٦٨)، (٢: ٧٩)

وتدل الأساليب المعرفية على الطرق التي تميز بين الأفراد في حلهم للمشكلات، وهي تركز على الفروق الفردية في عمليات المعرفة المختلفة، كما تعتبر من العوامل الهامة في دراسة الشخصية حيث أنها تفيد في قياس المكونات المعرفية، وغير المعرفية، وبالتالي يمكن اعتبارها من محددات الشخصية كما أنها تعتبر عادات لتجهيز المعلومات فهي طريقة مميزة للأفراد في تفسيرهم للبيئة ومدى الاستجابة لها. وتضيف ان تلك الأساليب المعرفية قد استخدمت كأساس للتمييز بين الأفراد أثناء تفاعلهم مع المواقف المختلفة، وهو تمييز كفي يعتمد على الأسلوب الأكثر تفضيلاً لدى الفرد والذي يسلكه أثناء تفاعله وتعامله مع المواقف المختلفة. (٢٠: ٢٣)، (٩: ٤٧٥)

توجد تصنيفات متعددة للأساليب المعرفية ومن هذه التصنيفات ما يلي: (التمايز التصوري- تحمل الغموض والخبرات غير الواقعية- التبسيط المعرفي في مقابل التعقيد المعرفي- المخاطرة في مقابل الحذر- الشمولية في مقابل التقييد- الضبط المرن في مقابل الضبط المقيد- الاعتماد في مقابل الاستقلال عن المجال الإدراكي- الاندفاع في مقابل التروي). (٣: ١٤٠)

ومعرفة الطالب لما يسمى المعرفة الفوقية وتنشيطها يساعده في تنظيم ذاكرته الفوقية ايضاً، وهذا يسهل عليه عملية التخطيط للتعلم وذلك باستخدام طرق وأساليب معرفية تطبيقية

(*) مدرس بقسم الألعاب-كلية التربية الرياضية للبنات- جامعة الزقازيق. almanarmn123@gmail.com

مهمة تساعد على تخزين المعلومات واسترجاعها عند اللزوم، وهذه الطرق والأساليب عديدة ومتنوعة منها: (الحفظ- التصور الذهني- التنظيم- المراجعة المنظمة- التسميع الذاتي الذهني- مساعدات (معينات) التذکر- قداحات الذاكرة) (٤٨: ٢٢)

وبدأ التفكير بمفهوم ما وراء الذاكرة، والذي قصد به المعرفة التي يمتلكها الأشخاص حول ذاكرتهم، وحول نقاط قوتها وضعفها، والتي تعد مفتاحا مهما لتعلمهم ولنموهم المعرفي، والتي تسمح للتعلم بالسيطرة والوصول إلى إستراتيجيات في ذاكرته مع فهم محددات ذاكرته ونقاط قوتها وكيفية تنظيمها (٣٤: ٢٨٢-٢٩٨).

والذاكرة الفوقية هي احد فروع ما وراء المعرفة ويقصد بها إدراك ومعرفة الفرد لذاكرته الخاصة، بما في ذلك محتويات وعمليات وعمليات ذاكرته. ماذا يتذكر وما مدى ثقته في دقة ذكرياته؟ ونسترشد بالابحاث الحديثة في الذاكرة الفوقية بافتراض أساسي مفاده أن فهم المرء لذاكرته يوجه السلوك وتتضمن الذاكرة الفوقية أيضاً الاستراتيجيات التي يستخدمها لمساعدته على تذكر شيء ما لذلك. (٤٤: ٣٣١-٣٤٦)

تشتمل الذاكرة الفوقية على مكونات رئيسية وهي (المعرفة الواقعية للذاكرة- مراقبة الذاكرة- الكفاءة الذاتية للذاكرة- التأثير المرتبط بالذاكرة) (٣٥: ٢٨٣-٢٩٨)، (٣٦: ٨٥٤-٨٦٢)، (٣٢: ٨)، (٤١: ٥٢)، (٤٠: ٦١)، (٤٣: ٦١)، (٤٥: ١٦٣٦-١٦٤٥)

تمثل ظاهرة التجول العقلي عائقا أمام تعلم الطلبة فهي تؤثر على نواتج التعلم المتوقع حدوثها بطريقة سلبية مباشرة، لما تحدثه من فقدان التركيز وتشتت ذهن الذي بدوره يؤثر على استمرار الطلبة في متابعة التعلم بشكل فعال نظرا لانعكاساته السلبية العديدة على المتغيرات لدى الطلبة مثل مهارة الإندماج النفسي والمعرفي واللعب المعرفي والأداء الأكاديمي للطلاب وذلك على الرغم من إرتباطه الايجابي ببعض المتغيرات مثل مهارة التفكير الإبداعي والتخطيط للمستقبل. (٧: ٢٢١)

والتجول العقلي هو تحول الانتباه من المهمة الحالية إلى افكار مولدة داخليا من قبل الفرد وغير مرتبطة بالمهمة والتي تحدث بشكل تلقائي (٤٢: ٢)(٤٧) ويوجد نوعان للتجول العقلي وهما:

١- التجول العقلي غير المرتبط بالموضوع: وهو انقطاع إجباري في الانتباه الى افكار مرتبطة بالمهمة الحالية ولكنها مرتبطة بموضوعات النشاط الذي يحدث بشكل تلقائي.

٢- التجول العقلي غير المرتبط بالموضوع: هو انقطاع إجبارى فى الإنتباه الى أفكار غير مرتبطة بالمهمة الحالية، كما انها غير مرتبطة بموضوعات النشاط الذى يحدث بشكل تلقائى. (٢٥: ٢) (٢٣: ١٦-١٧)، (٨: ٢٤٤-٢٤٥)

وزيادة المعرفة والخبرة لدى الطلبة يؤدى الى انخفاض مقدار التجول العقلي الغير مرتبط بالموضوع ويزيد من درجة تركيزهم واندماجهم فى الأداء. (٣٣)، (٥)

ولعبة الكرة الطائرة من الرياضات التى لها مبادئها الأساسية ويتوقف تقدم الفريق على إتقان لاعبيه لهذه المبادئ الأساسية للعبة فى جميع مواقف اللعب. (١٠: ١٧)

وتعتبر التشكيلات الهجومية من التكتيكات الاساسية الثابتة فى الكرة الطائرة إلا أن المسافات والتساميم الهجومية تتغير باستمرار بسبب كمية الإعاقة الدفاعية للخصوم ومدى النجاح المتحقق، كما وأن التشكيلات التكتيكية المنشقة من التشكيلات الأساسية هي مرتبطة مع أصولها. فعندما يتغير قانون اللعبة يتغير معه أسلوب اللعب التكتيكي والفني والنفسي والذهني ليتناسب مع المتغيرات، وعندما تختلف نوعية المواصفات الجسمية يختلف معها الاسلوب والرؤية التدريبية التي تنسجم معها. أن التشكيلات الهجومية التي تعتمد بشكل اساسي على مثالية الاستقبال والإعداد وما يصاحبها من تغطية الهجوم هي أسلحة هجومية ودفاعية في ذات الوقت، لان الفريق يكسب من خلالها النقاط ويحافظ على عدم خسارة النقاط في نفس الوقت. (٣١: ١)

ومن خلال الإطلاع على العديد من نتائج الدراسات المرجعية والمرتبطة بمتغيرات البحث الحالى فيما يخص الأساليب التطبيقية المعرفية مثل (٢٩)، (٤)، (٢٤)، (٢٦)، (٢٨)، (٦)، (٣٨) بالإضافة إلى الدراسات التي تناولت تنظيم وتحسين الذاكرة الفوقية، مثل: (٢٧)، (٢٩)، (٣٧)، (٢٤)، (٣٩). بالإضافة إلى الدراسات التي تناولت التجول العقلي، مثل: (٢٥)، (٢٣)، (١٨)، (٣٠)، (٥)، (١٤)

وفي ضوء ما سبق ومن خلال متابعة الباحثة أداء اللاعبات في التدريب وفي المنافسة، لاحظت اهدار اللاعبات العديد من الهجمات بدون تسجيل نقاط وذلك لعدم توافر واحدة او اكثر من معايير منح النقاط المتمثلة في (الأداء الخطى الفعال - تجانس وتناغم اللاعبات عند أداء التكتيك الهجومى- الشكل الجيد- السلوك الرياضي- التطبيق القوي الفعال- الانتباه- التركيز- جمع المعارف والمعلومات السابقة وتطبيقها أثناء المباراه- التوقيت الجيد)

وبمقابلة اللاعبات وسؤالهن عن أسباب ذلك أشارن أنه قد يرجع السبب الى ضغط الموقف أو لعدم معرفتهن بتلك المعايير أو نسيانها نتيجة ضغط المنافسة، أو عدم التمرين

والتجمع بين الفريق بشكل مستمر والتدريب بشكل فردي على المهارات مما يؤدي الى الشعور بالملل والتجول العقلي الغير مرتبط بالاداء وقلة فاعلية تلك المهارات وايضا عدم ربط المهارات بالتشكيلات الهجومية الفعالة أو عدم قدرتهن على استدعاء المعلومات والمعارف المرتبطة بقواعد المباريات والتي تخص شروط الأداء، والمهارات المستخدمة خاصة عند الاشتراك في منافسة قوية، او انشغالهن بامور حياتية بعيدة عن المنافسة والمباراه. وايضاً حددت الباحثة مشكلة أخرى تتمثل بشكل رئيسي تتمثل في صعوبة تعلم وفهم وحفظ التشكيلات الهجومية التكتيكية وبالتالي صعوبة إعادة أدائها، وتحليل أكثر من مباراة لمنتخب الجامعة لسيدات الكرة الطائرة اتضح ان أكثر من ٥٠% من اللاعبات لم يطبقوا معظم التشكيلات الهجومية السابق تعلمها رغم فاعليتها وأهميتها في تحقيق الفوز داخل المباريات الى جانب عدم معرفة النقاط الهامة لاحتساب النقاط الصحيحة اثناء المباراة. مما دعا الباحثة الى محاولة التوصل الى طريقة او وسيلة تساعدن في تنظيم معرفتهن النظرية والتطبيقية، مع القدرة على تنظيم خبراتهن داخل الذاكرة مما يسهل استدعاء المعلومات المناسبة لكل موقف، وان الأساليب المعرفية التطبيقية من أفضل الطرق لأنها تعبر عن الفروق الفردية بين اللاعبات في اساليب الادراك، والانتباه، والتذكر، والفهم، والتفكير. وإجراء البحث الحالي بعنوان الأساليب المعرفية التطبيقية وفعاليتها لتنظيم الذاكرة الفوقية والتجول العقلي وتطوير التشكيلات الهجومية للاعبات الكرة الطائرة.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف علي الأساليب المعرفية التطبيقية وفعاليتها لتنظيم الذاكرة الفوقية والتجول العقلي وتطوير التشكيلات الهجومية للاعبات الكرة الطائرة، من خلال التعرف على تأثير البرنامج المقترح على:

١. المتغيرات العقلية للاعبات منتخب الجامعة.
٢. متغيرات الأداءات مهارية للاعبات منتخب الجامعة.
٣. متغير التشكيلات الهجومية في الكرة الطائرة للاعبات منتخب الجامعة.

فروض البحث:

١. توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات العقلية (الذاكرة الفوقية- التجول العقلي) قيد البحث لصالح القياس البعدي.
٢. توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات (متغيرات الأداءات مهارية) قيد البحث لصالح القياس البعدي.

٣. توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات (متغير التشكيلات الهجومية في الكرة الطائرة) قيد البحث لصالح القياس البعدي.

مصطلحات البحث:

- الأساليب المعرفية التطبيقية:

معرفة الفروق بين لاعبات الفريق في كيفية تطبيق وممارسة العمليات المعرفية المختلفة التي تتعرض لها اللعبة في المواقف السلوكية المتغيرة سواءً في المجال المعرفي، أو المجال الوجداني. (تعريف إجرائي)

- الذاكرة الفوقية:

عبارة عن الوعي الكامل بكل ما له صلة بتخزين واسترجاع المعلومات واستراتيجيات الذاكرة. (٧ : ٤٦)

- التجول العقلي:

تحول تلقائي في الانتباه من المهمة الأساسية إلى أفكار أخرى داخلية وخارجية وهذه الأفكار قد تكون مرتبطة بالمهمة الأساسية أو غير مرتبطة بها. (٤٢) (٨ : ٣٣)

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بأجراء القياسات (القبليّة- البعدية) لمجموعة تجريبية واحدة، ومستخدم أسلوب دراسة الحالة (*Case Study*) عند قياس بطاقة ملاحظة التشكيلات الهجومية في الكرة الطائرة.

مجتمع البحث:

يمثل مجتمع البحث لاعبات منتخب الجامعة بالإضافة إلى منتخب الكلية وقوامهن (٢٢) لاعبة وذلك بنسبة ١٠٠% وتم استبعاد (٤) لاعبات لعدم الانتظام والرغبة في المشاركة بالبحث.

عينة البحث:

بلغ حجم العينة الكلية للبحث (١٢) لاعبة من منتخب الجامعة تمثل المجموعة التجريبية، بالإضافة إلى (٦) لاعبات تمثل العينة الإستطلاعية من منتخب الكلية ويوضح جدول (١) توصيف عينة البحث..

جدول (١) توصيف مجتمع وعينة البحث

م	نوع العينة	العدد	النسبة	البرنامج
١	عينة الدراسة الأساسية	١٢	٥٤,٥٤%	البرنامج المقترح
٤	العينة الإسطلاعية	٦	٢٧,٢٧%	الدراسة الإسطلاعية
٥	المستبعدون	٤	١٨,١٨%	—
	العينة الكلية للبحث	٢٢	١٠٠%	—

شروط اختيار العينة:

- ان تكون الالعاب مسجلة بمنتخب الكرة الطائرة للجامعة والكلية لعام ٢٠٢٢ / ٢٠٢٣ م اشترك الطالبات فى المنافسات.
 - الاشتراك بناء علي رغبتهن، حيث لا يقل عن (٩٠%) من إجمالي الوحدات.
 - سهولة التواصل مع العينة حيث أن البرنامج يطبق قبل فترة الاشتراك فى المنافسات.
- التحقق من اعتدالية توزيع العينة الكلية للبحث (التجانس):
- للتأكد من تجانس العينة الكلية للبحث (١٨) لاعبة (المجموعة التجريبية والإسطلاعية)؛ قامت الباحثة بعمل بعض القياسات، للتأكد من اعتدالية توزيع البيانات بين أفراد العينة في المتغيرات قيد البحث كما يلي:

جدول (٢)

المتوسطات الحسابية والوسيط والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء للعينة الكلية للبحث فى (المتغيرات الأساسية والمتغيرات البدنية) (ن=١٨)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط Mean	الوسيط Median	الانحراف Std. Dev	الالتواء Skewness
(الأساسية)	السن	سنة	٢٠,٧٥	٢٠,٠٠	٢,١٥	١,٠٥
	الطول	سم	١٦٢,٥٨	١٦٢,٠٠	٣,٨٦	٠,٤٥
	الوزن	كجم	٦٠,٠٨	٦٠,٠٠	٣,٤٣	٠,٠٧
	العمر التدريبي	سنة	٦,٥٠	٦,٠٠	١,٠٧	١,٤٠
	الذكاء العالي	درجة	٣٧,٠٨	٣٥,٠٠	٥,٠١	١,٢٥
السرعة	عدو ١٨ متر	ث	٣,١٥	٣,٠٠	٠,٦٠	٠,٧٥
الرشاقة	الجرى المكوكى لمختلف الابعاد	ث	١٠,٢٨	١٠,٠٠	٠,٨٨	٠,٩٥
المرونة	ثنى الجذع من الوقوف	سم	٣,٦٧	٣,٠٠	٢,٩٢	٠,٦٩
قدرة الرجلين	الوثب من الجري للهجوم	سم	٤٠,١٥	٤٠,٠٠	٤,١٠	٠,١١
قدرة الذراعين	دفع كرة طبية زنة ٣ كجم باليدين	متر	٢,٩٥	٢,٨٣	٠,٦٢	٠,٥٨
التوافق	رمى الكرات على الحائط	عدد	١٥,٢٠	١٥,٠٠	٢,٢٠	٠,٢٧
الدقة	التصويب على المستطيلات المتداخلة	درجة	١٠,٠٨	١٠,٠٠	١,٨٠	٠,١٣

يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء انحصرت بين (-٣) و (+٣) مما يدل على أن قياسات العينة الكلية للبحث في المتغيرات قيد البحث قد وقعت تحت المنحنى الاعتدالي وهذا يدل على تجانس أفراد عينة البحث الكلية في هذه المتغيرات.

جدول (٣)

المتوسطات الحسابية والوسيط والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء للعينة الكلية للبحث في (العقلية) (ن=١٨)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط Mean	الوسيط Median	الانحراف Std. Dev	الالتواء Skewness
مقياس الذاكرة الفوقية	مقياس الذاكرة الفوقية (الدرجة الكلية)	درجة	٥٦,٢٥	٥٦,٠٠	٣,٨٠	٠,٢٠
مقياس التجول	التجول العقلي المرتبط بالموضوع أثناء النشاط الرياضي	درجة	٣٧,٢٥	٣٧,٠٠	٣,٠٠	٠,٢٥
العقليين	التجول العقلي غير مرتبط بالموضوع أثناء النشاط الرياضي	درجة	٣٨,٥٠	٣٨,٠٠	٢,٠٢	٠,٧٤
للرياضيين	مقياس التجول العقلي للرياضيين (الدرجة الكلية)	درجة	٧٥,٧٥	٧٥,٠٠	٣,٥٠	٠,٦٤

يتضح من جدول (٣) أن قيم معاملات الالتواء انحصرت بين (-٣) و (+٣) مما يدل على أن قياسات العينة الكلية للبحث في المتغيرات قيد البحث قد وقعت تحت المنحنى الاعتدالي وهذا يدل على تجانس أفراد عينة البحث الكلية في هذه المتغيرات.

جدول (٤)

المتوسطات الحسابية والوسيط والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء للعينة الكلية للبحث في (متغيرات الأداءات المهارية) (ن=١٨)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط Mean	الوسيط Median	الانحراف Std. Dev	الالتواء Skewness
الإرسال من أعلى المواجه	دقة أداء الإرسال من أعلى المواجه في الكرة الطائرة	درجة	٣٥,٢٥	٣٥,٥٠	٢,٤٥	٠,٣١-
الإستقبال	دقة أداء الاستقبال من المنطقة الوسطى للإرسال من المنطقة (اليمنى، الوسطى، اليسرى)	درجة	١٣,٥٨	١٣,٥٠	٢,٠٢	٠,١٢
الإعداد	دقة الأعداد من أعلى للإمام والاستقبال من المنطقة الوسطى	درجة	٨,٢٥	٨,٠٠	٢,٨٠	٠,٢٧
الضرب الساحق	دقة مهارة الضرب الساحق من مركز (٤) في مركز (٥)	درجة	١٣,٢٥	١٣,٠٠	٣,٠٠	٠,٢٥

يتضح من جدول (٤) أن قيم معاملات الالتواء انحصرت بين (-٣) و (+٣) مما يدل على أن قياسات العينة الكلية للبحث في المتغيرات قيد البحث قد وقعت تحت المنحنى الاعتمادي وهذا يدل على تجانس أفراد عينة البحث الكلية في هذه المتغيرات.

جدول (٥)

المتوسطات الحسابية والوسيط والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء للعينة الكلية للبحث في (متغير التشكيلات الهجومية في الكرة الطائرة) (ن=٣)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط Mean	الوسيط Median	الانحراف Std. Dev	الالتواء Skewness
الدوران الأول تشكيلات	تشكيلات الهجوم من مركز (٢)	درجة	٢٢,٠٠	٢٢,٠٠	٠,٨٢	٠,٠٠
الهجوم من مركز (٢، ٤)	تشكيلات الهجوم من مركز (٤)	درجة	٢١,٠٠	٢١,٠٠	٠,٨٢	٠,٠٠
الدوران الثاني تشكيلات	تشكيلات الهجوم من مركز (٣)	درجة	٢٠,٣٣	٢٠,٠٠	٠,٤٧	٢,١١
الهجوم من مركز (٣، ٦)	تشكيلات الهجوم من مركز (٦)	درجة	١٩,٠٠	١٩,٠٠	٠,٨٢	٠,٠٠
الدوران الثالث تشكيلات	تشكيلات الهجوم من مركز (٢)	درجة	١٨,٦٧	١٩,٠٠	٠,٤٧	٢,١١-
الهجوم من مركز (٢، ٤)	تشكيلات الهجوم من مركز (٤)	درجة	٢٠,٣٣	٢٠,٠٠	٠,٤٧	٢,١١
الدوران الرابع تشكيلات	تشكيلات الهجوم من مركز (١)	درجة	١٨,٦٧	١٩,٠٠	٠,٤٧	٢,١١-
الهجوم من مركز (١، ٤)	تشكيلات الهجوم من مركز (٤)	درجة	٢٠,٦٧	٢١,٠٠	٠,٤٧	٢,١١-
الدوران الخامس تشكيلات الهجوم من مركز (١، ٣)	تشكيلات الهجوم من مركز (١)	درجة	١٩,٣٣	١٩,٠٠	٠,٤٧	٢,١١
	تشكيلات الهجوم من مركز (٣)	درجة	٢٠,٣٣	٢٠,٠٠	٠,٤٧	٢,١١
الدوران السادس تشكيلات الهجوم من مركز (١، ٦)	تشكيلات الهجوم من مركز (١)	درجة	٢٠,٦٧	٢١,٠٠	٠,٤٧	٢,١١-
	تشكيلات الهجوم من مركز (٦)	درجة	٢٠,٣٣	٢٠,٠٠	٠,٤٧	٢,١١

يتضح من جدول (٥) أن قيم معاملات الالتواء انحصرت بين (-٣) و (+٣) مما يدل على أن قياسات العينة الكلية للبحث في المتغيرات قيد البحث قد وقعت تحت المنحنى الاعتمادي وهذا يدل على تجانس أفراد عينة البحث الكلية في هذه المتغيرات.

أدوات ووسائل جمع البيانات:

١- المقابلة الشخصية

تم عرض استمارات الاستبيان والمقاييس والاختبارات (البدنية والمهارية) والاداء الفني والتشكيلات الهجومية واستمارة تقييم التشكيلات (قيد البحث) والبرنامج المقترح على

السادة الخبراء عن طريق المقابلة الشخصية او ارسالها لابداء الراى عن طريق جوجل درايف للسادة الخبراء (خبراء الكرة الطائرة وطرق التدريس وعلم النفس). مرفق (١)

٢- استمارات تسجيل وتفريغ البيانات :

قامت الباحثة بتصميم استمارات لتسجيل البيانات ومعرفة آراء الخبراء حول المكونات البدنية واختبارتها والتشكيلات الهجومية المناسبة للدورات السنه فى الكرة الطائرة:

- إستمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد أهم المكونات البدنية والإختبارات البدنية التى تقيس هذه القدرات، بالإضافة إلى تحديد الإختبارات المهارية المناسبة للتشكيلات الهجومية (قيد البحث) فى الكرة الطائرة. مرفق (٣)

- إستمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد التشكيلات الهجومية الاكثر تأثيرا لكل دوران من الدورانات الست (قيد البحث) فى الكرة الطائرة. مرفق (٤)

٣- الأجهزة والأدوات المستخدمة فى البحث:

جهاز الرستاميتير لقياس الطول- ميزان طبى معاير لقياس الوزن- ملعب كرة طائرة- كرات طائرة- شريط قياس- شريط لاصق- ساعة إيقاف- طباشير- كرات تنس- حبل- مقعد- كرة طبية- صناديق- صفارة- CD مسجل عليه التشكيلات الهجومية (قيد البحث) والقانون الخاص باللعبة كدليل للاعبة.

٤- الاختبارات البدنية: مرفق (٩)

قامت الباحثة بعمل مسح مرجعي لتحديد أهم الخاصة بالكرة الطائرة، والمرتبطة بالتشكيلات الهجومية (قيد البحث)، ولتحديد أهم الاختبارات البدنية التي تقيس تلك الصفات تم عرضها على خبراء الكرة الطائرة- مرفق (١)- ويوضح جدول (٦) الاختبارات التي انتهت إليها الباحثة لقياس المكونات البدنية قيد البحث:

جدول (٦)

عناصر اللياقة البدنية والاختبارات التي تقيسها قيد البحث

الاختبارات	عناصر اللياقة البدنية
عدو ٨ متر	السرعة
الجرى المكوكي لمختلف الابعاد.	الرشاقة
ثنى الجذع للأمام من الوقوف.	المرونة
الوثب من الجرى للهجوم	القدرة العضلية للرجلين
دفع كرة طبية لأبعد مسافة باليدين.	القدرة العضلية للذراعين
رمى الكرات على الحائط	التوافق
التصويب باليد على المستطيلات المتداخلة.	الدقة

٥- الاختبارات المهارية: مرفق (١٠)

قامت الباحثة بالاطلاع على المراجع العلمية والدراسات المرجعية ومنها (١٠)، (١٩)، (١٢)، (١٣)، (١)، (١٥)، (١٧)، (١٦) وتم تحديد الاختبارات الخاصة بالمهارات المرتبطة بالتشكيلات الهجومية (قيد البحث)، وتم عرضها على مجموعة من خبراء الكرة الطائرة مرفق (١)، ويوضح جدول (٧) الاختبارات التي انتهت إليها الباحثة لقياس المهارات (قيد البحث):

جدول (٧)

الاختبارات التي انتهت إليها الباحثة لقياس المهارات (قيد البحث)

م	المهارة	الاختبار
١	الارسال من اعلى	دقة أداء الإرسال من اعلى المواجه في الكرة الطائرة
٢	الإستقبال	دقة أداء الاستقبال من المنطقة الوسطى للإرسال من المنطقة (اليمنى، الوسطى، اليسرى)
٣	الإعداد	دقة الاعداد من أعلى للامام والاستقبال من المنطقة الوسطى
٤	الضرب الساحق	دقة مهارة الضرب الساحق من مركز (٤) في مركز (٥)

٦- بطاقة ملاحظة التشكيلات الهجومية في الكرة الطائرة (إعداد الباحثة): مرفق (٧)

قامت الباحثة بعمل مسح مرجعي لتحديد أهم الدراسات والمراجع التي تناولت التشكيلات الهجومية للدورات الست ومنها: (٣١)، (١٢)، (١٣) وتم عرضها على خبراء الكرة الطائرة مرفق (١) حيث تم اختيار التشكيلات الأكثر تأثيراً في كل دوران من الدورانات الست، ثم قامت الباحثة بتصميم بطاقة ملاحظة التشكيلات الهجومية في الكرة الطائرة (قيد البحث)، والدرجة الكلية لكل استمارة من (٣٠ درجة) ثم تم عرضها على السادة الخبراء المتخصصين حيث اجازو صلاحيتها. لذا اتبعت الباحثة الخطوات التالية لبناء وتصميم بطاقة ملاحظة لتقويم التشكيلات الهجومية قيد البحث على النحو التالي: (تحديد الهدف من بطاقة ملاحظة الأداء المهاري، تحديد الأداء التي تتضمنها بطاقة ملاحظة التشكيلات الهجومية، وضع نظام تقدير درجات بطاقة ملاحظة التشكيلات الهجومية، تعليمات بطاقة ملاحظة التشكيلات الهجومية، العرض على الخبراء، الصورة النهائية لبطاقة ملاحظة)

وقد تحددت الخصائص النهائية لهذه البطاقة فيما يلي:

- البطاقة تدرج تحت نوع الملاحظة الموضوعية.
- تتضمن البطاقة مجموعة من التعليمات موجهة للقائم على عملية الملاحظة.
- تشمل البطاقة على التشكيلات الهجومية للدورات الست قيد البحث في الكرة الطائرة.
- تحتوى كل استمارة تشكيل هجومى على خمس تقديرات (كبير جداً) (٥) درجات - كبير (٤) درجات - متوسط (٣) درجة - صغير (٢) - صغير جداً (١) وكل تقدير يحتوى على النقاط الخاصة التي على اساسها يضع المحكم درجته، وأمام كل مرحلة الدرجة المخصصة.

٧- إختبار الذكاء العالى : اعداد "السيد محمد" (١٩٨٩م) مرفق (٨)

يشتمل هذا الإختبار على عدد (٤٢) سؤالاً التى تبين قدرة المختبرة على التفكير، من خلال قياس القدرات العقلية المتعددة مثل (القدرة اللغوية - القدرة الحسابية - القدرة على التصور) وهو صالح لكلا الجنسين، والمرحلة السنوية المناسبة لتطبيقه فوق ١٧ سنة، وزمن هذا الإختبار (٣٠) دقيقة.

٨- مقياس الذاكرة الفوقية مرفق(٥)

وقد تم إعداد هذا المقياس بواسطة تشوى محمود أحمد نافع، صفاء صالح حسين، ياسمين علاء حامد" (٢٠٢٣م)، وقد تم تعديل العبارات بواسطة الباحثة ليناسب مجال البحث ويتضح ذلك فى مرفق (٥)، يشتمل هذا المقياس على عدد (٣٣) عبارة موزعة على (٨) ابعاد من الاسئلة التى تختبر مدى معرفة واستخدام وتنظيم المعلومات حول المهارات التى يمكن أن تحسن الذاكرة، وتصور قدراتها فى المهام المختلفة، ومعرفة التأثير العاطفي على أدائها، والسيطرة الشخصية المتصورة على قدرات الذاكرة وهذا المقياس صالح لكلا الجنسين وطريقة تصحيح المقياس والدرجة المستحقة هي (موافق = ٣، موافق الى حد ما = ٢، غير موافق = ١).

٩- مقياس التجول العقلي إعداد "محمد إبراهيم رخا" (٢٠٢٢م) مرفق(٦)

يتكون هذا المقياس من محورين هما (التجول العقلي المرتبط بالموضوع أثناء النشاط الرياضى، التجول العقلي الغير مرتبط بالموضوع أثناء النشاط الرياضى) يشمل كل محور على عدد (١٩) عبارة الدرجة الكلية للمقياس هي ١١٤ درجة موزعة كالتالى (دائماً = ٣، احيانا = ٢، أبداً = ١) وذلك بالنسبة لمحور التجول العقلي المرتبط بالموضوع أثناء النشاط الرياضى و (دائماً = ١، احيانا = ٢، أبداً = ٣) بالنسبة لمحور التجول العقلي الغير مرتبط بالموضوع أثناء النشاط الرياضى ويكشف المقياس درجة التثنت وعدم التركيز ومدى ارتباط التجول العقلى للاعبة بالاداء والنشاط الرياضى وماهى الافكار التى من الممكن ان تسيطر على اللاعبة اثناء الاداء وهذا المقياس صالح للجنسين.

المساعدون بالبحث: مرفق (٢)

قامت الباحثة بالتدريس لمجموعة البحث، وإجراء القياسات بمساعدة السادة الزملاء أعضاء هيئة التدريس ومعاونهم بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق وعددهم (٤)، وبخاصة فى إعداد وتطبيق بطاقة ملاحظة التشكيلات الهجومية فى الكرة الطائرة (قيد البحث).

الدراسة الإستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء دراسة إستطلاعية حتى أمكن تحديد الخطوات الضرورية والتي على ضوءها تم العمل في الدراسة الأساسية، تم إجرائها في كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الزقازيق على (٦) طالبات يمثلون العينة الاستطلاعية كما يلي:

أ- تاريخ إجرائها: بداية من يوم الاحد (٢٠٢٣/٢/١٢) الى الاحد (٢٠٢٣/٢/١٩)

ب- هدف الدراسة:

- للتحقق من معاملي الصدق والثبات لأدوات القياس، وللتأكد من صلاحية الأجهزة المستخدمة، وسير الوحدة التعليمية في البرنامج المقترح.
- التأكد من سلامة الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث.
- تحديد وتدريب المساعدين والتعرف إلى المشاكل المحتملة أثناء التنفيذ.

ج- الإجراءات المتبعة لتحقيق الهدف:

- قامت الباحثة بتهيئة المكان واتباع الإجراءات اللازمة لإتمام البحث الأساسي.

د- أهم نتائج الدراسة:

تم التحقق من صدق وثبات أدوات القياس، وتم التأكد من صلاحية الأجهزة المستخدمة، وسير الوحدة التعليمية في البرنامج المقترح
التحقق من الخصائص السيكومترية للأدوات قيد البحث:

قامت الباحثة بتطبيق أدوات القياس قيد البحث على العينة الإستطلاعية على النحو

التالي:

أولاً: التحقق من المعاملات العلمية للاختبارات البدنية والمهارية:

(١) معامل صدق الاختبارات البدنية والمهارية:

قامت الباحثة بحساب صدق الاختبارات باستخدام طريقة صدق التمايز (*Discriminat Validation*) بين مجموعتين إحداهما مميزة (عينة البحث الإستطلاعية)، والأخرى مجموعة (غير مميزة) وهي من طالبات الفرقة الثالثة، ويوضح جدول (٨) دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في الاختبارات قيد البحث.

جدول (٨)

نتائج اختبار مان وتني (Mann-Whitne Test) وقيمة (Z, U) لإيجاد دلالة الفرق بين متوسطات رتب (المجموعة الاستطلاعية / المميزة) و(المجموعة غير المميزة) في المتغيرات (المتغيرات البدنية و متغيرات الأداءات المهارية) (ن=١ ن=٢=٦)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة المميزة (الاستطلاعية)		المجموعة غير المميزة		اختبار مان وتني	
			متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (Z)
السرعة	عدو ١٨ متر	ث	٤,١٧	٢٥,٠٠	٨,٨٣	٥٣,٠٠	٤,٠٠	٢,٢٧
الرشاقة	الجرى المكوكي لمختلف الأبعاد	ث	٣,٥٠	٢١,٠٠	٩,٥٠	٥٧,٠٠	٠,٠٠	٢,٨٨
المرونة	ثني الجذع من الوقوف	سم	٨,٦٧	٥٢,٠٠	٤,٣٣	٢٦,٠٠	٥,٠٠	٢,٢٠
قدرة الرجلين	الوثب من الجري للهجوم	سم	٩,١٧	٥٥,٠٠	٣,٨٣	٢٣,٠٠	٢,٠٠	٢,٧١
قدرة الذراعين	دفع كرة طبية زنة ٣ كجم باليدين	متر	٩,٥٠	٥٧,٠٠	٣,٥٠	٢١,٠٠	٠,٠٠	٣,٠٠
التوافق	رمي الكرات على الحائط	عدد	٩,٢٥	٥٥,٥٠	٣,٧٥	٢٢,٥٠	١,٥٠	٢,٧٤
الدقة	التصويب على المستطيلات المتداخلة	درجة	٨,٦٧	٥٢,٠٠	٤,٣٣	٢٦,٠٠	٥,٠٠	٢,٠٨
الإرسال من أعلى المواجه	دقة أداء الإرسال من أعلى المواجه في الكرة الطائرة	درجة	٩,٠٠	٥٤,٠٠	٤,٠٠	٢٤,٠٠	٣,٠٠	٢,٤١
الإستقبال	دقة أداء الاستقبال من المنطقة الوسطى للإرسال من المنطقة (اليمنى، الوسطى، اليسرى)	درجة	٨,٦٧	٥٢,٠٠	٤,٣٣	٢٦,٠٠	٥,٠٠	٢,٢٠
الإعداد	دقة الأعداد من أعلى للإمام والاستقبال من المنطقة الوسطى	درجة	٩,١٧	٥٥,٠٠	٣,٨٣	٢٣,٠٠	٢,٠٠	٢,٧١
الضرب الساحق	دقة مهارة الضرب الساحق من مركز (٤) في مركز (٥)	درجة	٩,٢٥	٥٥,٥٠	٣,٧٥	٢٢,٥٠	١,٥٠	٢,٧٤

لاختبار الدلالة الإحصائية في اختبار مان وتني (Mann-Whitne Test) يتم مقارنة قيمة (Z) المحسوبة - الناتجة من التعويض بقيمة (U) المحسوبة - وذلك بقيمة (Z) المتعارف عليها في المنحنى الاعتنالي عند مستوى (٠,٠٥) وهي (١,٩٦)؛ ويتضح من جدول (٨) أن قيم (Z) المحسوبة أكبر من قيمة (Z) المتعارف عليها (١,٩٦)؛ وهذا يعنى أن قيم اختبار مان وتني دالة إحصائياً، مما يعنى قدرة هذه الاختبارات على التمييز بين المستويات، أي أنها تعد اختبارات صادقة لقياس الصفات التي وضعت من أجلها.

(٢) معامل ثبات الاختبارات البدنية والمهارية.

قامت الباحثة بحساب ثبات الاختبارات باستخدام طريقة تطبيق الاختبارات ثم إعادة تطبيقها مرة أخرى على عينة الدراسة الاستطلاعية، بفاصل زمني (٧) أيام بين نتائج التطبيق الأول والتطبيق الثاني، ويوضح جدول (٩) معامل الإستقرار بين التطبيق الأول والثاني للعينة الإستطلاعية في الاختبارات قيد البحث.

جدول (٩)

معامل الاستقرار بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للعينة الاستطلاعية في المتغيرات (المتغيرات البدنية ومتغيرات الأدعاءات المهارية) (ن=٦)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني	
			المتوسط (س)	الانحراف (ع±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع±)
السرعة	عدو ١٨ متر	ث	٣,٥٠	٠,٦٨	٣,٧٢	٠,٧٢
الرشاقة	الجرى المكوي لمختلف الابعاد	ث	١٠,٧٩	١,٤٩	١٠,٨٥	٢,٨٥
المرونة	ثني الجذع من الوقوف	سم	٣,٥٠	٢,٨٤	٣,٣٩	٢,٨٩
قدرة الرجلين	الوثب من الجري للهجوم	سم	٣٩,١٥	٣,٩٥	٤٠,١٠	٤,٠١
قدرة الذراعين	دفع كرة طيبة زنة ٣ كجم باليدين	متر	٢,٨٧	٠,٦١	٢,٩٢	٠,٦٥
التوافق	رمي الكرات على الحائط	عدد	١٥,٩٠	٢,٣٥	١٦,١٠	٣,٣٠
الدقة	التصويب على المستطيلات المتداخلة	درجة	١٠,١٧	١,٨٦	١٠,٩٧	٢,٨٩
الإرسال من أعلى المواجه	دقة أداء الإرسال من أعلى المواجه في الكرة الطائرة	درجة	٣٦,٧٥	٢,٠٢	٣٧,٥٢	٢,٢٩
الإستقبال	دقة أداء الاستقبال من المنطقة الوسطى للإرسال من المنطقة (اليمنى، الوسطى، اليسرى)	درجة	١٣,٨٣	٣,٣٦	١٣,٩٦	٣,٣٧
الإعداد	دقة الاعداد من اعلى للامام والاستقبال من المنطقة الوسطى	درجة	٨,٤٢	٢,٣٥	٨,٨٠	٢,٧٥
الضرب الساحق	دقة مهارة الضرب الساحق من مركز (٤) في مركز (٥)	درجة	١٢,٥٨	٣,٠٤	١٢,٦٠	٣,٠٠

(ر) الجدولية عند درجة حرية (٦) ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٨٦٦

يتضح من جدول (٩) وجود إرتباط دال إحصائياً بين كل من درجات عينة الدراسة الإستطلاعية في التطبيق الأول والتطبيق الثاني للاختبارات البدنية، حيث إن قيم (ر) المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) وهذا يدل علي ثبات درجات الإختبارات عند إعادة تطبيقها تحت نفس الظروف.

ثانياً: التحقق من المعاملات العلمية لبطاقة ملاحظة التشكيلات الهجومية في الكرة الطائرة:
(١) الصدق الظاهري (صدق المحتوى / المضمون):

تم عرض جميع التشكيلات على السادة الخبراء المتخصصين في الكرة الطائرة مرفقاً (١) للاستقرار على أهم التشكيلات التي ستضمها البطاقة

جدول (١٠)

معامل لوش لصدق المحتوى لتحديد التشكيلات الهجومية في الكرة الطائرة (قيد البحث)
(ن=١١)

الدورات	التشكيلات	عدد الخبراء الموافقين	النسبة	معامل لوش لصدق المحتوى
الدوران الأول	تشكيلات الهجوم من مركز (٢)	١٠	٩٠,٩١	٠,٨١٨
	تشكيلات الهجوم من مركز (٣)	٨	٧٢,٧٣	٠,٤٥٥
	تشكيلات الهجوم من مركز (٤)	١٠	٩٠,٩١	٠,٨١٨
	تشكيلات الهجوم من مركز (٦)	٧	٦٣,٦٤	٠,٢٧٣
الدوران الثاني	تشكيلات الهجوم من مركز (٢)	٨	٧٢,٧٣	٠,٤٥٥
	تشكيلات الهجوم من مركز (٣)	١٠	٩٠,٩١	٠,٨١٨
	تشكيلات الهجوم من مركز (٤)	٨	٧٢,٧٣	٠,٤٥٥
	تشكيلات الهجوم من مركز (٦)	١٠	٩٠,٩١	٠,٨١٨
الدوران الثالث	تشكيلات الهجوم من مركز (٢)	١٠	٩٠,٩١	٠,٨١٨
	تشكيلات الهجوم من مركز (٣)	٨	٧٢,٧٣	٠,٤٥٥
	تشكيلات الهجوم من مركز (٤)	١٠	٩٠,٩١	٠,٨١٨
	تشكيلات الهجوم من مركز (٦)	٨	٧٢,٧٣	٠,٤٥٥
الدوران الرابع	تشكيلات الهجوم من مركز (١)	١٠	٩٠,٩١	٠,٨١٨
	تشكيلات الهجوم من مركز (٣)	٧	٦٣,٦٤	٠,٢٧٣
	تشكيلات الهجوم من مركز (٤)	١٠	٩٠,٩١	٠,٨١٨
	تشكيلات الهجوم من مركز (٦)	٨	٧٢,٧٣	٠,٤٥٥
الدوران الخامس	تشكيلات الهجوم من مركز (١)	١٠	٩٠,٩١	٠,٨١٨
	تشكيلات الهجوم من مركز (٣)	١١	١٠٠,٠٠	١,٠٠٠
	تشكيلات الهجوم من مركز (٤)	٨	٧٢,٧٣	٠,٤٥٥
	تشكيلات الهجوم من مركز (٦)	٨	٧٢,٧٣	٠,٤٥٥
الدوران السادس	تشكيلات الهجوم من مركز (١)	١٠	٩٠,٩١	٠,٨١٨
	تشكيلات الهجوم من مركز (٣)	٨	٧٢,٧٣	٠,٤٥٥
	تشكيلات الهجوم من مركز (٤)	٧	٦٣,٦٤	٠,٢٧٣
	تشكيلات الهجوم من مركز (٦)	١٠	٩٠,٩١	٠,٨١٨

(الحد الأدنى لمعامل لوش المقبول إحصائياً عند ن = ١١ خبير = ٠,٦٦٧)

(٢) معامل صدق بطاقة ملاحظة التشكيلات الهجومية في الكرة الطائرة:

استخدمت الباحثة طريقة صدق الخبراء (الصدق الظاهري)، كما في جدول (١١).

جدول (١١)
معامل لوش لصدق المحتوى لمحاول التقييم التشكيلات الهجومية فى الكرة الطائرة (قيد
البحث) (ن=١١)

ملاحظات	معامل لوش لصدق المحتوى	النسبة	عدد الخبراء الموافقون	محاو التقييم
مقبول	١,٠٠٠	١٠٠,٠٠	١١	الإلتزام بالمركز
مقبول	٠,٨١٨	٩٠,٩١	١٠	التحركات الهجومية
مقبول	٠,٨١٨	٩٠,٩١	١٠	التغطية على المهاجم
مقبول	٠,٨١٨	٩٠,٩١	١٠	الرجوع للمركز
تعديل	٠,٦٣٦	٨١,٨٢	٩	مساندة اللاعبين لزملائهم (التمويه والخداع)
مقبول	٠,٨١٨	٩٠,٩١	١٠	التفاهم بين اللاعبين

(الحد الأدنى لمعامل لوش المقبول إحصائياً عند ن = ١١ خبير = ٠,٦٦٧)

(٣) معامل ثبات بطاقة ملاحظة التشكيلات الهجومية فى الكرة الطائرة:

لذا تم حساب ثبات البطاقة باستخدام (ثبات تقديرات المحكمين) حيث تتطلب هذه الطريقة أكثر من شخص يقيم أداء اللاعب فى الوقت نفسه، ثم استخدام معادلة "كوبر" (Cooper) فإذا كانت نسبة الاتفاق (٨٥%) فأكثر فهذا يدل على ارتفاع ثبات البطاقة، ويوضح جدول (١٢) معامل الاتفاق بين الملاحظين على أداء اللاعبات.

جدول (١٢)

معامل الاتفاق بين الملاحظين فى تقييم أداء اللاعبات

معامل الاتفاق على الأداء	عدد المهارات الفرعية	الاختبارات	المتغيرات
٨٣,٣٣	٦	تشكيلات الهجوم من مركز (٢)	الدوران الأول تشكيلات الهجوم من مركز (٢، ٤)
١٠٠,٠٠	٦	تشكيلات الهجوم من مركز (٤)	الدوران الثانى تشكيلات الهجوم من مركز (٣، ٦)
٨٣,٣٣	٦	تشكيلات الهجوم من مركز (٦)	الدوران الثالث تشكيلات الهجوم من مركز (٢، ٤)
٨٣,٣٣	٦	تشكيلات الهجوم من مركز (٢)	الدوران الرابع تشكيلات الهجوم من مركز (٤، ١)
١٠٠,٠٠	٦	تشكيلات الهجوم من مركز (٤)	الدوران الخامس تشكيلات الهجوم من مركز (٣، ١)
١٠٠,٠٠	٦	تشكيلات الهجوم من مركز (١)	الدوران السادس تشكيلات الهجوم من مركز (١، ٦)
١٠٠,٠٠	٦	تشكيلات الهجوم من مركز (٤)	
٨٣,٣٣	٦	تشكيلات الهجوم من مركز (١)	
١٠٠,٠٠	٦	تشكيلات الهجوم من مركز (٣)	
٨٣,٣٣	٦	تشكيلات الهجوم من مركز (١)	
١٠٠,٠٠	٦	تشكيلات الهجوم من مركز (٦)	

يتضح من جدول (١٢) أن متوسط اتفاق الملاحظين على الأداء أعلى من نسبة (٧٠%) والتي يحددها "كوبر" مما يدل على ارتفاع ثبات بطاقة التقييم المستخدمة فى البحث الحالى.

ثالثاً: التحقق من المعاملات العلمية لمقياس الذاكرة الفوقية:

بعد العرض على الخبراء تم التوصل إلي الصورة التجريبية للمقياس، وبذلك أصبح المقياس صادقاً وصالحاً للتطبيق علي المجموعة الاستطلاعية، لحساب معامل الصدق، ومعامل الثبات.

(١) معامل صدق مقياس الذاكرة الفوقية:

استخدمت الباحثة طريقة الاتساق الداخلي، عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين العبارة والدرجة الكلية للمقياس، كما في جدول (١٣).

جدول (١٣)

معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس الذاكرة الفوقية (ن=٦)

العبارة	معامل الارتباط مع المقياس	العبارة	معامل الارتباط مع المقياس
١	٠,٩٣٤	١٨	٠,٩٠٤
٢	٠,٩٦٣	١٩	٠,٩١٦
٣	٠,٩١١	٢٠	٠,٨٩١
٤	٠,٨٩١	٢١	٠,٨٩١
٥	٠,٨٩٠	٢٢	٠,٩١٦
٦	٠,٩١١	٢٣	٠,٨٨٠
٧	٠,٩١١	٢٤	٠,٩٤٧
٨	٠,٩٢٥	٢٥	٠,٩٤٧
٩	٠,٩٣٦	٢٦	٠,٨٩٠
١٠	٠,٩٥١	٢٧	٠,٩٤١
١١	٠,٩٥٥	٢٨	٠,٨٩٢
١٢	٠,٨٩٥	٢٩	٠,٨٩٣
١٣	٠,٩٥٨	٣٠	٠,٨٩١
١٤	٠,٩٥١	٣١	٠,٨٧٠
١٥	٠,٩١١	٣٢	٠,٩٣٨
١٦	٠,٩٥٤	٣٣	٠,٩٦٤
١٧	٠,٨٩٦		

(ر) الجدولية عند درجة حرية (٦) ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٨٦٦

يوضح جدول (١٣) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين درجة كل عبارة ودرجة المحور ثم الدرجة الكلية، وهذا يدعم الاتساق الداخلي كمؤشر لصدق التكوين، مما يدل على صدق مقياس الذاكرة الفوقية.

(٢) معامل ثبات مقياس الذاكرة الفوقية:

اتبعت الباحثة طريقة التجزئة النصفية (سييرمان براون)، ومعادلة جتمان؛ بالإضافة إلى معامل ثبات "ألفا كرونباخ" التي تستخدم لتقدير معامل الثبات الكلي للمقياس، وتم تطبيق

المقياس علي عينة البحث الاستطلاعية، لحساب معامل ثبات المقياس؛ كما في يوضح جدول (١٤).

جدول (١٤)

ثبات مقياس الذاكرة الفوقية بطريقة التجزئة النصفية و ألفا كرونباخ

ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية		الأبعاد
	جتمان	سبيرمان براون	
٠,٩٠١	٠,٨٥٥	٠,٨٦١	مقياس الذاكرة الفوقية (الدرجة الكلية)

يتضح من جدول (١٤) أن المقياس قيد البحث ذو معامل ثبات عال.

بعد حساب المعاملات العلمية للمقياس والتحقق من الصدق والثبات توصلت الباحثة

للصورة النهائية للمقياس وأصبح جاهزا للتطبيق. مرفق (٥)

رابعا: التحقق من المعاملات العلمية لمقياس التجول العقلي للرياضيين:

(١) معامل صدق مقياس التجول العقلي للرياضيين:

استخدمت الباحثة طريقة الاتساق الداخلي، كما في جدول (١٥)، (١٦).

جدول (١٥)

معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس التجول العقلي للرياضيين (ن=٦)

الدرجة الكلية	البعد الثاني	البعد الأول	الأبعاد
٠,٩١١	٠,٩٠٤		التجول العقلي المرتبط بالموضوع أثناء النشاط الرياضي
٠,٩٦٣			التجول العقلي غير مرتبط بالموضوع أثناء النشاط الرياضي
			مقياس التجول العقلي للرياضيين (الدرجة الكلية)

(ر) الجدولية عند درجة حرية (٦) ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٨٦٦

يوضح جدول (١٥) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥)

بين درجة كل بعد وبين الدرجة الكلية مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي مقياس التجول العقلي للرياضيين.

جدول (١٦)

معاملات الارتباط بين كل عبارة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه وبين كل عبارة والدرجة الكلية مقياس التجول العقلي للرياضيين (ن=٦)

معامل ارتباط البعد الثاني			معامل ارتباط البعد الأول		
مع الدرجة الكلية	مع البعد	م	مع الدرجة الكلية	مع البعد	م
٠,٨٩٦	٠,٨٨٨	١	٠,٨٩٨	٠,٨٧١	١
٠,٩٠٨	٠,٨٨٨	٢	٠,٨٩٨	٠,٨٩٦	٢
٠,٩٤٠	٠,٨٩١	٣	٠,٩٧١	٠,٩٦٠	٣
٠,٨٩٥	٠,٨٩١	٤	٠,٩٦٩	٠,٩٢٧	٤

تابع جدول (١٦)
معاملات الارتباط بين كل عبارة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه وبين كل عبارة والدرجة الكلية
مقياس التجول العقلي للرياضيين (ن=٦)

معامل ارتباط البعد الثاني			معامل ارتباط البعد الأول		
م	مع البعد	مع الدرجة الكلية	م	مع البعد	مع الدرجة الكلية
٥	٠,٨٩٠	٠,٩٣٣	٥	٠,٩٢٧	٠,٩٣٠
٦	٠,٨٨٩	٠,٩٣٣	٦	٠,٨٩٩	٠,٩٢٠
٧	٠,٨٨٤	٠,٩٤٠	٧	٠,٩٢١	٠,٩٥٠
٨	٠,٨٩٦	٠,٨٩٩	٨	٠,٨٧٢	٠,٩٠١
٩	٠,٨٧١	٠,٨٩٥	٩	٠,٨٩٣	٠,٩١٥
١٠	٠,٨٧١	٠,٩١٣	١٠	٠,٩١١	٠,٩٢٣
١١	٠,٨٩٦	٠,٩٠٦	١١	٠,٨٨٦	٠,٩٥٠
١٢	٠,٨٨٨	٠,٩٦٠	١٢	٠,٨٩٨	٠,٩١٨
١٣	٠,٩٢٠	٠,٩٢٧	١٣	٠,٩٣٠	٠,٩٥٦
١٤	٠,٩١٥	٠,٩٢٧	١٤	٠,٩٢٧	٠,٩٧٥
١٥	٠,٨٩٣	٠,٩٢٠	١٥	٠,٩٢١	٠,٩٢٣
١٦	٠,٩١٣	٠,٩٢١	١٦	٠,٩٠١	٠,٩٢٣
١٧	٠,٨٩٤	٠,٩٧٢	١٧	٠,٩٧٠	٠,٩٧٤
١٨	٠,٨٧٦	٠,٩٩٣	١٨	٠,٨٨٦	٠,٩٢١
١٩	٠,٨٩١	٠,٩١١	١٩	٠,٨٩١	٠,٩٢١

(ر) الجدولية عند درجة حرية (٦) ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٨٦٦

يوضح جدول (١٦) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين درجة كل عبارة ودرجة البعد ثم الدرجة الكلية، وهذا يدعم الاتساق الداخلي كمؤشر لصدق التكوين، مما يشير إلى صدق استمارة تقييم المهارات التدريسية للطالبة المعلمة.

(٢) معامل ثبات مقياس التجول العقلي للرياضيين:

اتبعت الباحثة طريقة التجزئة النصفية (سبيرمان براون)، ومعادلة جتمان؛ بالإضافة إلى معامل ثبات "ألفا كرونباخ" التي تستخدم لتقدير معامل الثبات الكلي للمقياس، كما في جدول (١٧).

جدول (١٧)

ثبات مقياس التجول العقلي للرياضيين بطريقة التجزئة النصفية وألفا كرونباخ

ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية		الأبعاد
	جتمان	سبيرمان براون	
٠,٨٢٩	٠,٧٧٩	٠,٧٦٩	التجول العقلي المرتبط بالموضوع أثناء النشاط الرياضي
٠,٨٨٠	٠,٧٣٠	٠,٧٢٠	التجول العقلي غير مرتبط بالموضوع أثناء النشاط الرياضي
٠,٩٣١	٠,٨٨١	٠,٨٧١	مقياس التجول العقلي للرياضيين (الدرجة الكلية)

يتضح من جدول (١٧) أن المقياس قيد البحث ذو معامل ثبات عال.

برنامج الاساليب المعرفية التطبيقية المقترح: مرفق (١١)

هدف البرنامج:

- تنظيم وتحسين مستوى الذاكرة الفوقية والتجول العقلي وتطوير فعالية الاداءات
المهارية والتشكيلات الهجومية (قيد البحث) للاعبات الكرة الطائرة.
- أهمية الأساليب المعرفية التطبيقية:
- تعبر عن ألوان الأداء المفضلة لدى اللاعبه لتنظيم وتطوير ما يراه وما يدركه من حوله
واسلوبه في تنظيم خبراته داخل الذاكرة واسلوبه في استدعاء المعلومات والبعد عن
الافكار الغير مرتبطة بالاداء.
- تعبر عن الفروق الفردية بين اللاعبات في اساليب الادراك، والتذكر، والفهم، والتفكر.
- يحدد الطريقة التي تتم بها استجابة الفرد للمثيرات البيئية.
- تساعد على تخزين المعلومات واسترجاعها عند اللزوم.
- أسس استخدام الأساليب المعرفية التطبيقية:
- تقسيم المعلومات المطلوب شرحها الى اجزاء صغيرة يعاد وصفها ووضعها في شكل ذي
معنى، وصياغتها من جديد في علاقتها مع المعلومات الاخرى.
- إعادة كل ما تعلمته اللاعبه للتأكد على مستوى قدرتها واستيعابها وتذكرها للمعلومات
بشكل مترابط وفعال.
- ربط الجزء الجديدة من المعلومات مع المعلومات السابقة جيدا، باستخدام آليات التلخيص،
والتدوين.
- تخزين المعلومات في الذاكرة على هيئة صور وأشكال، وعلى هيئة كلمات وأفكار.
- إعداد وحدة تعليمية لبرنامج الأساليب المعرفية لتطبيقها على العينة الإستطلاعية:
- بعد إطلاع الباحثة على المراجع والدراسات والبحوث السابقة التي تناولت فاعلية
الأساليب المعرفية على المتغيرات المختلفة مثل دراسات رقم (٢٩)، (٤)، (٢٤)، (٢٦)،
(٢٨)، (٦)، (٣٨) ثم العرض على السادة الخبراء في مجال طرق التدريس وعلم النفس
مرفق (١) تم الوصول وتحديد مجموعة من الأساليب المعرفية التطبيقية المستخدمة في البحث
فضلاً عن تحديد مميزات كل أسلوب واختلافه عن غيره من الأساليب الأخرى، ومن خلال
الدراسة الاستطلاعية تم معرفة اي الاساليب التي تستخدمها اللاعبات والتي تؤدي لأفضل
طريقة في التعامل مع المعلومات وهذا ما اوضحتها الدراسة الاستطلاعية.

إعداد الأساليب المعرفية التطبيقية علي العينة الأساسية:

بناء علي ما توصلت إليه الباحثة من خلال المسح المرجعي والدراسة الاستطلاعية، فقد قامت بتحديد متغيرات تطبيق الأساليب المعرفية المقترحة كما هو موضح بجدول (١٨).

جدول (١٨)

متغيرات تطبيق الأساليب المعرفية المقترح

المحتوي	المتغيرات
٨ أسابيع	مدة التطبيق
٢ وحدة	عدد الوحدات خلال الاسبوع
١٦ وحدة	عدد الوحدات خلال التطبيق
٩٠ ق	زمن الوحدة

أجزاء الوحدة اليومية:

اشتملت الوحدة اليومية على ثلاث أجزاء هي:

أولاً: الجزء التمهيدي (الاعمال الادارية والإحماء والاعداد البدنى العام) (٤٥ق)

المقدمة والتهيئة والشرح بالاساليب المعرفية للتشكيلات الهجومية (قيد البحث) والقانون الخاص باللعبة والإعداد البدني وفيه يتم الجري وعمل تمارينات لتهيئة الجسم للدخول في التهيئة الفسيولوجية والعقلية للمشاركة بالإضافة إلى تمارين متنوعة لتنمية المكونات البدنية الخاصة و تضمنت هذه الفترة أيضاً الأهداف المعرفية والمهارية والتشكيلات الهجومية، فقد نوعت الباحثة في استخدام الأساليب المعرفية التطبيقية التي تم التوصل من المسح المرجعي، وتم تحديدها في عدة أنواع وهي (الحفظ- التدوين- التصور الذهني- المراجعة المنظمة- ربط الكلمات - التسميع الذاتي الذهني- المراجعة المنظمة- الكلمات المفتاحية- التنظيم)، حيث ان هذه الأساليب تساعد اللاعبات في تنظيم ذاكرتهن الفوقية وتنشيطها والبعد عن التششت والتجول العقلي وخاصة الغير مرتبط بالأداء الرياضي وتنظيم التجول العقلي المرتبط بالأداء أيضاً كما تساعدن على تخزين المعلومات واسترجاعها عند اللزوم، مما يسهل عليهن عملية التخطيط للأداء. وهذه الأساليب تعطي فرصة للاعبات لاكتشاف الحقائق والمعلومات الخاصة بالمهارات والتشكيلات الهجومية (قيد البحث) من خلال تزويدهن بالمعارف والمعلومات والخبرات التي تمكنهن من التعامل والتفاعل مع مواقف اللعب المتغيرة والجديدة، كما استخدمت الباحثة لقطات الفيديو الخاصة بالنواحي الفنية، التشكيلات الهجومية والتحكيمية والصور المعبرة عن الأداء الصحيح والخطأ..

ثانياً: الجزء الرئيسي (لتعليم المهارات) (٤٠ق)

تضمنت هذه الفترة الأهداف المعرفية والمهارية والتشكيلات الهجومية، فقد نوعت الباحثة في استخدام الأساليب المعرفية التطبيقية التي تم التوصل إليها وفيه يشرح المعلم

التشكيلات الهجومية ومشاهدة نموذج الأداء، يتبعها النشاط التطبيقي (يحتوي على تمارين فردية، وزوجية، وجماعية) وتكون التغذية الراجعة من قبل المتعلم (فردية - جماعية) حسب نوع وحجم الأخطاء وايضا يشمل على مباريات على التشكيلات الهجومية (قيد البحث) فى الوحدات الاخيرة من البرنامج

ثالثاً: الجزء الختامى (التهديئة): (ق٥)

يهدف الى تنظيم عملية التنفس، وعودة أجهزة الجسم المختلفة لحالتها الطبيعية.

ويوضح جدول رقم (١٩) التوزيع الزمنى لاجزاء الوحدة اليومية.

جدول (١٩)

التوزيع الزمنى لأجزاء البرنامج المقترح

الأجزاء	المحتوى	الزمن داخل الوحدة
الجزء التمهيدي	اعمال إدارية	١٠ ق
	شرح نظرى (فنى - قانونى) للتشكيلات الهجومية بإحدى الأساليب المعرفية قيد البحث	٢٠ ق
	احماء واعداد بدنى عام	١٥ ق
الجزء الرئيسى	اعداد مهارى و تمرينات على التشكيلات الهجومية للدورات الستة ومباريات فى الوحدات النهائية	٤٠ ق
الجزء الختامى	تهديئة	٥ ق

إجراءات تطبيق البحث:

١- القياس القبلى:

قامت الباحثة باجراء القياس القبلى فى أيام (٢١ - ٢٢ - ٢٣ / ٢ / ٢٠٢٣ م)، للاختبارات البدنية والمهارية ومقياس الذاكرة الفوقية والتجول العقلى ومتغير التشكيلات الهجومية.

٢- تطبيق البحث:

تم تطبيق التجربة الاساسية لمدة (٨) اسابيع، بواقع وحدتين فى الاسبوع فى الفترة من يوم الاحد الموافق (٢٦ / ٢ / ٢٠٢٣ م) إلى (١٨ / ٤ / ٢٠٢٣ م)، مع مراعاة الظروف الجوية والعطلات وكان التطبيق كما يلى :

- تطبيق الاساليب المعرفية فى الجزء التمهيدي من الوحدة التعليمية.
- تم تطبيق التمرينات الخاصة بالتشكيلات الهجومية فى الجزء الرئيسى من الوحدة التعليمية
- تم التطبيق فى ملعب الكرة الطائرة وعلى الحائط المجاور للملعب
- مراعاة استخدام اسلوب التشجيع والتعزيز أثناء النجاح فى الاداء المطلوب وجذب انتباه اللاعبين عند ملاحظة تشتتتهن.

- مراعاة استرجاع المعلومات الخاصة بالتشكيلات الهجومية (قيد البحث) والقانون الخاص باللعبة من وقت لآخر.
- مراعاة اعتماد اللعبة في بعض الوحدات على ذاكرتها الذاتية في إسترجاع المعلومات الخاصة بالتشكيلات الهجومية.
- تصحيح الاخطاء فور حدوثها.
- عمل مباريات على التشكيلات الهجومية قيد البحث في الوحدات التعليمية الاخيرة من التطبيق.

٣- القياس البعدي:

قامت الباحثة بإجراء القياس البعدي في يومي (٢٦-٢٧/٤/٢٠٢٣م) للإختبارات مهارية ومتغير التشكيلات الهجومية ومقياس الذاكرة الفوقية والتجول العقلي، مع مراعاة التطبيق تحت نفس الظروف التي استخدمت في القياس القبلي.

المعالجات الإحصائية

استخدمت الباحثة في المعالجات الإحصائية للبيانات داخل هذه الدراسة برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) *Statistical Package For Social Science* الإصدار (٢٧) مستعينة بالمعاملات التالية:

- المتوسط الحسابي.
- الوسيط.
- الانحراف المعياري.
- الالتواء.
- معامل ارتباط الرتب لسبيرمان.
- التجزئة النصفية لـ "سبيرمان براون" و "جتمان".
- معامل ثبات "ألفا كرونباخ".
- اختبار "ويلكوكسون" لدلالة الفروق بين مجموعتين مرتبطتين صغيرة العدد.
- اختبار "مان وتني" لدلالة الفروق بين مجموعتين مستقلتين غير مرتبطتين صغيرة العدد
- حجم التأثير (*Effect Size*):
- أ- للمعاملات اللابارامترية: مربع ايتا (η^2).
- ب- في حالة (ويلكوكسون): معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة (r_{prb}).
- ج- في حالة (مان وتني): معامل الارتباط الثنائي للرتب (r_{pb}).
- د- نسبة التغيير / التحسن (معدل التغيير) *Change Ratio*

عرض ومناقشة نتائج البحث.

وللتحقق من صحة الفروض استخدمت الباحثة اختبار ويلكوكسون (*Wilcoxon Test*) لدلالة الفروق بين متوسط رتب الدرجات في القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية، في (المتغيرات قيد البحث) قيد البحث، كما تم حساب حجم التأثير (*Effect Size*) باستخدام معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة (*Matched Pairs Rank*) (*Biserial Correlation*) (r_{prb})، بالإضافة إلى استخدام حساب حجم التأثير باستخدام مربع ايتا (η^2)، بالإضافة إلى نسبة التحسن (*Change Ratio*)، واستخدمت الباحثة دراسة الحالة (*Case Study*) عند قياس متغير التشكيلات الهجومية (قيد البحث) ويوضح العرض التالي تلك الاستخدامات الإحصائية:

أولاً: عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول:

١- عرض نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات العقلية (الذاكرة الفوقية- التجول العقلي) قيد البحث لصالح القياس البعدي". يتضح ذلك في جدول (٢٠) و(٢١)، وشكل (١).

جدول (٢٠)

نتائج اختبار (ويلكوكسون) وقيمة (Z) لإيجاد دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات القياس القبلي والقياس البعدي، ونتائج حجم التأثير باستخدام معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة (r_{prb})، وقيمة مربع ايتا (η^2) في (المتغيرات العقلية) (ن=١٢)

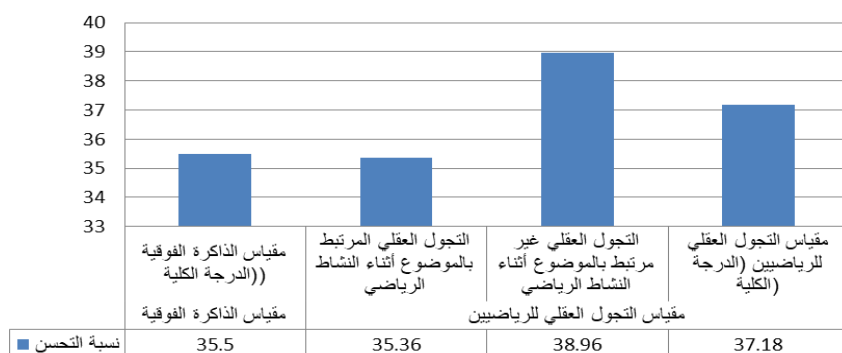
حجم التأثير	قيمة (Z)	الرتب الموجبة			الرتب السالبة			وحدة القياس	الاختبارات	المتغيرات
		مجموع الرتب	متوسط الرتب	ن	مجموع الرتب	متوسط الرتب	ن			
٠,٨١٧	٢,٨٣	٥٥,٠٠	٥,٥٠	١٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٠	درجة	مقياس الذاكرة الفوقية (الدرجة الكلية)	مقياس الذاكرة الفوقية
٠,٨٥٦	٢,٩٧	٦٦,٠٠	٦,١٠	١١	٠,٠٠	٠,٠٠	٠	درجة	التجول العقلي المرتبط بالموضوع أثناء النشاط الرياضي	مقياس التجول العقلي للرياضيين
٠,٨٦٣	٢,٩٩	٦٦,٠٠	٦,٠٠	١١	٠,٠٠	٠,٠٠	٠	درجة	التجول العقلي غير مرتبط بالموضوع أثناء النشاط الرياضي	مقياس التجول العقلي للرياضيين
٠,٨٦٣	٢,٩٩	٦٦,٠٠	٦,٠٠	١١	٠,٠٠	٠,٠٠	٠	درجة	مقياس التجول العقلي للرياضيين (الدرجة الكلية)	مقياس التجول العقلي للرياضيين

لاختبار الدلالة الإحصائية في اختبار ويلكوكسون يتم مقارنة قيمة (Z) المحسوبة بقيمة (Z) المتعارف عليها في المنحنى الاعتمالي عند مستوى ($٠,٠٥$) وهي ($١,٩٦$)؛ ويتضح من جدول (٢٠) أن قيمة (Z) المحسوبة أكبر من قيمة (Z) المتعارف عليها؛ وهذا يعني أن قيمة اختبار ويلكوكسون دالة إحصائياً؛ ويتضح أن قيمة حجم التأثير (r_{prb}) تراوحت بين ($٠,٤١$) و($١,٠٠$) وهذا يدل على حجم تأثير (قوي جداً)؛ وأن قيمة حجم التأثير (η^2) تراوحت بين ($٠,٨١٧$) و($٠,٨٦٣$) وهذا يدل على حجم تأثير (ضخم).

جدول (٢١)
نسبة التحسن بين درجات المجموعة التجريبية في (المتغيرات العقلية) (ن=١٢)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	الدرجة العظمى	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	الفرق بين المتوسطين	نسبة التحسن
مقياس الذاكرة الفوقية	مقياس الذاكرة الفوقية (الدرجة الكلية)	درجة	٩٩	٥٥,٥٠	٧٥,٢٠	١٩,٧٠	٣٥,٥٠
مقياس التجول العقلي للرياضيين	التجول العقلي المرتبط بالموضوع أثناء النشاط الرياضي	درجة	٥٧	٣٧,٧٥	٥١,١٠	١٣,٣٥	٣٥,٣٦
	التجول العقلي غير مرتبط بالموضوع أثناء النشاط الرياضي	درجة	٥٧	٣٨,٥٠	٥٣,٥٠	١٥,٠٠	٣٨,٩٦
	مقياس التجول العقلي للرياضيين (الدرجة الكلية)	درجة	١١٤	٧٦,٢٥	١٠٤,٦٠	٢٨,٣٥	٣٧,١٨

يتضح من جدول (٢١) أن نسبة التحسن تراوحت من (٣٥,٣٦) إلى (٣٨,٩٦)



شكل (١) نسبة التحسن بين درجات المجموعة التجريبية في (المتغيرات العقلية).

٢- مناقشة نتائج الفرض الأول:

يتضح من جدول (٢٠) وجود فروق بين متوسطات رتب درجات القياس القبلي والقياس البعدي في المتغيرات العقلية (الذاكرة الفوقية والتجول العقلي)، وأن قيمة (Z) المحسوبة أكبر من قيمة (Z) المتعارف عليها؛ وهذا يعني أن قيمة اختبار ويلكوكسون دالة إحصائياً؛ وأنه يوجد حجم تأثير كبير.

كما يتضح من جدول (٢١) وشكل (١) وجود نسب تحسن كبيرة بين القياسين القبلي والبعدي للمتغيرات العقلية (الذاكرة الفوقية- التجول العقلي) فقد تحسنت درجة مقياس الذاكرة الفوقية للاعبين في قياسها البعدي عن القبلي بمقدار ٣٥,٥٠% أما بالنسبة لمقياس التجول

العقلي فقد تراوحت نسب التحسن الى ٣٥,٣٦% للتجول العقلي المرتبط بالموضوع أثناء النشاط الرياضي، و٣٨,٩٦% للتجول العقلي غير المرتبط بالموضوع أثناء النشاط الرياضي باجمالى نسب تحسن ٣٧,١٨% لمقياس التجول العقلي للرياضيين. وتتفق تلك النتائج مع ماتوصلت اليه الدراسات التي تناولت تاثير الاساليب المعرفية على المتغيرات العقلية والنفسية المختلفة ووجود علاقة قوية بينهما مثل دراسة رقم (٤)، (٢٤)، (٢٨)، (٦)، (٣٨).

بالإضافة إلى البحوث التي تناولت تنظيم وترقية الذاكرة الفوقية بالاساليب المعرفية والبرامج المختلفة، مثل دراسة رقم: (٢٧)، (٢٩)، (٣٧)، (٢٤)، (٣٩). وتتفق ايضا مع نتائج الدراسات التي تناولت تنظيم وتحسين التجول العقلي وخاصة التي حاولت تنظيم التجول العقلي غير المرتبط بالموضوع اثناء النشاط الرياضى وتحسين التجول العقلي المرتبط بالموضوع اثناء النشاط الرياضى وهذا ما اظهرته نتائج الدراسة الحالية. (٢٥)، (٢٣)، (١٨)، (٣٠)، (٥)، (١٤).

وتعزو الباحثة هذه النتائج الى برنامج الأساليب المعرفية التطبيقية المقترح المكونة من ٨ اساليب معرفية وهي (الحفظ- التدوين- التصور الذهني- ربط الكلمات- التسميع الذاتى - المراجعة المنظمة- الكلمات المفتاحية- التنظيم) والتنوع بينهم فى مختلف الوحدات حيث انها تحتوى على الكثير من التمرينات الذهنية والمرتبطة بالعمليات العقلية الفوق معرفية فهى مؤثرة بشكل كبير على المتغيرات العقلية لانها تستخدم وتطبق وتختبر أنواعا واسعة من المواقف لاسيما التغيرات المفاجئة والذى بدوره يلعب دوراً اساسيا فى اعتماد اللاعبات بشكل كبير على ذاكرتهن العليا والمواقف المتكررة التى تكون لديهن تغذية راجعة و جعلهن اكثر تركيزا وانتباها اثناء الاداء مما يؤدى الى تنظيم وتحسين وتطوير التجول العقلي وخاصة غير المرتبط بالموضوع أثناء النشاط الرياضى، مما يجعلها وسيلة للتنبؤ بسلوك الأفراد في مواجهة المواقف.

وتعتمد البرامج التى تستخدم الأساليب المعرفية على الطرق التى تميز بين الأفراد في حلهم للمشكلات، وهي تركز على الفروق الفردية في عمليات المعرفة المختلفة. (٢٠: ٢٣) (٩: ٤٧٥)

والمعرفة التى يمتلكها الاشخاص حول ذاكرتهم، وحول نقاط قوتها وضعفها، والتي تعد مفتاحا مهما لتعلمهم ولنموهم المعرفي، والتي تسمح للمتعلم بالسيطرة والوصول إلى إستراتيجيات في ذاكرته مع فهم محددات ذاكرته ونقاط قوتها وكيفية تنظيمها. (٣٤) (٣٥: ٢٨٢-٢٩٨).

وان زيادة المعرفة والخبرة لدى الطلبة يؤدي الى انخفاض مقدار التجول العقلي الغير مرتبط بالموضوع ويزيد من درجة تركيزهم واندماجهم في الأداء. (٣٣)(٥) وبهذا يتحقق صحة الفرض الأول الذي ينص على: "توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات العقلية (الذاكرة الفوقية- التجول العقلي) قيد البحث لصالح القياس البعدي".

ثانيا- عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني:

١- عرض نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على: "توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات (متغيرات الأداءات المهارية) قيد البحث لصالح القياس البعدي". ويوضح ذلك جدول (٢٢) و (٢٣)، وشكل (٢) جدول (٢٢)

نتائج اختبار (ويلكوسون) وقيمة (Z) لإيجاد دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات القياس القبلي والقياس البعدي، ونتائج حجم التأثير باستخدام معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة (r_{prb})، وقيمة مربع ايتا (η^2) في (متغيرات الأداءات المهارية) ($n=12$)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	الرتب السالبة			الرتب الموجبة			قيمة (Z)	حجم التأثير	
			ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب		(r_{prb})	(η^2)
الإرسال من أعلى المواجه	دقة أداء الإرسال من أعلى المواجه في الكرة الطائرة	درجة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠	١٢	٦,٥٠	٧٨,٠٠	٣,٠٧	١,٠٠	٠,٨٨٥
الإستقبال	دقة أداء الإستقبال من المنطقة الوسطى للإرسال من المنطقة (اليمنى، الوسطى، اليسرى)	درجة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠	١٢	٦,٥٠	٧٨,٠٠	٣,٠٦	١,٠٠	٠,٨٨٥
الإعداد	دقة الإعداد من أعلى للامام والإستقبال من المنطقة الوسطى	درجة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠	١٢	٦,٥٠	٧٨,٠٠	٣,٠٧	١,٠٠	٠,٨٨٥
الضرب الساحق	دقة مهارة الضرب الساحق من مركز (٤) في مركز (٥)	درجة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠	١٢	٦,٥٠	٧٨,٠٠	٣,٠٦	١,٠٠	٠,٨٨٥

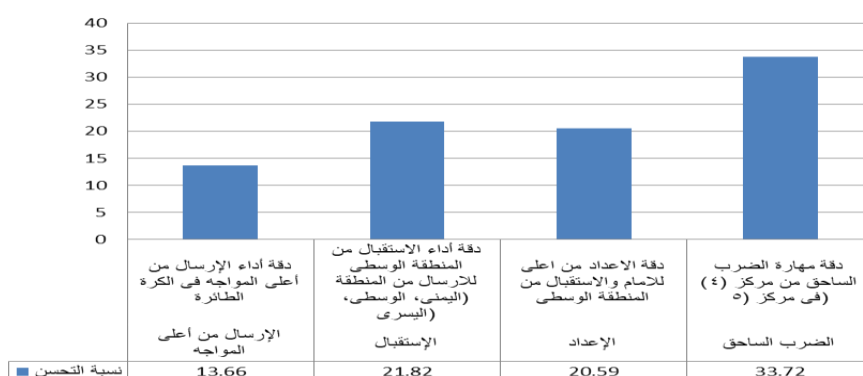
لاختبار الدلالة الإحصائية في اختبار ويلكوسون يتم مقارنة قيمة (Z) المحسوبة بقيمة (Z) المتعارف عليها في المنحنى الاعدالي عند مستوى (٠,٠٥) وهي (١,٩٦)؛ ويتضح من جدول (٢٢) أن قيمة (Z) المحسوبة أكبر من قيمة (Z) المتعارف عليها؛ وهذا يعنى أن قيمة اختبار ويلكوسون دالة إحصائياً؛ ويتضح أن قيمة حجم التأثير (r_{prb}) تساوي (١,٠٠) وهذا يدل على حجم تأثير (قوي جداً)؛ وأن قيمة حجم التأثير (η^2) تساوي (٠,٨٨٥) وهذا يدل على حجم تأثير (ضخم).

جدول (٢٣)

نسبة التحسن بين درجات المجموعة التجريبية في (متغيرات الأداءات المهارية) (ن=١٢)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	الدرجة العظمى	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	الفرق بين المتوسطين	نسبة التحسن
الإرسال من أعلى المواجه	دقة أداء الإرسال من أعلى المواجه في الكرة الطائرة	درجة	٥٠	٣٦,٢٥	٤١,٢٠	٤,٩٥	١٣,٦٦
الإستقبال	دقة أداء الاستقبال من المنطقة الوسطى للإرسال من المنطقة (اليمنى، الوسطى، اليسرى)	درجة	٢٠	١٣,٧٥	١٦,٧٥	٣,٠٠	٢١,٨٢
الإعداد	دقة الاعداد من اعلى للامام والاستقبال من المنطقة الوسطى	درجة	١٢	٨,٥٠	١٠,٢٥	١,٧٥	٢٠,٥٩
الضرب الساحق	دقة مهارة الضرب الساحق من مركز (٤) في مركز (٥)	درجة	٢٠	١٢,٩٠	١٧,٢٥	٤,٣٥	٣٣,٧٢

يتضح من جدول (٢٣) أن نسبة التحسن تراوحت بين (١٣,٦٦) إلى (٣٣,٧٢)



شكل (٢) نسبة التحسن بين درجات المجموعة التجريبية في (متغيرات الأداءات المهارية).

٢ - مناقشة نتائج الفرض الثاني:

يتضح من جدول (٢٢) أن قيمة (Z) المحسوبة أكبر من قيمة (Z) المتعارف عليها؛ وهذا يعني أن قيمة اختبار ويلكوكسون دالة إحصائياً؛ ويتضح أن قيمة حجم التأثير قوية جداً. كما يتضح من جدول رقم (٢٣) وشكل (٢) وجود نسب تحسن كبيرة بين القياسيين القبلي والبعدي للمتغيرات الاداءات المهارية أن اعلى نسبة تحسن لصالح مهارة الضرب الساحق بمقدار (٣٣,٧٢) و اقل نسبة تحسن لصالح مهارة الارسال من اعلى مواجه بمقدار (١٣,٦٦)

وتتفق تلك النتائج مع ما توصلت اليه الدراسات التي تناولت التأثير الايجابي لتطبيق الاساليب المعرفية على المتغيرات المهارية والشخصية المختلفة مثل دراسة رقم (٢٩)، (٤)، (٦). وترجع الباحثة هذه النتائج الى برنامج الاساليب المعرفية التطبيقية المقترح وما يحتوى عليه من تطبيقات للعقل والذاكرة وايضا تمرينات تطبيقية للاداءات المهارية قيد البحث خاصة مهارة الضرب الساحق وهذا ما ادى لوجود اعلى نسبة تحسن لتلك المهارة التي تعتمد عليها بشكل كبير التشكيلات الهجومية قيد البحث على ارض الملعب بالاضافة الى تمرينات على التشكيلات الهجومية وكل ذلك يعمل على تطوير الأداء المهارى وزيادة الإنتباه والتفكير بشكل مختلف اثناء تطبيق المهارات قيد البحث فالأساليب المعرفية تمتاز أنها قابلة للتغير فهي تنمو وتتغير مع مرور الزمن والخبرة التي تمر بها اللاعبه لذا فهي قابلة للتغير والتعديل، وتضيف الباحثة ان السلوك او التكنيك الذي تؤديه اللاعبه في موقف معين يتكرر ادائه في مواقف مستقبلية عندما تتمتع بالخبرة اللازمة.

واكتساب الافراد القدرة على استخدام المعلومات المعرفية لحل مشاكل أدائهم هو الواجبات الرئيسية للتدريب، وان الناحية المعرفية هي أحد الشروط الأساسية لتنفيذ أي مهارة حركية وبدونها تغيب أحد المقومات الرئيسية للتعلم. (٢٢ : ٦٢)

تعد المحددات المعرفية هي الطريقة الاساسية التي تتعلم بها اللاعبه المهارة فى المراحل ويتم التعريف بالمهارة من خلال الشرح الشفوي والنموذج العملي واستخدام الصور والأفلام والمناقشات وما يرافقها من تطور ذهني للحركة وتكون المعرفة الفعلية لدى اللاعبه. (١١)

وبهذا يتحقق صحة الفرض الثانى الذى ينص على " توجد فروق دالة إحصائيا بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية في المتغيرات (متغيرات الأداءات المهارية) قيد البحث لصالح القياس البعدى"

ثالثا: عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث:

١ - عرض نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على انه "توجد فروق دالة إحصائيا بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية في المتغيرات (متغير التشكيلات الهجومية فى الكرة الطائرة) قيد البحث لصالح القياس البعدى". كما في جدول (٢٤) وشكل (٣).

جدول (٢٤)
نسبة التحسن بين درجات المجموعة التجريبية في (متغير التشكيلات الهجومية في الكرة الطائرة) (ن=٢)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	الدرجة العظمى	القياس القبلي	القياس البعدي	الفرق بين المتوسطين	نسبة التحسن
الدوران الأول	تشكيلات الهجوم من مركز (٢)	درجة	٣٠	٢٢,٥٠	٢٦,٥٠	٤,٠٠	١٧,٧٨
تشكيلات الهجوم من مركز (٢,٤)	تشكيلات الهجوم من مركز (٤)	درجة	٣٠	٢٠,٥٠	٢٦,٠٠	٥,٥٠	٢٦,٨٣
الدوران الثاني	تشكيلات الهجوم من مركز (٣)	درجة	٣٠	٢٠,٠٠	٢٤,٠٠	٤,٠٠	٢٠,٠٠
تشكيلات الهجوم من مركز (٣,٦)	تشكيلات الهجوم من مركز (٦)	درجة	٣٠	١٨,٥٠	٢٤,٥٠	٦,٠٠	٣٢,٤٣
الدوران الثالث	تشكيلات الهجوم من مركز (٢)	درجة	٣٠	١٨,٥٠	٢٥,٠٠	٦,٥٠	٣٥,١٤
تشكيلات الهجوم من مركز (٢,٤)	تشكيلات الهجوم من مركز (٤)	درجة	٣٠	٢٠,٠٠	٢٦,٥٠	٦,٥٠	٣٢,٥٠
الدوران الرابع	تشكيلات الهجوم من مركز (١)	درجة	٣٠	١٨,٥٠	٢٤,٥٠	٦,٠٠	٣٢,٤٣
تشكيلات الهجوم من مركز (١,٤)	تشكيلات الهجوم من مركز (٤)	درجة	٣٠	٢٠,٥٠	٢٤,٥٠	٤,٠٠	١٩,٥١
الدوران الخامس	تشكيلات الهجوم من مركز (١)	درجة	٣٠	١٩,٠٠	٢٥,٠٠	٦,٠٠	٣١,٥٨
تشكيلات الهجوم من مركز (١,٣)	تشكيلات الهجوم من مركز (٣)	درجة	٣٠	٢٠,٠٠	٢٥,٠٠	٥,٠٠	٢٥,٠٠
الدوران السادس	تشكيلات الهجوم من مركز (١)	درجة	٣٠	٢١,٠٠	٢٦,٠٠	٥,٠٠	٢٣,٨١
تشكيلات الهجوم من مركز (١,٦)	تشكيلات الهجوم من مركز (٦)	درجة	٣٠	٢٠,٠٠	٢٥,٠٠	٥,٠٠	٢٥,٠٠

يتضح من جدول (٢٤) أن نسبة التحسن تراوحت بين (١٧,٧٨) إلى (٣٥,١٤)

تعتبر التشكيلات الهجومية من التكتيكات الأساسية الثابتة في الكرة الطائرة إلا أن المسافات والتصاميم الهجومية تتغير باستمرار بسبب كمية الإعاقة الدفاعية للخصوم ومدى النجاح المتحقق، كما وأن التشكيلات التكتيكية المنشقة من التشكيلات الأساسية هي مرتبطة مع أصولها. فعندما يتغير قانون اللعبة يتغير معه أسلوب اللعب التكتيكي والفني والنفسي والذهني ليتناسب مع المتغيرات. (٣١: ١)

وبهذا يتحقق صحة الفرض الثالث الذى ينص على "توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية في المتغيرات (متغير التشكيلات الهجومية في الكرة الطائرة) قيد البحث لصالح القياس البعدي".

الاستنتاجات:

- في ضوء ما توصل إليه البحث الحالي من نتائج يمكن عرض الاستنتاجات التالية:
- أثر برنامج الأساليب المعرفية التطبيقية المقترح إيجابيا على المتغيرات العقلية (الذاكرة الفوقية والتجول العقلي) للمجموعة التجريبية.
 - أثر برنامج الأساليب المعرفية التطبيقية المقترح إيجابيا على الأداءات مهارية (الارسال - الاستقبال - الاعداد - الضرب الساحق).
 - أثر برنامج الأساليب المعرفية التطبيقية المقترح إيجابيا على متغير التشكيلات الهجومية (قيد البحث) وتطوير ادائها بالنسبة للاعبات الكرة الطائرة.
 - توجد نسب تحسن بين القياسين (القبلى والبعدي) في المتغيرات قيد البحث (المتغيرات العقلية - الأداءات مهارية - التشكيلات الهجومية) لصالح القياس البعدي.

التوصيات:

- في ضوء ما توصل إليه البحث الحالي من نتائج يمكن عرض التوصيات التالية:
- تطبيق برنامج الأساليب المعرفية التطبيقية المقترح في تنظيم وتطوير الذاكرة الفوقية والتجول العقلي والبعد عن التشتت وخاصة الغير مرتبط بالأداء المهارى والتشكيلات الهجومية (قيد البحث) وزيادة تركيز الانتباه.
 - تطبيق برنامج الأساليب المعرفية التطبيقية المقترح فى تطوير الاداءات المهارية والتشكيلات الهجومية (قيد البحث).

التوصيات ببحوث مستقبلية:

- تطبيق برنامج الأساليب المعرفية التطبيقية المقترح فى فترة الاعداد والمنافسات (لناشئات ولاعبات) فرق الكرة الطائرة.

- إجراء دراسات تجريبية لاستخدام التشكيلات والخطط الدفاعية والمهارات المختلفة ومعرفة إثر الاساليب المعرفية التطبيقية عليها.
- استخدام الاساليب المعرفية التطبيقية المختلفة لتطوير وتحسين الرياضات الاخرى.
- استخدام بطاقة ملاحظة التشكيلات الهجومية (إعداد الباحثة) فى البحوث المشابهة.

((المراجع))

أولاً: المراجع العربية:

- ١- أحمد صلاح (٢٠١٥م): الكرة الطائرة، طيبة للنشر والتوزيع، القاهرة.
- ٢- أحمد محمد صالح (١٩٩٣م): دراسة التفاعل بين الاستقلال الإدراكي والجنس والتخصص ودافعية الإنجاز لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة أبو ظبي، مجلة كلية التربية، مجلد ٦، عدد ١، الامارات.
- ٣- أحمد نوافله (٢٠٢٠م): الفرق بين الجنسين في الأساليب المعرفية المميزة للطلبة المتفوقين والعاديين والمتأخرين دراسياً دراسة مقارنة على عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية، مجلة العلوم التربوية، المجلد ٤٧، العدد ٤.
- ٤- اقبال أحمد محمد على (٢٠٢١م): الأساليب المعرفية وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى الطلاب الموهوبين بالصف الثالث الثانوي بمدارس الموهبة والتميز، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.
- ٥- ايهاب السيد المراغى (٢٠٢٠م): إستخدام إستراتيجية عباءة التغيير فى تدريس الهندسة بأسلوب تكاملى على التحصيل وخفض درجة التجول العقلى والحد من أسبابه لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، مجلة تربويات الرياضيات، الجمعية المصرية لتربويات الرياضيات ٢٣(١)، ٣١-٧٩.
- ٦- حسام أحمد محمد إسماعيل (٢٠٠٣م): دراسة بعض الأساليب المعرفية السائدة لدى عينة من الطلاب الجامعيين وعلاقتها بنمط التخصص الدراسى وبعض متغيرات الشخصية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المنيا.
- ٧- حلمى ألفيل (٢٠١٨م): متغيرات تربوية حديثة على البيئة العربية، مطبعة دار الطباعة الحره للتوزيع مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- ٨- _____: برنامج مقترح لتوظيف نموذج التعلم القائم على السيناريو (SBL) التدريس وتأثيره فى تنمية مستويات عمق المعرفة وخفض التجول العقلى

- لدى طلاب كلية التربية النوعية جامعة الإسكندرية، مجلة كلية التربية
جامعة المنوفية، مجلد (٣٣)، العدد (٢).
- ٩- **حمدي علي الفرماوي (٢٠٠٩م):** الأساليب المعرفية بين النظرية والتطبيق، كلية التربية،
دار صنعاء للنشر، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، الأردن.
- ١٠- **خالد جمال السيد (٢٠١٩م):** الكرة الطائرة التاريخ والمهارات الأساسية، مؤسسة عالم
الرياضة للنشر ودار الوفاء لدنيا الطباعة، ط ١، الإسكندرية.
- ١١- **رانيه صلاح (٢٠١٧م):** أسلوب (الفحص والتدقيق) وعلاقته بتعليم مهارة الاعداد
بالكرة الطائرة رسالة ماجستير كلية التربية وعلوم الرياضية، بغداد.
- ١٢- **زكي محمد محمد حسن (٢٠١٢م):** الكرة الطائرة تنمية وتطوير المهارات الحركية
الفنية مجموعة من التدريبات المهارية والخططية المركبة، دار الكتاب
الحديث، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية.
- ١٣- _____: الموسوعة العلمية للكرة الطائرة الاستراتيجيات الحديثة فى تدريس
وتدريب المهارات الاساسية، الطبعة ١، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- ١٤- **سالم معيض العنبي (٢٠١٩م):** التنبؤ بالتجول العقلى فى ضوء ماوراء التعلم وقوة
السيطرة المعرفية لدى طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية
التربية، جامعة أم القرى، السعودية.
- ١٥- **سعد حماد الجميلي (٢٠١٣م):** الكرة الطائرة تعليم وتدريب وتحكيم، الطبعة الاولى،
دار زهران للنشر والتوزيع، الاردن.
- ١٦- **عبد العاطي عبد الفتاح السيد (١٩٩٣م):** التحليل العاملى لبعض اختبارات قياس دقة
الضرب الساحق فى الكرة الطائرة، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية
التربية الرياضية بورسعيد، جامعة قناة السويس.
- ١٧- **عبد العاطي عبد الفتاح وخالد محمد زيادة (٢٠٠٣م):** تأثير تمرينات دورة الإطالة
تقشير علي تنمية القدرة العضلية ودقة مهارتي الإرسال من أعلي
والضرب الساحق للناشئات في الكرة الطائرة، المجلة العلمية - الرياضة
علوم وفنون، المجلد التاسع عشر، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة
حلوان، القاهرة.

- ١٨- عثمان صالح البياتي، عامر مهدي صالح المعجون (٢٠٢٢م): التجول العقلي وعلاقته بالاداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، بحث منشور، مجلة آداب الفراهيدي، مجلد (١٤)، العدد (٤٨)، جامعة تكريت، العراق.
- ١٩- عزة أحمد السعيد، دعاء فاروق محمد (٢٠١٩م): تأثير استخدام التعليم المتميز على اليقظة الذهنية ومستوى أداء مهارة الإرسال من أعلى في الكرة الطائرة وعلاقتهم بقلق الاختبار، مجلة بحوث التربية الشاملة، المجلد الخامس، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق.
- ٢٠- علا أسعد الديري (٢٠١١م): الاستقلال الإدراكي وعلاقته بالاتجاه نحو المخاطرة لدى ضباط الإسعاف في قطاع غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- ٢١- على معدي الشهري (٢٠٠٤م): "الأساليب المعرفية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى ذوي صعوبات التعلم والعاديين من طلبة المرحلة الثانوية بمدينة الطائف"، مجلة كلية التربية بالمنصورة مجلد ٢، العدد ٥، المنصورة.
- ٢٢- فرات جبار سعد الله (٢٠٠١م): تأثير استخدام أساليب متنوعة للتدريب العقلي في النواحي المعرفية والمهارية والخطئية بكرة الطائرة، اطروحة مكتوبة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- ٢٣- فردوس كاظم عبد، اياد هاشم محمد (٢٠٢٢م): التجول العقلي لدى طلبة الجامعة ديالى، بحث منشور، مجلة ديالى للبحوث الانسانية، العدد ٩١، جامعة ديالى، العراق.
- ٢٤- كاظم محسن وانوار بدر (٢٠١٥م): كفاءة التمثيل المعرفي وعلاقتة بما فوق الذاكرة لدي طلبة الجامعة، مجلة آداب البصرة، كلية الاداب، جامعة البصرة، العراق.
- ٢٥- محمد إبراهيم عبد الخالق رخا (٢٠٢٢م): الكفاءة السيكومترية لمقياس التجول العقلي للرياضيين، بحث منشور، مجلة أسويط لعلوم وفنون التربية الرياضية، المجلد (٦١)، العدد (١)، كلية التربية الرياضية، جامعة أسويط.
- ٢٦- منى بنت سعد بن فالح (٢٠٠٧م): الأسلوب المعرفي (التروي / الاندفاع) وعلاقته بالمسئولية الاجتماعية لدى عينة من طالبات كلية التربية للبنات بمحافظة جدة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة طيبة.

- ٢٧- نشوى محمود أحمد نافع، صفاء صالح حسين، ياسمين علاء حامد (٢٠٢٣م): بناء مقياس الذاكرة الفوقية للاعبات الكارتيه، بحث منشور، مجلة بحوث التربية الشاملة، المجلد (١٤)، العدد (٢٦)، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق.
- ٢٨- وفاء عبد الجليل خليفة (٢٠٠٣م): العلاقة بين الأسلوب المعرفي والذكاء والتحصيل الدراسي، رسالة ماجستير، جامعة عين شمس، القاهرة.
- ٢٩- ياسمين علاء حامد (٢٠٢٢م): تأثير استخدام اساليب معرفية تطبيقية لتنظيم الذاكرة الفوقية وتحسين فعالية المهارات الهجومية للاعبات الكارتيه، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق.
- ٣٠- ياسمين علوان كريم (٢٠٢١م): التجول العقلي وعلاقته بالسيطرة الانتباهية لدى طلبة الجامعة، بحث منشور، مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد ٧٠، جامعة بغداد، العراق.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 31- **Ahmed.J.Kawoosh(2015):**Reception,AttackAndCoverage Strategies VolleyBall, husseinmardan library,Iraq.
- 32- **Cenoz, J., Gorter, D., May, S. (2017):** Attention and Awareness. In editors. Language awareness and multilingualism. Encyclopedia of language and education. 3. Springer International Publishing Switzerland, Third Edition.
- 33- **Delovme,A,(2016):**Reduced mind wandering in Experienced meditators and associated EEG corrdates. Experimental Brain Research.
- 34- **Dunlosky, J., Thiede, K.W. (2013):** Metamemory. Oxford library of psychology. Oxford University Press.
- 35- _____:Meta memory, Department of Curriculum, Instruction and Foundational Studies.

- 36- **Dunning, D.L., Holmes, J. (2014):** Does working memory training promote the use of strategies on untrained working memory tasks? *Memory and Cognition*.
- 37- **Gabriela, C., Maxciel, Z., Renan, S., Wagner, M., Juliana, B. Sbicigo, J., Dickel, S., Camila, G., Goiara, M. and Jerusa (2016):** A short version of the questionnaire of metamemory in Adulthood (MIA) in Portuguese, Campelo et al. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, DOI 10.1186/s41155-016-0043-7.
- 38- **Gordon, j (2008):** Field Dependence in psychology. Washington, D.C: National University Press.
- 39- **Hemalatha Kalaimath; Asir Juliusi (2012):** Effect of Metamemory Strategies on Learning Bio-Chemical Cycle Among Higher Secondary School Students, *The Journal of Applied Research*, Volume: 2, Issue: 1, ISSN - 2249-555X.
- 40- **Huff, M., Bodner, G. (2013):** When does memory monitoring succeed versus fail? Comparing item-specific and relational encoding in the DRM paradigm. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*; 39 (4):1246-1256.doi: 10.1037 /a0031338.
- 41- **Kazi, S., Kazali, E., Makris, N., Spanoudis, G. & Demetriou, A. (2019):** Cognizance in cognitive development: A longitudinal study. *Cognitive, Development*, 52.10.1016/j.cogdev.2019.100805.
- 42- **Londeree, A (2015):** Mindfulness and Mind-Wandering in older Adults: Implications for Behavioral performance. Master Thesis, Ohio State University.

- 43- Mandolesi, L., Polverino, A., Montuori, S., Foti, F., Ferraioli, G., Sorrentino, P. & Sorrentino, G. (2018):** Effects of physical exercise on cognitive functioning and wellbeing: Biological and psychological benefits. *Movement Science and Sport Psychology*, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00509>.
- 44- Rhodes, M.G. (2019):** Metacognition Teaching of Psychology; *Journal of Experimental Psychology: Applied*, 24, 331-346.
- 45- Riegel, M., Wierzba, M., Grabowska, A., Jednoróg, K., Marchewka, A. (2015):** Effect of emotion on memory for words and their context. *The Journal of Comparative Neurology*; 524(8):1636-1645. doi: 10.1002/cne.23928.
- 46- Schneider, W. (2002):** The development of metamemory in children In *Attention and Performance XVII: Cognitive Regulation of Performance*, ed. Daniel Gopher and Asher Koriati. Cambridge, MA: MIT Press.
- 47- Sullivan,y(2016):** Costs and Benefits of Mind Wandering in a Technological Setting: Finding and Implications. PhD Dissertation, University of North Texas.
- 48- Woolfolk, A. (1993):** Educational psychology. New Jersey: Prentice – Hall.