تأثير برنامج تعليمي باستخدام إستراتيجية التساؤل الذاتي على التحصيل المعرفي ومستوى أداء المهارات المنهجية في رياضة الجمباز لتلميذات المرحلة الإعدادية

أ.د/ عادل حسني السيد شواف *

أ.د/ هبه محمد راتب أبو جازية **

أ/ إيمان حسن صالم ***

المقدمة ومشكلة البحث :

يخطو العالم من حولنا بخطى سريعة نحو التقدم ويعتبر مجال التعليم هو أساس هذا التقدم ولذلك فقد اهتمت الكثير من الدول المتقدمة بالتعليم حيث يعتبرون أن التعليم أحد الركائز الأساسية لبناء المجتمع وتقدمة كما أولت هذه الدول عناية فائقة لتطوير التعليم على اختلاف مراحله.

لذا أصبح من أهم أهداف التدريس تعليم التلاميذ كيف يفكرون وذلك عن طريق تنمية قدراتهم على كيفية التفكير في التفكير "Metacognition" وكيفية معالجة المعلومات للاستفادة منها في مواقف الحياة المختلفة، حتى يكونوا قادرين على الانتقاء والتجديد والابتكار وممارسة مهارات التفكير وعملياته في مجالات الحياة المختلفة، وتنمية قدرتهم على التعلم الذاتي وكيفية البحث عن المعرفة من مصادرها المختلفة، وذلك لمواجهة تحديات الحاضر واحتمالات المستقبل (١١: ٢)

تحتل أنشطة رياضة الجمباز مكاناً هاماً فى برامج التربية الرياضية على جميع مستويات المراحل التعليمية عامة، والمرحلة الإعدادية خاصة فى

* أستاذ بقسم المناهج وتدريس التربية الرياضية ووكيل الكلية لشئون الدراسات العلياوالبحوث فرع بالوادي الجديد جامعة أسيوط

** مدرس بقسم المناهج وتدريس التربية الرياضية تخصص جمباز – بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط

*** معلم تربية رياضية

معظم دول العالم المتقدمة وهذه الأنشطة غالباً ما تدرج ضمن مجال أنشطة اختيار القدرات الذاتية نظراً لما تتضمنه من العديد من الحركات والمهارات التى يتنافس فيها التلميذ مع نفسه، والتى تعمل على تأكيد ذاتيته. (٢: ١٧)

ويرى "**محمد محمود عبد السلام**" (٢٠٠٢) أن رياضية الجمباز تطورت فى السنوات الأخيرة تطوراً ملحوظاً كماً وكيفاً مما يحملنا على أثراء مجال تخصصنا المفضل بأحدث المعلومات والمعارف التى توصلت لها الدول المتقدمة فى هذا المجال من خلال ترجمة الخبرات الذاتية.(١٠ :١)

أن عملية إمداد المتعلم بالمعلومات لا تقتصر فحسب على مجرد المعرفة فى حد ذاتها بل يجب أن تمتد إلى القدرة على توظيفها بحيث تكون قابلة للتطبيق فاكتساب المتعلم لتلك المعلومات النظرية وقدرته على توظيفها قد يؤدى إلى تنمية المهارات والقدرات العقلية إلى تحسين مستوى الأداء الحركي وتطوره والقدرة على التعرف السريع فى ظل الظروف المتغيرة وقد تسهم تلك المعارف والمعلومات النظرية فى الارتقاء بمستوى الفرد المتعلم فى نوع النشاط الرياضى الممارس.(٢ :٤٧)

لقد حظي موضوع ما وراء المعرفة باهتمام ملحوظ فى السنوات الماضية باعتباره طريقة جديدة فى تدريس التفكير حيث انه يركز على عملية التفكير كموضوع بالإضافة إلى تعلم التفكير وممارسته والتدريب عليه فى مواد وموضوعات دراسية متنوعة فالفرق بين الخبير فى حل المشكلات والأقل قدرة أن الخبراء يفهمون تفكيرهم ويشرحونه بينما لا يستطيع ذلك الآخرين.(٥: ١٦٧)

كما تعرف استراتيجيات ما وراء المعرفة على أنها تدريب التلميذ على التفكير، ومعرفه ماذا نعرف؟، وماذا لا نعرف؟ وأنها عمليات إجرائية لإدارة وتنظيم التفكير فالتلميذ عندما يستخدم هذه الاستراتيجيات إنما هو يدير تفكيره وتفيد فى امتلاك المعرفة والفهم والاستخدام المناسب لهذه المعرفة مع الوعى

والتحكم فى تعلم وانجاز المهمة ومعرفة التلميذ لذاته وإدراكه لها كمتعلم ووعيه. (٦: ٨٣)

استراتيجيات ما وراء المعرفة: (إستراتيجية خرائط الشكل (٧)– النمذجة مع التوضيح– التعليم المباشر– التفكير بصوت عال– إستراتيجية التساؤل الذاتي– إستراتيجية العصف الذهني– إستراتيجية خرائط المفاهيم). (٣ :١٢٢)

تعد إستراتيجية التساؤل الذاتي من أهم إستراتيجيات ما وراء المعرفة وأكثرها شيوعاً في التطبيقات التربوية الخاصة بميدان التعليم حيث يتفق التربويون على أهمية تدريب التلاميذ على استخدام إستراتيجية التساؤل الذاتي، وذلك لأن معالجة المعلومات بطريقة الأسئلة تنشط التلاميذ وتحفزهم على استيعاب نصوص العمليات التعليمية، وتحسن مستوى التفكير لديهم عن طريق إثارة وعيهم بما يقومون به من أنشطة عقلية وعمليات معرفية، ومراقبة فهمهم واكتشاف مواطن الضعف الكامنة لديهم في تعلم واكتساب المهارات، ومحاولة التغلب عليها من خلال تعديل خططهم وإعادة تنظيمها أولاً بأول، إذا دعت الضرورة لذلك، مما يجعل استخدام إجراءات وآليات هذه الإستراتيجية بمثابة علامات مضيئة وهادية لتعديل مسار التعلم، وتحقيق درجة أكبر من الفعالية في اكتساب المهارات.(١٥:٩٣)

وعرفها "**منير الجندى، أمينة صادق**" بأنها وضع مجموعة من الأسئلة يمكن للمتعلم أن يسألها لنفسه أثناء معالجة المعلومات والتعامل معها وهذه الأسئلة يمكن تقسيمها إلى عدة مراحل تبعا لمكان استخدامها في التعلم (قبل وأثناء وبعد التعلم) وهي بذلك تساعد على زيادة الوعي بعمليات التفكير لدى المتعلمين"، تهدف إستراتيجية التساؤل الذاتي إلى البحث عن معلومات جديدة عن طريق تكوين وإثارة الأسئلة.(١٢: ٣٧٩)

ومن المفيد للمتعلم أن يوجه أسئلة قبل التعلم وأثناء وبعد التعلم،هذه الأسئلة الذاتية تيسر الفهم وتشجيعه على التوقف أمام العناصر المهمة،

والتفكير فى المادة التعليمية التى يتعلمونها وربط القديم بالجديد والتنبؤ بأشياء جديدة والوعى بدرجة استيعابهم لها وأثاره الخيال.(١: ٣٧)

وترجع فاعلية هذه الأسئلة إلى أنها تخلق بناءاً انفعالياً ودافعاً معرفياً وحين يبدأ التلاميذ باستخدام الأسئلة يصبحون أكثر شعوراً بالمسئولية عن تعلمهم، ويقومون بدور أكثر ايجابية، ويبدو أن معالجة المعلومات بطريقة الأسئلة تثير دوافع التلاميذ للنظر للتعلم فى إطار خبراتهم السابقة، ومواقف حياتهم اليومية، بما يزيد احتمال تخزين المعلومات فى الذاكرة بعيدة المدي، ويجعل استخدامها فى المستقبل وفى مواقف متنوعة أمراً يسراً.(٧: ١٤٠)

مما سبق وفى ضوء خبرة الباحثة الميدانية لاحظت ان هناك قصور فى الطرق المعتادة فى تدريس المهارات وتحقيق الأهداف المرجوة فضلاً عن ضعف الاهتمام بدور المتعلم الايجابي فى التعلم والتفكير مما يظهر الحاجة إلى استخدام إستراتيجية تدريس حديثة يمكن من خلالها تنمية المهارات المنهجية للجمباز (الوقوف على اليدين– التقدم بالدحرجة الأمامية– الشقلبة الجانبية على اليدين– جملة حركية) لدى هؤلاء الطلاب لذا قد يكون هناك قصور فى مخرجات التدريس والتى لا تصل إلى المستوى المطلوب الذى يتناسب مع التطور والتحصيل المعرفى واستخدام طرق التدريس المناسبة مما جعلنا نشعر بالحاجة إلى إجراء دراسة تعتني باستراتيجيات وأساليب تدريس حديثة يسعى لها المهتمون بتدريس والتقدم العلمى فى المعلومات والمعارف التى يمكن أن يكتسبها الطالب بنفسه من ناحية التطورات الحديثة ومن ناحية أخرى تنقل النشاط فى عملية التعلم من المعلم إلى المتعلم مع بقاء دور المعلم مرشداً وموجهاً يعمل مع طلابه على أن يكون الهدف من عملية التعلم للطالب الذي يريد أن تتكامل شخصيته من جميع الجوانب وكيفية تحمل المسؤولية وتنمية قدراتهم على التعلم الذاتي وكيفية البحث عن المعرفة والمعلومات من مصادرها المختلفة حتى يكونوا قادرين على الابتكار والانتقاء والتجديد وممارسة مهارات

التفكير وعملياته فى مجالات الحياة المختلفة وأن الثمار الحقيقة للتعلم فى العمليات الفكرية الناتجة عن دراسة ومناقشة الموضوعات وليس تراكمها وإلقائها للطلاب نتيجة لذلك نحتاج إلى موضوع ينمى قدرات الطالبات من خلال العديد من الاستراتيجيات وأساليب التدريس التى تعطى المتعلم الفرصة الأكبر في التعليم واكتساب الخبرة وهذا ما وجدته الباحثة في إستراتيجية التساؤل الذاتي مما دعاها إلى عمل دراسة وتصميم برنامج تعليمي باستخدام إستراتيجية التساؤل الذاتي وتأثيره على التحصيل المعرفي ومستوى أداء المهارة المنهجية في رياضة الجمباز لتلميذات المرحلة الإعدادية.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى تصميم برنامج تعليمي باستخدام إستراتيجية التساؤل الذاتي ومعرفة تأثيره على:

أ- مستوى التحصيل المعرفي في رياضة الجمباز لتلميذات المرحلة الإعدادية.

ب- مستوى أداء المهارات المنهجية في رياضة الجمباز لتلميذات المرحلة الإعدادية.

فروض البحث:

١- توجد فروق داله إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة فى:

أ- مستوى التحصيل المعرفى للمهارات المنهجية لصالح القياس البعدى.

ب- مستوى الأداء المهارى للمهارات المنهجية لرياضة الجمباز لصالح القياس البعدى.

٢- توجد فروق داله إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطات درجات القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى:

أ- مستوى التحصيل المعرفى للمهارات المنهجية لصالح القياس البعدى.

ب- مستوى الأداء المهارى للمهارات المنهجية لرياضة الجمباز لصالح القياس البعدى.

٣- توجد فروق داله إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطات درجات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى:

أ- مستوى التحصيل المعرفى للمهارات المنهجية لصالح المجموعة التجريبية.

ب- مستوى الأداء المهارى للمهارات المنهجية لرياضية الجمباز لصالح المجموعة التجريبية.

بعض المصطلحات المستخدمة فى البحث:

١- إستراتيجية التساؤل الذاتىself-questioning strategy:

هي إستراتيجية تقوم على توجيه المتعلم مجموعه من الأسئلة لنفسه أثناء معالجه المعلومات مما يجعله أكثر اندماجا مع المعلومات التي يتعلمها ويخلق لديه الوعى بعمليات التفكير لبناء علاقات بين أجزاء المادة موضوع الدراسة وبين معلومات الطالب وخبراته ومعتقداته من جانب والموضوعات الدراسية من جانب آخر.(٩: ٩٥)

٢- التحصيل المعرفي Cognitive Achievement

هو المعلومات التى اكتسبها الطالب أو المهارة التى نمت عنده من خلال تعلم الموضوعات الدراسية والذى يقاس بالدرجة التى يحصل عليها الطالب فى أحدى اختبارات التحصيل. (٣: ٦٤)

الدراسات المرجعية :

١- دراسة "**نوال عبدالفتاح**" (٢٠٠٦) (١٣) بعنوان "**معرفة مدى فاعلية إستراتيجية التساؤل الذاتي الموجه في تنمية بعض مهارات ما وراء المعرفة والإتجاه نحو مادة علم النفس لدى طلاب المرحلة الثانوية**"، والتي هدفت الى معرفة مدى فاعلية إستراتيجية التساؤل الذاتي الموجه في تنمية بعض مهارات ما وراء المعرفة والإتجاه نحو مادة علم النفس لدى طلاب المرحلة الثانوية، وتوصلت الى فاعلية التساؤل الذاتي الموجة في تنمية مهارات ما وراء المعرفة والإتجاه نحو مادة علم النفس لدى عينة الدراسة، وأوصت بضرورة استخدام هذه الاسترتيجية في مختلف المواد الدراسية وذلك لفاعليتها.

٢- دراسة "**أحمد بهلول**" (٢٠٠٤) (١) بعنوان " **اتجاهات حديثة في استراتيجيات ما وراء المعرفة يمكن استخدامها في تعليم القراءة**" استهدفت تحديد وهي دراسة وصفية تناولت (٣١) استراتيجية فيما وراء معرفية وقامت الدراسة بغرض الخطوات الاجرائية الخاصة بكل استراتيجية، وقد اوصت الدراسة بضرورة اعداد أدلة لمعلمي اللغة العربية تحتوي على اهم استراتيجيات ما وراء المعرفة في تعليم القراءة والخطوات الاجرائية لتنفيذها ولما كان محور الاهتمام في استراتيجيات ما وراء المعرفة ليجعل المتعلم يفكر بنفسه في حل ما يواجهه من مشكلات او موقف، وتنظيم افكاره وترتيبها وتجديد ما يعرفه وما لا يعرفه او التحدث عن كل حدث في ذهنه اثناء ادائه للمهمة التي يقوم بها فقد وضعت عدة استراتيجيات يمكن ان تعزز قدرات ما وراء المعرفة عند المتعلمين، ويمكن لأى معلم استخدامها في تدريسه لأي مادة من المواد الدراسة المختلفة.

٣- دراسة "**محمد محمود حسن**" (٢٠٠٨م) (٨) بعنوان "**فاعلية استخدام استراتيجية الشكل "V" فى التحصيل المعرفى ومستوى الأداء المهارى لبعض مهارات الجمباز لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسى**". واستهدفت الدراسة التعرف على تأثير استخدام استراتيجية الشكل "V" فى التحصيل المعرفى ومستوى الأداء المهارى لبعض مهارات الجمباز الأرضى وحصان القفز لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسى واستخدم الباحث المنهج التجريبى بتصميم مجموعتين تجريبية وتدرس وفق استراتيجية الشكل "V" ومجموعة ضابطة وتدرس وفق الاستراتيجية المعتادة (التقليدية) وقد بلغ حجم العينة (٣٠) ثلاثون تلميذ من تلاميذ الصف الثانى الإعدادى وكان من أهم نتائج البحث تفوق المجموعة التجريبية والتى استخدمت إستراتيجية الشكل "V" فى مستوى التحصيل المعرفى ومستوى الأداء المهارى عن المجموعة الضابطة التى استخدمت الطريقة التقليدية لما لإستراتيجية "V" من دمج التدريس النظري المفاهيمى بالجانب العملى التطبيقي.

٤- دراسة "**محمد كمال الدين البارودى**" (٢٠١١م) (١٤) بعنوان "**أثر استخدام استراتيجيه التساؤل الذاتى على التحصيل المعرفى ومستوى أداء طلاب كليه التربيه الرياضيه على جهاز منصة القفز** " استهدفت الدراسة استخدام استراتيجيه التساؤل الذاتى فى التدريس للطلاب ومعرفه تأثيرها على مستوى أداء الشقلبة الأمامية على منصة القفز ومستوى التحصيل المعرفى، استخدم الباحث المنهج التجريبي، وقد بلغت عينة الدراسة (٣٨) طالب من طلاب تخصص تدريس الجمباز بالفرقة الثالثة وتم تقسيمها عشوائيا إلى مجموعتين تجريبية وضابطه، وقد توصل الباحث إلى أهم النتائج وهي ان استخدام الإستراتيجية المقترحة فى التدريس كان أكثر

تأثيرا من الإستراتيجية التقليدية (الأوامر) على التحصيل المعرفى ومستوى الأداء المهارى للشقلبة الأماميه على منصة القفز مما يدل على فاعليتها.

٥- دراسة "**محمد كمال الدين البارودى**" (٢٠١٢م)(١٥) بعنوان " **اثر استخدام استراتيجيه K-W-L على التحصيل المعرفى ومستوى أداء طلاب كليه التربيه الرياضيه على جهاز منصه القفز** "، استهدفت الدراسة التعرف على اثر تدريس وحدة دراسية باستخدام استراتيجيه K-W-L على التحصيل المعرفى ومستوى أداء طلاب تخصص تدريس الجمباز لمهاره الشقلبه الأمامية على جهاز حصان القفز، استخدم الباحث المنهج التجريبي، وقد بلغت عينة الدراسة (٤٠) طالباً وقد قام الباحث بتقسيم الطلاب إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهم (٢٠) طالب، وقد توصل الباحث إلى أهم النتائج وهي أسلوب دمج التدريس النظرى بالتطبيق العملى كان أكثر تأثيرا من الأسلوب التقليدى على التحصيل المعرفى ومستوى الأداء المهارى للجملة الحركية على جهاز الحركات الأرضية قيد البحث مما يدل على فاعليته وتأثيره.

التعليق على الدراسات السابقة:

- اعتمدت الدراسات السابقة جميعها المنهج التجريبي والدراسة الحالية كذلك.
- تباينت أعداد أفراد العينات في الدراسات السابق، إذ بلغ الحد الأدنى (٤٠).
- استخدمت الدراسات السابقة التصاميم البحثية القائمة على مجموعتين (التجريبية- الضابطة).
- إن أغلب الدراسات السابقة قد أجرت عمليات التكافؤ بين أفراد العينة ومن أهم المتغيرات هي التكافؤ في العمر الزمني محسوباً بالشهور، والتحصيل الدراسي للمادة الدراسية في السنة السابقة، والتحصيل الدراسي للوالدين، ودرجات الاختبار القبلي، أما الدراسة الحالية فقد كافأ الباحثة فيما بين

مجموعتي البحث في العمر الزمني للطلاب ودرجات الاختبار القبلي والتحصيل المعرفي.

- – أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة: قد استفادت الدراسة الحالي من الدراسات السابقة في أمور عدة منها:

* بناء فكرة الدراسة.
* اختيار عينة البحث وتحديدها.
* تحديد الأساليب الإحصائية المناسبة للبحث.
* بناء الاختبار التحصيلي.

منهج لبحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبى بإستخدام التصميم التجريبى لمجموعتين أحداهما تجريبية وأخرى ضابطة بالقياسين القبلى والبعدى.

مجتمع البحث :

يمثل مجتمع البحث تلميذات الصف الثالث الإعدادى بمدرسة النهضة بأسيوط الجديدة أدارة الفتح التعليمية بمحافظة أسيوط.

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من مجتمع البحث بواقع (٤٠) تلميذه تم تقسيمهم لمجموعتين الأولى تجريبية وعددهم (٢٠) والثانية ضابطة وعددهم (٢٠) وأستخدمت الباحثة مع المجموعة الأولى أستراتيجية التساؤل الذاتى والمجموعة الثانية الأسلوب التقليدى وجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١)
توصيف مجتمع وعينة البحث

المجموعتين	الأستراتيجية المتبعة	العـدد
التجريبية	التساؤل الذاتى	٢٠
الضابطة	الأسلوب التقليدى	٢٠
المجموع	٤٠	

اختيار المساعدين :

تم اختيار المساعدين من الزملاء المدرسين بهدف :

- التعرف على طريقة إستخدام الأدوات المستخدمة في إجراء البحث.
- التدريب على طريقة القياس، وتسجيل النتائج.
- توضيح دور كل منهم أثناء إجراء القياس.
- تجهيز الأدوات المستخدمة في إجراء البحث.
- الإشراف والتوجيه أثناء تسجيل النتائج، والتأكد من صحة التسجيل في البطاقات الخاصة بذلك.

وسائل وأدوات جمع البيانات:

الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث :

- الرستاميتر لقياس الطول بالسنتيمترات.
- ميزان طبي لقياس الوزن.
- حبال وأطواق وصالجونات ومراتب.
- سلم القفز.
- لاب توب.
- المهر.
- كاميرا ديجيتل رقمية.
- كرات طبية.مرفق (١٠)

استمارات استطلاع آراء الخبراء (الاستبيان):

قامت الباحثة بتصميم استمارات لتسجيل القياسات الخاصة بالبحث مرفق (٨) بحيث تتوفر فيها البساطة وسهولة ودقة وسرعة التسجيل من أجل تجميع البيانات وجدولتها تمهيداً لمعالجتها إحصائياً وهى كما يلى :

- استمارة تسجيل قياسات الطالبات فى متغيرات (السن– الطول– الوزن).

- استمارة تسجيل قياسات الطالبات فى الاختبارات البدنية.
- استمارة تسجيل قياسات الطالبات فى الاختبارات المهارية.

ثم قامت الباحثة بتصميم استمارات استطلاع آراء الخبراء فى مجالات المناهج وطرق التدريس، ورياضة الجمباز وهي :

- مرفق (٢): استمارة استطلاع رأى الخبراء فى المكونات البدنية الهامة لتعليم المهارات الأساسية فى الجمباز "قيد البحث".
- مرفق(٤,٣) : الاختبارات البدنية.
- مرفق (٥) الاختبار المعرفي في الصورة الأولية.
- مرفق (٦): الاختبار المعرفي في الصورة النهائية.
- مرفق(٧):مفتاح تصحيح لاختبار المعرفي.
- مرفق(٨) : استمارات تسجيل بيانات الطالبات.
- مرفق(٩): استمارة استطلاع راي السادة الخبراء حول البرنامج التعليمي المقترح بإستراتيجية التساؤل الذاتي.
- مرفق(١٠): الأدوات والأجهزة والوسائل المستخدمة فى البرنامج التعليمى المقترح.
- مرفق رقم (١١) : البرنامج التعليمي المقترح.

استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد أهم الصفات البدنية والاختبارات التى تساعد على أداء مهارات الجمباز المنهجية.

اتبعت الباحثة الخطوات الإجرائية التالية في بناء الإستمارة:

تم وضع الصفات البدنية التي حصرتها الباحثة من خلال المراجع العلمية والدراسات والبحوث السابقة مثل دراسة "**نوال عبد الفتاح** (٢٠٠٦) (١٣) ودراسة **أحمد بهلول** (٢٠٠٤) (١) ودراسة **محمد محمد حسن**" (٢٠٠٨) (٨) فى صورة إستمارة إستطلاع رأي الخبراء مرفق (٢) للتعرف على أنسب تلك الصفات المرتبطة بمسابقات بالمهارات قيد البحث تم عرض الإستمارة على

عدد (١٠) من السادة الخبراء مرفق (١)، والمتخصصين في مجال رياضة الجمباز لإبداء آرائهم وتحديد أنسب الصفات البدنية للمسابقات قيد البحث.

- قامت الباحثة بإجراء المعاملات العلمية لحساب الصدق حول نسبة الإتفاق على كل عنصر من العناصر وفقا لما أشار إليه الخبراء من خلال ما يلي:

صدق الاستمارة:

تم إستخدام صدق المحكمين، حيث تم عرض الإستمارة على (١٠) من السادة الخبراء في مجال رياضة الجمباز (من الحاصلين على درجة الدكتوراه في مجال التدريس والتدريب)، وتم حساب النسبة المئوية لآراء الخبراء حول المتغيرات البدنية وكان عددهم (١٠) صفات بدنية، وذلك كما هو موضح بجدول (٢):

جدول (٣)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول أهم الصفات البدنية (المتغيرات البدنية) المرتبطة بالمسابقات قيد البحث (ن =١٠)

م	الصفات الأساسية	المتغيرات البدنية	الدرجة المقدرة	النسبة المئوية
١	المرونة الثابتة	قياس مرونة العمود الفقري	٤٤	%٨٨
٢	المرونة الديناميكية	قياس المرونة الديناميكية (ثني ومد وتدوير العمود الفقري)	٤٢	%٨٤
٣	السرعة	قياس السرعة	٥٠	%١٠٠
٤	الرشاقة	قياس الرشاقة	٤٨	%٩٦
٥	التوافق	قياس التوافق	٤٤	%٨٨
٦	القوة	قياس القوة	٤٢	%٨٤
٧	قوة الذراعين والكتفين	قياس قوة الذراعين والكتفين	٤٠	%٨٠
٨	قوة الرجلين	قياس القدرة وقوة الرجلين	٤٦	%٩٢
٩	قوة وجلد عضلات البطن	قياس قوة وجلد عضلات البطن	٥٠	%١٠٠
١٠	التوازن	قياس التوازن الثابت	٤٦	%٩٢

تشير نتائج جدول (٢) حسب آراء الخبراء في المتغيرات (الصفات البدنية) المرتبطة بالمهارات قيد البحث إلى أن عنصر (السرعة، قوة وجلد

عضلات البطن) حصل على أعلى نسبة من آراء السادة الخبراء بنسبة (١٠٠%)، ثم يليهم عنصر (الرشاقة) بنسبة (٩٦%) ثم يليها عنصر (قوة الرجلين والتوازن) بنسبة (٩٢%) ثم يليها عناصر (المرونة الثابتة والتوافق) بنسبة (٨٨%) ثم يليها عنصر(المرونة الديناميكية والقوة) بنسبة (٨٤%) ثم يليها عنصر(قوة الذراعين والكتفين) بنسبة (٨٠%) وقد إرتضت الباحثة الصفات البدنية التي حصلت على نسبة أعلى من (٧٠%) بناءً على آراء السادة الخبراء واستبعدت الباحثة الصفات التي حصلت على أقل من ذلك، وبالتالي فقد أسفرت النتيجة على (١٠) صفات بدنية هي الأكثر إرتباطاً بمهارات الجمباز ومرفق(٢) يوضح ذلك.

استمارة استطلاع رأى الخبراء حول تحديد أنسب الاختبارات البدنية لقياس الصفات البدنية الخاصة بالسباقات قيد البحث.

- تم وضع الإختبارات البدنية التي "حصرتها الباحثة" من خلال المراجع العلمية والدراسات والبحوث السابقة في صورتها النهائية في إستمارة إستطلاع رأي الخبراء للتعرف على أنسب الإختبارات التي تقيس الصفات البدنية لعينة البحث مرفق (٣).
- تم عرض الإستمارة على عدد (١٠) من السادة الخبراء المتخصصين في مجال رياضة الجمباز لإبداء آرائهم وتحديد أنسب الإختبارات البدنية التي تقيس عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بمهارات البحث، وكان عدد عناصر اللياقة البدنية (١٠) عناصر، وتم وضع إختبار لكل عنصر بما يعادل (١٠) اختباراً بدنياً، مرفق (٣).
- قامت الباحثة بإجراء المعاملات العلمية للإستمارة، وتوصلت إلى أهم هذه الإختبارات خلال الدراسة الإستطلاعية الأولى. وجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)
النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول الاختبارات البدنية المناسبة لأفراد للعينة قيد البحث (ن=١٠)

م	الصفات البدنية	اسم الاختبار	الدرجة المقدرة	النسبة المئوية
١	المرونة الثابتة	ثني الجذع خلفاً من الانبطاح	٤٦	%٩٢
٢	المرونة الديناميكية	اللمس السفلى والجانبي	٥٠	%١٠٠
٣	السرعة	العدو لمسافة ٥٠م	٤٢	%٨٤
٤	الرشاقة	اختبار بارو	٤٠	%٨٠
٥	التوافق	اختبار نط الحبل	٤٤	%٨٨
٦	القوة	قوة القبضة	٤٨	%٩٦
٧	قوة الذراعين والكتفين	الشد لأعلى من التعلق	٤٦	%٩٢
٨	قوة الرجلين	الوثب العريض من الثبات	٤٦	%٩٢
٩	قوة وجلد عضلات البطن	الجلوس من الرقود	٥٠	%١٠٠
١٠	التوازن	الوقوف على القدم المفضلة	٤٤	%٨٨

ويتضح من جدول (٣) أن نسبة أتفاق السادة الخبراء حول الإختبارات البدنية المرتبطة بالصفات البدنية الخاصة بالسباقات قيد البحث تراوحت بين (٨٠%- ١٠٠%) وقد إرتضت الباحثة الإختبارات التي حصلت على نسبة أعلى من ٧٠% بناءاً على أراء السادة الخبراء وأستبعدت الإختبارات التي حصلت على أقل من ذلك.

الاختبارات :

١- اختبار التحصيل المعرفي في الجمباز :

قامت الباحثة بالإطلاع على بعض من البحوث والدراسات العلمية السابقة التي تناولت أساليب التقويم والاختبارات الموضوعية وذلك بهدف التعرف على عملية بناء الاختبار الجيد ومن ثم قامت الباحثة بتصميم اختبار لقياس التحصيل المعرفي في المعلومات المعرفية المرتبطة بمهارات الجمباز (قيد البحث)، وقد اتبعت الباحثة الخطوات الآتية:

- تحديد الهدف من الاختبار:

في ضوء أهداف البحث تم تحديد الهدف من الاختبار المعرفي وتمثل في قياس مستوى التحصيل المعرفي لعينة البحث " تلميذات الصف الثالث الإعدادي" في المعلومات المعرفية من المعارف والحقائق والمفاهيم المرتبطة بمهارات الجمباز(قيد البحث) والتي تضمنها البرنامج التعليمي المقترح، وقد روعي تناسب الاختبار مع مستوى المرحلة السنية لعينة البحث.

- خطوات تصميم الإختبار المعرفي:

١- تحديد المحاور.

٢- تحديد الأسئلة وصياغتها.

٣- تطبيق الاختبار على مجتمع البحث ومن خارج العينة بهدف استخلاص العبارات (الأسئلة) المناسبة، وذلك بحساب معامل الصعوبة ومعامل التميز لكل عبارة أو (سؤال).

٤- إيجاد المعاملات العلمية للإختبار (صدق- ثبات).

المعاملات العلمية للاختبار المعرفي :

صدق الاختبار المعرفي :

قامت الباحثة بإيجاد صدق الاختبار من خلال صدق المحكمين على النحو التالي:

أ- صدق المحكمين :

قامت الباحثة بعرض الاختبار على مجموعة من الخبراء في مجال المناهج وطرق التدريس والجمباز لإبداء الرأي في الاختبار وملاحظة مفرداته مرة أخرى والتأكد من الدقة العلمية ومناسبة المفردات لمستوى الطلاب عينة البحث وتناسبها مع كل محور من محاور الاختبار ومن ثم صلاحيتها للتطبيق وبلغت نسبة موافقة الخبراء على صدق الأختبار لما وضع من اجله ١٠٠% وبذلك أصبح الاختبار في شكله النهائي مكون من(٤٥) مفردة صالحة للتطبيق.

ب- ثبات اختبار التحصيل المعرفي:

قامت الباحثة بحساب ثبات اختبار التحصيل المعرفى وذلك بتطبيقه وإعادة تطبيقه بفارق زمني مدته سبعة أيام في الفترة من ٢٠١٦/٢/١ إلى ٢٠١٦/٢/٧ على عينة قوامها (١٠) طالبات من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية، وتم حساب معامل الارتباط بين القياسين وجدول (٤) يوضح معاملات الارتباط بين القياسين.

جدول (٤)

معاملات الإرتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبارالمعرفي (ن=١٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة"ر" المحسوبة
			المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	
١	اختبار التحصيل المعرفي	درجة	٣٨.٤٠	٦.٤٣	٣٤.٩٣	٥.٧٩	٠.٨٤

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٦٣ * دال

يتضح من جدول (٤) وجود ارتباط دال إحصائياً بين التطبيق وإعادة التطبيق فى اختبار التحصيل المعرفي، حيث بلغت قيمة "ر" المحسوبة للاختبار (٠.٨٩) وهي أكبر من قيمة "ر" الجدولية مما يشير إلى ثبات الاختبار المعرفي.

تحديد زمن الاختبار:

قامت الباحثة بتحديد الزمن المناسب للإجابة على الاختبار في ضوء نتائج التطبيق على الطالبات الصف الثالث الإعدادي من داخل المجتمع وخارج عينة البحث الأساسية من المعادلة التالية :

زمن الاختبار = الزمن الذي استغرقه أول طالبه + الزمن الذي استغرقه آخر طالبه

٢

وبذلك آمكن تحديد الزمن الكلي للاختبار وهو (٣٠) دقيقة.

الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بدراسة استطلاعية واحدة وذلك بهدف إيجاد المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة في البحث وضبط متغيرات البحث وذلك في الفترة من ٢٠١٦/٢/٨م إلى ٢٠١٦/٢/١٠م.

الدراسة الاستطلاعية الأولى:

أجرت الباحثة الدراسة الإستطلاعية الأولى بتنفيذ الاختبار المعرفي والاختبارات البدنية والمهارية المستخدمة في البرنامج الذي تم وضعه باستخدام إستراتيجية التساؤل الذاتي، وذلك باختيار(١٠) طالبات من نفس المجتمع بالمدرسة تم اختيارهم بالطريقة العمدية فى الفترة من ٢٠١٦/٢/٨م حتى ٢٠١٦/٢/١٠م.

الهدف من الدراسة الإستطلاعية :

- معرفة المساعدين للأدوار المكلفة لهم إثناء تنفيذ الاختبارات.
- تنفيذ الاختبارات المهارية والبدنية كذلك الاختبار المعرفي على عينة من مجتمع البحث خارج عينة البحث الأصلية.
- مدى مناسبة التمرينات وأجزاء كل درس للطالبات.
- مدي مناسبة الأدوات والأجهزة المتوفرة.
- اختيار أفضل زاوية للتصوير.
- اكتشاف ما يظهر من صعوبات تواجه الباحثة أثناء عملية التطبيق الاختبارات(البدنية– المهارية) وبعض الدروس التعليمية والتغلب عليها.
- توفير عوامل الأمن والسلامة أثناء تطبيق البرنامج التعليمي.

نتائج الدراسة الاستطلاعية :

- تنفيذ الاختبارات البدنية والمهارية وكذلك الاختبار المعرفي قيد البحث.
- تم التأكد من أن الاختبارات المهارية والبدنية تستطيع الطالبات أدائها.

- تم الوقوف على بعض الصعوبات التى قد تواجه تطبيق البرنامج التعليمى المقترح والعمل على حلها.
- تم توفير عوامل الأمن والسلامة أثناء تطبيق البرنامج التعليمي المقترح.

البرنامج التعليمي المقترح :

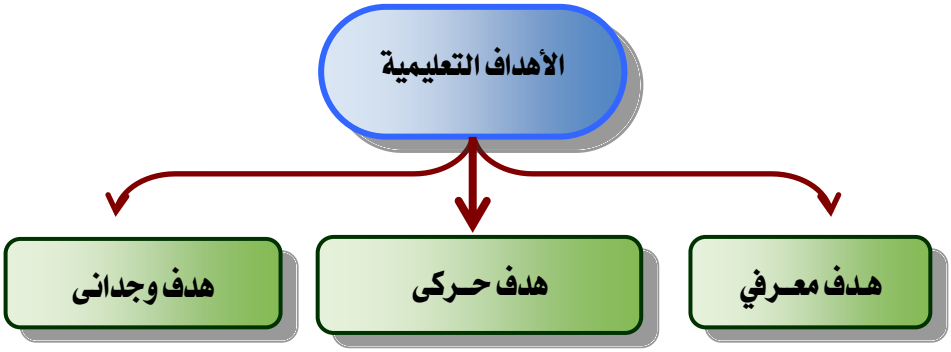
عملية بناء البرنامج عملية نظامية تتطلب خطة شاملة، وتتضمن مجموعة من الإجراءات العلمية المتسلسلة وتم البدء في تنفيذ مجموعة من الخطوات التالية:

هدف البرنامج:

تطوير وتحسين مستوى الأداء للسباقات قيد البحث في الجمباز من خلال إستراتيجية التساؤل الذاتي كأساس لوضع البرنامج المقترح.

الأهداف التعليمية للبرنامج المقترح :

قام الباحث بتحديد الأهداف العامة طبقاً لجوانب التعلم الثلاثة وهى :



شكل (١)

الأهداف التعليمية للبرنامج

الهدف المعرفي ويتمثل في :

أن تكتسب الطالبات معلومات ومعارف مرتبطة بالمهارات الأساسية قيد البحث.

الهدف حركي ويتمثل في:

أن تؤدى الطالبات الأداء المهاري الصحيح للمهارات (قيد البحث) وفقا لقواعد الأداء الفني الصحيح.

الهدف الوجداني ويتمثل في :

أن تتحسن اتجاهات الطالبات نحو ممارسة رياضة الجمباز. (٢٧ : ٣٦)

تم ترجمة الأهداف العامة للبرنامج المقترح وصياغتها في صورة أهداف سلوكية إجرائية:

تم تحديد الأهداف وصياغتها في شكل سلوك نهائي يمكن ملاحظته وقياسه أي يجب أن يدل الهدف على وصف النتيجة التي يجب أن يكونوا عليها الطالبة نتيجة مرورهم بخبرات تعليمية محددة إكتسبوها خلال البرنامج التعليمي كالتالي:

- الأهداف السلوكية المعرفية.
- الأهداف السلوكية الحركية.
- الأهداف السلوكية الوجدانية.

الأهداف السلوكية المعرفية للطالبات :

- أن تتعرف الطالبات على التسلسل الحركي والأداء الصحيح للمهارات قيد البحث.
- أن تعرف الطالبات التمرينات التي تمكنها من معالجة الأخطاء التي تواجهه.
- أن تفسر الطالبات عدم حصول زميلاتها على الدرجة النهائية في أدائهم للمهارات قيد البحث.

الأهداف السلوكية النفس حركية (المهارية) للطالبات :

- أن تؤدي الطالبات السباقات طبقاً لشروط الأداء الصحيح.
- أن تميز الطالبات بين صور الأداء الصحيح والخاطئ في مراحل الأداء للمهارات قيد البحث.
- أن تربط الطالبات بين مراحل الأداء الفني لمهارات البحث.

الأهداف السلوكية الوجدانية للطالبات :

- أن تظهر الطالبات إهتماماً بتعلم المهارة موضوع الدرس.
- أنت تمارس الطالبات بحماس التمرينات المطبقة.
- أن تميز الطالبات بين قضاء وقت الفراغ ووقت تأدية الواجبات.
- أن تواظب الطالبات على النظام والالتزام أثناء تنفيذ البرنامج.
- أن تبرز الطالبات الفائدة من ممارسة رياضة الجمباز عن بقية الرياضات الأخرى.
- أن تكتسب الطالبات روح العمل الجماعي. (٢٧ : ٣٨)

أسس ومعايير بناء البرنامج المقترح :

استخدام أستراتيجية التساؤل الذاتي كقياس قبلي وبعدي في تقييم الأداء الفني للطالبات وتفعيل نتائجها في تصميم برنامج تعليمي وتأثيره على أداء المهارات :

مع مراعاة (الاستمرارية– التتابع– التكامل)، ويكون زمن الدرس الواحد (٤٥ دقيقة) مقسمة كالآتي:

* الجزء التمهيدي (١٢ دقيقة).
* الجزء الرئيسي (٣٠ دقيقة).
* الجزء النهائي (٣ دقيقة).

الإطار الزمني العام لتنفيذ البرنامج :

تـم تنظـيم التمرينـات المقترحـة فـي ٣ وحـدات × ٣ درسـاً مـع مراعـاة (الإستمرارية– التتابع– التكامل)، وتم التوزيع الزمني لأجزاء الدرس (الوحدات التعليمية) ويشمل على:

*** الجزء التمهيدي:**

– أعمال إدارية.

– إعداد بدني عام.

– إعداد بدني خاص.

* الجزء الرئيسي (النشاط التطبيقي).

* الجزء النهائي (النشاط الختامي).

*** الجزء التمهيدي :**

– **أعمـال إداريـة:(٢)** دقيقـة وهـى خاصـة بإعـداد مكـان تطبيـق البرنـامج باسـتخدام التسـاؤل الـذاتي، وتسـجيل الحضـور والغيـاب، وتجهيـز الأدوات والتأكد من سلامتها.

– **الإعـداد البـدني العـام:** زمنـه (٥) دقـائق، ويعنـى تأهيـل الجسـم بجميـع أجهزتـه للقيـام بمجهـود معـين يتطلـب عمـلا عضـليا معروفـا، والغـرض الأساسي منه هو التدفئة العامة وقد تضمن الإحماء والإعداد البدني العام (إحماء تقليدي، إحماء الألعاب الصغيرة، إحماء محطات). وجدول (١١) يوضح ذلك.

– **الإعـداد البـدني الخـاص:** زمنـه (٥) دقـائق، وهـو مجموعـة مـن التمـارين التي لها صلة بنسبة عالية بالجزء المراد تعلمه في النشاط التعليمي، والذي يهدف إلى إكساب الطلاب بعض المفاهيم الخاصة باللياقة البدنية كمفاهيم (القوة، السرعة، التحمل، التوازن، المرونـة، الرشاقة، القدرة، التوافق) والتـي نسعى من خلالها إلى تنمية وتحسين عناصر اللياقة البدنية وتنمية التوافق بـين المجموعـات العضـلية والتـأثير علـى أجهـزة الجسـم لتحسـين اللياقـة

الصحية والكفاءة الوظيفية، واستخدمت الباحثة (تمرينات زوجية وفردية بأدوات وبدون أدوات) وذلك للبعد عن الملل والعمل على تهيئة الطالبات بدنياً ونفسياً لاستقبال الجزء الرئيسي من الدرس والذي يتضمن عملاً عضلياً شاقا، وقامت الباحثة باختيار التمرينات الخاصة التي تخدم تحسين المهارات الأساسية قيد البحث. وجدول (١١) يوضح ذلك.

*** الجزء الرئيسي :**

- **النشاط التعليمي والتطبيقي (الجزء الرئيسي):** زمنه (٣٠) دقيقة يؤدى مجموعة من التمرينات من خلال الإستراتيجية لمعرفة تأثيرها على الأداء الفني المصاحب للمهارات قيد البحث.

*** الجزء النهائي :**

ختام الدرس: زمنه (٣) دقيقة، والغرض منه هو عودة الجسم وأجهزته الداخلية إلي حالته الطبيعة ويتضمن النشاط الختامي مجموعة من تمرينات الاسترخاء والتهدئة والإطالة وجدول (١١) يوضح ذلك: (٥١ :١٠٦ -١٠٨).

تنفيذ البرنامج المقترح:

- **القياس القبلي :**

يتمثل فيما تم إجراؤه من تنفيذ القياس القبلي للمجموعة التجريبية والضابطة خلال الفترة من ١١ إلى ٢٠١٦/٢/١٤م للمتغيرات قيد البحث.

بعد إجراء الدراسة الاستطلاعية وبعد تحديد المنهج. واختيار العينة النهائية، وتحديد أدوات جمع البيانات، وعلي ضوء ما أظهرته الدراسة الاستطلاعية من نتائج وبعد استخراج المعاملات العلمية للسباقات قيد البحث.

تكافؤ عينة البحث:

قامت الباحثة بإجراء القياسات الخاصة بتحديد تكافؤ المجموعتين (تجريبية- ضابطة) وذلك بإيجاد (المتوسط الحسابي- الانحراف المعياري-

قيمة ت- مستوي الدلالة) لأفراد كل عينة على حدة وذلك في المتغيرات التالية. (السن- الطول- الوزن) كذلك القدرات والصفات البدنية الخاصة وقد أجرت الباحثة تلك القياسات خلال فترة إجراء تجانس عينة البحث وجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري بين المجموعتين التجريبية والضابطة في درجات القياس القبلي لمستوى الأداء المهاري للسباقات قيد البحث (ن= ٢٠)

م	السباقات	الدرجة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	الشقلبة الجانبية على اليدين	٦	١.٨٢	٠.٨٣	١.٦٠	٠.٨١	٠.٤٣	غير دال
٢	التقدم بالدحرجة الأمامية	٦	٢.٠٢	٠.٩٧	١.٧٥	٠.٨٥	٠.٣٣	غير دال
٣	الوقوف على اليدين	٦	١.٨٥	٠.٧٢	١.٧٠	٠.٩٧	٠.٦٤	غير دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٠٨

ويتضح من جدول (٥) عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث حيث إن قيمة (ت) المحسوبة تراوحت بين (٠.٣٣ – ٠.٦٤) وهي قيمة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين وبذلك يمكن إرجاع أى فروق تظهر إلى المتغير التجريبى وحده وهو (البرنامج التعليمي).

جدول (٦)

المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري وقيمة ت ومستوي الدلالة في بعض المتغيرات (قيد البحث) (ن =٢٠)

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
السن	سنة	١٤.٠٠	٠.٦٣	١٤.٤٠	٠.٨٢	_ ٢.٥٥	غير دال
الطول	سم	١٤٦.٧٠	٣.٨٥	١٤٧.٧٥	٤.٣٠	_ ٠.٩٣	غير دال
الوزن	كجم	٥٣.٣٥	٢.٤١	٥١.٩٠	٣.٥٣	٠.٧٥	غير دال
المرونة الثابتة	السنتيمتر	٢٢.٨٠	١.٤٨	٢١.٠٧	٢.٦٢	١.٨٢	غير دال
المرونة الديناميكية	عدد	١٢.٣٥	١.١٨	١٣.٤٥	٣.٤٧	_ ٠.٧٨	غير دال
السرعة	ثانية	١١.٢٩	١.٥٥	١١.٢٢	٣.٠٣	٠.٠٦	غير دال
الرشاقة	ثانية	١٣.١٠	٢.٨٦	١٤.٢٥	٢.٧٨	_ ٠.٦٩	غير دال
التوافق	عدد	٢.٦٦	١.٣١	٣.٥٧	١.٥٩	٢.٠٤	غير دال
القوة	مسافة	٢.٢٤	١.١٤	٢.٤١	١.٠٧	_ ٠.٦٦	غير دال
قوة الذراعين والكتفين	عدد	٤.٤٢	١.١٦	٤.٥٢	١.٤٧	٠.٢٧	غير دال
قوة الرجلين	مسافة	٦٣.١٦	١٣.٠٩	٦٣.٢٩	١٢.٨٧	٠.٠١	غير دال
قوة وجلد عضلات البطن	عدد	١٤.٣٣	٢.٦٣	١٣.٣٣	٢.٧٨	٠.٦٥	غير دال
التوازن	ثانية	٧.٧١	١.٢٨	٧.٤٩	١.٢٦	٢.٠١	غير دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٠٨

ويتضح من جدول (٦) عدم وجود فروق دالة احصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث حيث إن قيمة (ت) المحسوبة تراوحت بين (-٠.٦٦ - ٢.٠٤) وهي قيمة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين وبذلك يمكن إرجاع أى فروق تظهر إلى المتغير التجريبى وحده وهو (البرنامج التدريبى).

تطبيق البرنامج :

تم تنفيذ الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام إستراتيجية التساؤل الذاتي التي تم التوصل إليها على طالبات الصف الثالث الإعدادي- بمدرسة النهضة الإعدادية بإدارة الفتح خلال الفترة من ٢٠١٦/٢/١٥ إلى ٢٠١٦/٤/٢٤م.

القياس البعدى :

تم إجراء القياسات البعدية للمتغيرات قيد البحث للمجموعة التجريبية والضابطةعينة البحث في الفترة ٢٥ إلى ٢٠١٦/٤/٢٧م وبنفس الشروط التي تم إتباعها في القياس القبلي، فيما عدا الإختبارات البدنية.

عرض النتائج ومناقشتها

عرض النتائج:

سيتم عرض نتائج هذا البحث في عدد من الجداول والأشكال التي تم التوصل إليها من خلال معالجتها إحصائياً وفقاً للقوانين الإحصائية المناسبة في محاولة للإجابة على الفروض المطروحة في المقدمات النظرية لهذا البحث، والذي يتجه هدفه نحو:

"تأثير برنامج تعليمي باستخدام إستراتيجية التساؤل الذاتي على التحصيل المعرفي ومستوى أداء المهارات المنهجية فى رياضة الجمباز لطالبات المرحلة الإعدادية".

من خلال الفروض الآتية:

١- توجد فروق داله إحصائيا بين متوسطات درجات القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى:

أ- مستوى التحصيل المعرفي للمهارات المنهجية لصالح القياس البعدى.

ب- مستوى الأداء المهارى للمهارات المنهجية لرياضة الجمباز لصالح القياس البعدى.

٢- توجد فروق داله إحصائيا بين متوسطات درجات القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى:

أ- مستوى التحصيل المعرفى للمهارات المنهجية لصالح القياس البعدى.

ب- مستوى الأداء المهارى للمهارات المنهجية لرياضة الجمباز لصالح القياس البعدى.

٣- توجد فروق داله إحصائيا بين متوسطات درجات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى:

أ- مستوى التحصيل المعرفى للمهارات المنهجية لصالح المجموعة التجريبية.

ب- مستوى الأداء المهارى للمهارات المنهجية لرياضية الجمباز لصالح المجموعة التجريبية.

ولتحقيق صحة الفروض للبحث وصدقها فقد قامت الباحثة بمقارنة نتائج الفروق بين القياسات فى التحصيل المعرفي والمهارات المختلفة قيد البحث، وقامت الباحثة بإيجاد كل من (المتوسط الحسابي والانحراف المعيارى) لكل من القياس القبلي والقياس البعدى، ثم إيجاد قيمة (ت) باستخدام اختبار **(T-test)** وكذلك نسبة التحسن لصالح القياس البعدي لكل من القياس القبلي والبعدي واتضح ما يلي:

عرض نتائج الفرض الأول :

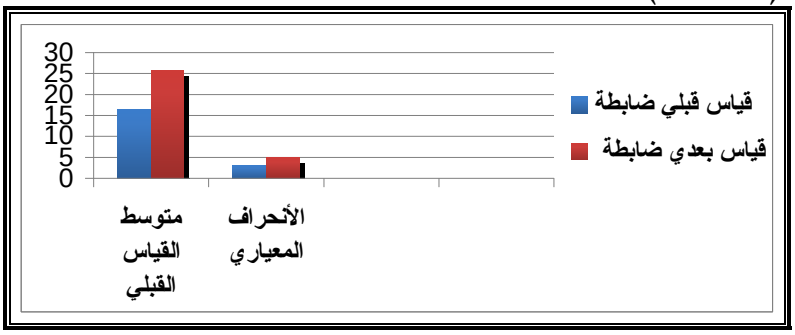
جدول (٧)

المتوسط الحسابى والإنحراف المعياري ودلالة الفروق ونسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لمستوى التحصيل المعرفي للمهارات المنهجية (ن= ٢٠)

م	المتغيرات	الدرجة	القياس القبلى		القياس البعدى		الفروق بين المتوسطات	قيمة ت المحسوبة ودلالتها	نسبة التحسن
			المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى			
١	التحصـــيل المعرفي	45	16.35	3.16	25.65	4.89	9.30	7.57	%56.88

قيمه (ت) عند مستوى دلالة (0.05) = 2.08

يتضح من جدول (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدى في مستوى التحصيل المعرفي للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدى حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية "**0.05**" حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (7.57)، كما يتضح أن نسبة التحسن بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي بلغت (56.88%).



شكل (٢)

القياسان (القبلي- البعدي) للمجموعة الضابطة في مستوي التحصيل المعرفي للمهارات المنهجية قيد البحث

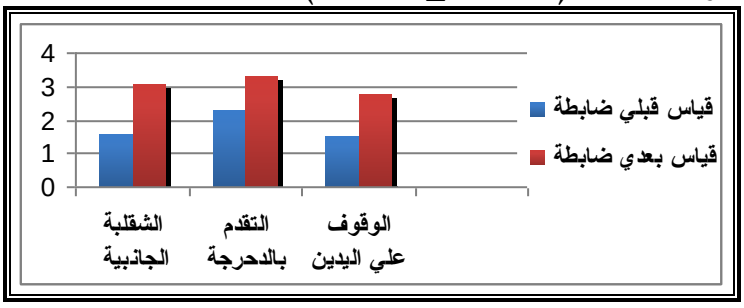
جدول (٨)

المتوسط الحسابى والإنحراف المعيارى ودلالة الفروق ونسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لمستوي الأداء المهاري للمهارات المنهجية (ن = ٢٠)

م	المتغيرات	الدرجة	القياس القبلى		القياس البعدى		الفروق بين المتوسطات	قيمة ت المحسوبة ودلالتها	نسبة التحسن
			المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى			
١	الشقلبة الجانبية علي اليدين	6	1.57	0.87	3.02	0.91	1.45	2.97	%92.35
٢	التقدم بالدحرجة الأمامية	6	2.25	1.29	3.30	1.12	1.05	0.01	%46.66
٣	الوقـــــوف علي اليدين	6	1.52	0.91	2.77	0.80	1.25	4.08	%82.23

قيمه (ت) عند مستوى دلالة (0.05) = 2.08

يتضح من جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدى في مستوى الأداء المهاري للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدى حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية "**0.05**" حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة بين (4.08_0.01)، كما يتضح أن نسبة التحسن بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي تراوحت بين (92.35%_46.66%).



شكل (٣)

القياسان(القبلي- البعدي) للمجموعة الضابطة في مستوي الأداء المهاري للمهارات المنهجية قيد البحث

عرض نتائج الفرض الثانى :

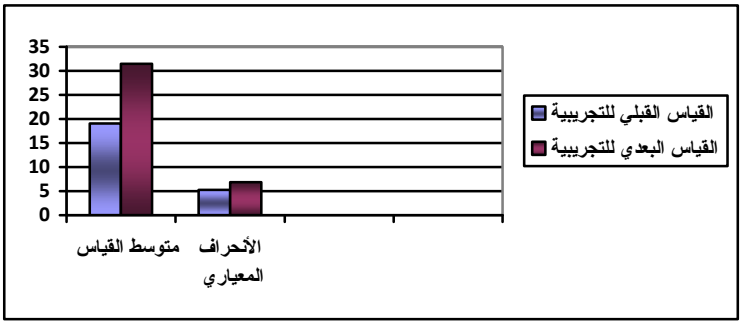
جدول (٩)

المتوسط الحسابى والإنحراف المعياري ودلالة الفروق ونسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى التحصيل المعرفي للمهارات المنهجية (ن = 20)

م	المتغيرات	الدرجة	القياس القبلى		القياس البعدى		الفروق بين المتوسطات	قيمة ت المحسوبة ودلالتها	نسبة التحسن
			المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى			
١	التحصـــيل المعرفي	45	19.10	5.25	31.50	6.89	12.40	8.07	%64.92

قيمه (ت) عند مستوى دلالة (0.05) = 2.08

يتضح من جدول(٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدى في مستوي التحصيل المعرفي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية "**0.05**" حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة بين (12.40)، كما يتضح أن نسبة التحسن بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي بلغت (64.92 %).



شكل (٤)

القياسان(القبلي- البعدي) للمجموعة التجريبية في مستوي التحصيل المعرفي للمهارات المنهجية قيد البحث

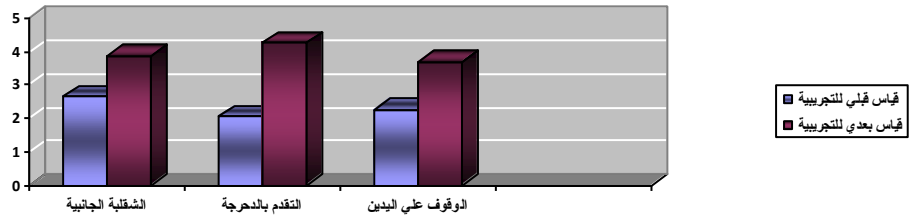
جدول (١٠)

المتوسط الحسابى والإنحراف المعياري ودلالة الفروق ونسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لمستوي الأداء المهاري للمهارات المنهجية (ن = 20)

م	المتغيرات	الدرجة	القياس القبلى		القياس البعدى		الفروق بين المتوسطات	قيمة ت المحسوبة ودلالتها	نسبة التحسن
			المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى			
١	الشقلبة الجانبية علي اليدين	6	2.65	1.10	3.85	1.02	1.20	5.07	%45.28
٢	التقدم بالدحرجة الأمامية	6	2.05	1.22	4.25	1.33	2.20	6.42	%107.31
٣	الوقوف علي اليدين	6	2.27	1.52	3.67	1.05	1.40	3.90	%61.67

قيمه (ت) عند مستوى دلالة (0.05) = 2.08

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدى في مستوى الأداء المهاري للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية "**0.05**" حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة بين (6.42_3.90)، كما يتضح أن نسبة التحسن بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي تراوحت بين (107.67%_45.28%).



شكل (٥)

القياسان (القبلي- البعدي) للمجموعة التجريبية في مستوي الأداء المهاري للمهارات المنهجية قيد البحث

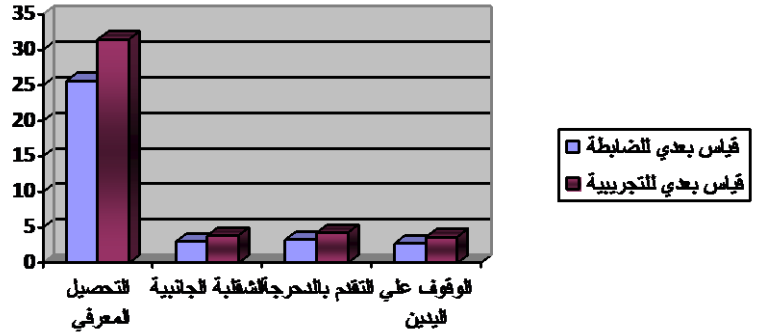
عرض نتائج الفرض الثالث :

جدول (١١)
المتوسط الحسابى والإنحراف المعياري ودلالة الفروق ونسبة التحسن بين القياسين البعديين للمجموعة الضابطة والتجريبية لمستوي التحصيل المعرفي والأداء المهاري للمهارات المنهجية (ن = 20)

م	المتغيرات	الدرجة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفروق بين المتوسطات	قيمة ت المحسوبة ودلالتها	نسبة التحسن
			المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى			
١	التحصيل المعرفي	45	25.65	4.89	31.50	6.89	5.85	2.42	%22.80
	الشقلبة الجانبية علي اليدين	6	3.02	0.91	3.85	1.02	0.83	13.10	%27.48
٢	التقدم بالدحرجة الأمامية	6	3.30	1.12	4.25	1.33	0.95	9.27	%28.79
٣	الوقوف علي اليدين	6	2.77	0.80	3.67	1.05	0.90	15.24	%32.49

قيمه (ت) عند مستوى دلالة (0.05) = 2.08

يتضح من جدول (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين البعديين في مستوى التحصيل المعرفي والأداء المهاري للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدى حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية "**0.05**" حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة بين (2.42_15.24)، كما يتضح أن نسبة التحسن بين متوسطات القياسين البعديين تراوحت ما بين (%22.80_%32.49).



شكل (٦)
القياسان(البعديين) للمجموعة الضابطة والتجريبية في مستوي التحصيل المعرفي و الأداء المهاري للمهارات المنهجية قيد البحث

جدول (١٢)
النسب المئوية لمعدلات تحسن القياسات البعدية عن القبلية للمجموعتين الضابطة والتجريبية للسباقات قيد البحث (ن= 40)

م	المتغيرات	المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية
١	التحصيل المعرفى	%56.88	%64.92
٢	الشقلبة الجانبية على اليدين	%92.35	%45.28
٣	التقدم بالدحرجة الأمامية	%46.66	%107.31
٤	الوقوف على اليدين	%82.23	%61.67

يتضح من جدول (١٢) نسب التحسن للمجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوي التحصيل المعرفي والأداء المهاري للمهارات المنهجية قيد البحث فقد وضح الجدول أن نسب تحسن المجموعة الضابطة تنحصر بين (46.66%_92.35%) وأن نسب تحسن المجموعة التجريبية تنحصر بين (45.28%_ 107.31%).

مناقشة النتائج :

- مناقشة نتائج الفرض الأول.

يتضح من جدول (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في مستوى التحصيل

المعرفي والأداء الفني(المهاري) للمهارات المنهجية لصالح القياس البعدي حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية "0.05"، كما يتضح زيادة نسبة التحسن بين متوسطات القياسين القبلي والبعد مما يدل على تحسن القياس البعدي لعينة البحث.

ومن خلال الجدولين (٧)(٨) والشكلين(٢)(٣) والذين يوضحان المتوسط الحسابي للقياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة فى التحصيل المعرفي والأداء المهاري فنجد أن المتوسط الحسابي للقياس القبلي فى التحصيل المعرفي نسبته هى (16.35) والقياس البعدي (25.65) والإنحراف المعياري فى القياس القبلي نسبته (3.16) والبعدي (4.89) ووصل الفرق بين المتوسطات (9.30) وكانت قيمة (ت) المحسوبة هى (7.57) وهى أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على مستوى دلالتها المرتفع وكانت نسبة التغير وصلت إلى (56.88%) أما فى مهارة الشقلبة الجانبية علي اليدين فنجد أن المتوسط الحسابي للقياس القبلي نسبته هى (1.57) والقياس البعدي (3.02) والإنحراف المعياري فى القياس القبلي نسبته (0.87) والبعدي (0.91) ووصل الفرق بين المتوسطات (1.45) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (2.97) وهى أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على مستوى دلالتها المرتفع وكانت نسبة التغير وصلت إلى (92.35%) أما فى مهارة التقدم بالدحرجة الأمامية فنجد أن المتوسط الحسابي للقياس القبلي نسبته هى (2.25) والقياس البعدي (3.30) والإنحراف المعياري فى القياس القبلي نسبته (1.29) والبعدي (1.12) ووصل الفرق بين المتوسطات (1.05) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (0.01) وكانت نسبة التغير وصلت إلى (46.66%) بينما فى مهارة الوقوف علي اليدين فنجد أن المتوسط الحسابي للقياس القبلي نسبته هى (1.52) والقياس البعدي (2.77) والإنحراف المعياري فى القياس القبلي نسبته (0.91) والبعدي (0.80) ووصل الفرق بين المتوسطات (1.25) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (4.08)

وهى أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على مستوى دلالتها المرتفع وكانت نسبة التغير وصلت إلى (82.23%).

وترى الباحثة تحسين أداء الطالبات من حيث التحصيل المعرفي وللخطوات الفنية للمهارات قيد البحث بطريقة صحيحة وسليمة مما يرفع مستوى أدائهم ثم تأتى مرحلة أتقان المهارة ككل التى يترتب عليها زيادة المستوى لهم.

وتعزو الباحثة ارتفاع نسبة التحسن فى المستوي إلى ن لطالبات قاموا بتطوير أدائهم وهذا ما جعلهم يقومون بالخطوات الفنية بطريقة صحيحة.

وبذلك يتحقق فرض البحث الأول الذى ينص على أنه : "توجد فروق داله إحصائيا بين متوسطات درجات القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى:

أ- مستوى التحصيل المعرفى للمهارات المنهجية لصالح القياس البعدى.

ب- مستوى الأداء المهارى للمهارات المنهجية لرياضة الجمباز لصالح القياس البعدى.

- مناقشة نتائج الفرض الثانى:

يتضح من جدول (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في مستوى التحصيل المعرفي والأداء الفني(المهاري) للمهارات المنهجية لصالح القياس البعدي حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية "0.05"، كما يتضح زيادة نسبة التحسن بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي.

ومن خلال الجدولين (٩) (١٠) والشكلين(٤) (٥) والذين يوضحان المتوسط الحسابي للقياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فى التحصيل المعرفي والأداء المهاري فنجد أن المتوسط الحسابي للقياس القبلي فى التحصيل المعرفي نسبته هى (19.10) والقياس البعدي (31.50) والإنحراف

المعياري فى القياس القبلي نسبته (5.25) والبعدي (6.89) ووصل الفرق بين المتوسطات (12.40) وكانت قيمة (ت) المحسوبة هى (8.07) وهى أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على مستوى دلالتها المرتفع وكانت نسبة التغير وصلت إلى (64.92%) أما فى مهارة الشقلبة الجانبية علي اليدين فنجد أن المتوسط الحسابي للقياس القبلي نسبته هى (2.65) والقياس البعدي (3.85) والإنحراف المعياري فى القياس القبلي نسبته (1.10) والبعدي (1.02) ووصل الفرق بين المتوسطات (1.20) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (5.07) وهى أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على مستوى دلالتها المرتفع وكانت نسبة التغير وصلت إلى (45.28%) أما فى مهارة التقدم بالدحرجة الأمامية فنجد أن المتوسط الحسابي للقياس القبلي نسبته هى (2.05) والقياس البعدي (4.25) والإنحراف المعياري فى القياس القبلي نسبته (1.22) والبعدي (1.33) ووصل الفرق بين المتوسطات (2.20) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (6.42) وكانت نسبة التغير وصلت إلى (107.31%) بينما فى مهارة الوقوف علي اليدين فنجد أن المتوسط الحسابي للقياس القبلي نسبته هى (2.27) والقياس البعدي (3.67) والإنحراف المعياري فى القياس القبلي نسبته (1.52) والبعدي (1.05) ووصل الفرق بين المتوسطات (1.40) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (3.90) وهى أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على مستوى دلالتها المرتفع وكانت نسبة التغير وصلت إلى (61.67%).

مما يدل على تحسن القياس البعدي لعينة البحث وتعزو الباحثة تلك النتائج إلى البرنامج التعليمي المقترح في ضوء أستخدام أستراتيجية التساؤل الذاتي بطريقة علمية مقننة.

كما ترجع الباحثة هذا التحسن إلى استفادة الطالبات من التمرينات المقترحة في شكل منظم، مما أدى إلى جذب انتباه المتعلمين وزيادة التركيز وعدم الشعور بالملل وإثارة اهتمامهم وحماسهم وتشويقهم وحثهم على بذل المزيد

من الجهد عقليا وعمليا، مما كان له أثر عظيم على تعليم المهارات المنهجية في رياضة الجمباز قيد البحث، وهذه الوسائل يصعب توفيرها في الأساليب التقليدية.

حيث أنه ومن المفيد للطالبات أن توجه أسئلة قبل التعلم وأثناء وبعد التعلم،هذه الأسئلة الذاتية تيسر الفهم وتشجيعه على التوقف أمام العناصر المهمة، والتفكير فى المادة التعليمية التى يتعلمونها وربط القديم بالجديد والتنبؤ بأشياء جديدة والوعى بدرجة استيعابهم لها وأثاره الخيال.(١: ٣٧)

وكذلك تستطيع الطالبات أن يكتشفوا الجوانب الغامضة لديهم، وأن يقوموا بتصحيح ما لديهم من مفاهيم خاطئة وبحث بناء للمعنى كنتيجة لتفاعل بين المعرفة والخبرة الجديدة وبذلك يستطيعون نقل معارفهم وخبراتهم المكتسبة إلى مواقف مشابهة.(١: ١٩٣)

كما ترجع الباحثة ذلك التحسن الرقمى الى البرنامج التعليمى الذى تم تطبيقه على العينة (قيد البحث) والى طبيعة الأداء الذى اعتمد أساساً على تمرينات تم أدائها متماثلة مع طبيعة المهارة ومطابقة لنفس المسارات الحركية حيث ان الهدف الأساسى هو تحقيق أداء قوي دون مخالفة للقواعد ولتحقيق ذلك يجب توافر مستوى رفيع فى طريقة الأداء الفنى وقدرات بدنية وهذا ما وفرته التمرينات داخل البرنامج.

وبذلك يتحقق فرض البحث الثاني الذى ينص على أنه: "توجد فروق داله إحصائيا بين متوسطات درجات القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى :

أ- مستوى التحصيل المعرفى للمهارات المنهجية لصالح القياس البعدى.

ب- مستوى الأداء المهارى للمهارات المنهجية لرياضة الجمباز لصالح القياس البعدى.

- مناقشة نتائج الفرض الثالث:

يتضح من جدول (١١) توجد فروق داله إحصائيا بين متوسطات درجات القياسات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية :

ولتحقيق صحة الفرض الثالث وصدقه فقد قامت الباحثة بمقارنة نتائج الفروق بين القياسات فى المهارات البعدية في التحصيل المعرفي ورياضة (الجمباز) المنهجية والمقررة على الصف الثالث الإعدادي (قيد البحث) وعددهم (٣) سباقات وأيضاً إيجاد المتوسط الحسابى والإنحراف المعيارى لكل من القياس القبلى والقياس البعدى ثم إيجاد قيمة (ت) باستخدام اختبار (T-test).

ومن خلال الجدول (١١) والشكل(٦) والذي يوضح المتوسط الحسابي للقياسات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية فى التحصيل المعرفي والأداء المهاري فنجد أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي فى التحصيل المعرفي للضابطة نسبته هى (25.65) والقياس البعدي للتجريبية(31.50) والإنحراف المعياري فى القياس البعدي للضابطة نسبته (4.89) والبعدي للتجريبية (6.89) ووصل الفرق بين المتوسطات (5.85) وكانت قيمة (ت) المحسوبة هى (2.42) وهى أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على مستوى دلالتها المرتفع وكانت نسبة التغير وصلت إلى (22.80%) أما فى مهارة الشقلبة الجانبية علي اليدين فنجد أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي للضابطة نسبته هى (3.02) والقياس البعدي للتجريبية (3.85) والإنحراف المعياري فى القياس البعدي للضابطة نسبته (0.91) والبعدي للتجريبية (1.02) ووصل الفرق بين المتوسطات (0.83) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (13.10) وهى أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على مستوى دلالتها المرتفع وكانت نسبة التغير وصلت إلى (27.48%) أما فى مهارة التقدم بالدحرجة الأمامية فنجد أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي للضابطة نسبته هى (3.30) والقياس البعدي للتجريبية (4.25) والإنحراف المعياري فى القياس

البعدي للضابطة نسبته (1.12) والبعدي للتجريبية(1.33) ووصل الفرق بين المتوسطات (0.95) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (9.27) وكانت نسبة التغير وصلت إلى (28.79%) بينما فى مهارة الوقوف علي اليدين فنجد أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي للضابطة نسبته هى (2.77) والقياس البعدي للتجريبية (3.67) والإنحراف المعياري فى القياس البعدي للضابطة نسبته (0.80) والبعدي للتجريبية (1.05) ووصل الفرق بين المتوسطات (0.90) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (15.24) وهى أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على مستوى دلالتها المرتفع وكانت نسبة التغير وصلت إلى (32.48%).

وتعزو الباحثة هذه الفروق فى نسب التحسن لهذه الأداءات إلى أن هذه المهارات بالرغم من أنها مهارات خاصة بوحدة (الجمباز) والمقررة على الطالبات بالمنهج المدرسي، إلا أن الاهتمام بها غير كاف فى دليل المعلم كما أن برنامج دليل المعلم والذى نفذ على المجموعة الضابطة لم يحتوى على (تنوع التمرينات – الخطوات الفنية الصحيحة– الخطوات التعليمية الصحيحة– التعريف بالسباق)، ولا يوجد فيه تنظيم محتوى الدرس التعليمي من حيث (أهدافه – عنوانه– مقدمته) لكى يخدم تعلم مراحل الأداء لكل سباق. ولم يوضح الدليل أساليب التقويم لكل سباق من تلك السباقات، وقد أختارت الباحثة طبيعة الدروس التعليمية بداخل البرنامج التعليمي من خلال أستراتيجية التساؤل الذاتي والتى هى من نمط الدروس التعليمية لغرض النمو الحركى (تعليم وتنمية المهارات الحركية) وذلك مما أثر بنسبة كبيرة وبصورة إيجابية على مستوى الطالبات في المجموعة التجريبية.

وبذلك يتحقق فرض البحث الثالث الذى ينص على أنه: "توجد فروق داله إحصائيا بين متوسطات درجات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى:

أ- مستوى التحصيل المعرفي للمهارات المنهجية لصالح المجموعة التجريبية.

ب- مستوى الأداء المهارى للمهارات المنهجية لرياضية الجمباز لصالح المجموعة التجريبية.

ويتضح من جدول (١٢) النسب المئوية لمعدلات تحسن القياسات البعدية عن القبلية للمجموعتين الضابطة والتجريبية ويتضح وجود نسب تحسن مختلفة ومتباينة بين المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة فى مراحل الأداء قيد البحث وهي كالأتي للمجموعة الضابطة في التحصيل المعرفي وصلت نسبة التحسن إلي (56.88%) في الشقلبة الجانبية (92.35%) وفي التقدم بالدحرجة (46.66%) بينما فى الوقوف علي اليدين وصلت إلي (82.23%). وكانت المجموعة التجريبية قد وصلت نسبة التحسن في التحصيل المعرفي وصلت إلي (64.92%) في الشقلبة الجانبية (45.28%) وفي التقدم بالدحرجة (107.31%) بينما فى الوقوف علي اليدين وصلت إلي (61.67%).

وتعزو الباحثة إلى أنه لكى يستطيع الطالبات التقدم فى المستوى لإبد وأن يقوموا بتنفيذ الأداء الفني (المهاري) الصحيح للسباق بجميع مراحله الفنية المختلفة، فالأداء الصحيح يهدف إلى تحقيق المستوى الفني والرقمي الجيد.

الإستنتاجات :

في حدود طبيعة ومجال البحث والهدف منه وفي ضوء فروض البحث والمنهج المستخدم وطبيعة العينة ومن خلال التحليل الإحصائي للبيانات، أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

١- أن استخدام إستراتيجية التساؤل الذاتي كان أكثر فاعلية من الطريقة التقليدية(أسلوب الأمر) علي تحسن أداء الطالبات في المهارات المنهجية.

٢- يؤثر البرنامج التعليمي المقترح بإستراتيجية التساؤل الذاتي تأثيرا ايجابيا في التحصيل المعرفي لدي المجموعة التجريبية.

٣- البرنامج التعليمي المقترح والمطبق على عينة البحث أدى إلى تحسين مستوى الأداء المهاري للمجموعة التجريبية للمهارات حيث توجد فروق دالة إحصائيا بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي.

٤- لقد كان للبرنامج التعليمي المقترح تأثير إيجابي على مستوى الأداء المهاري لطالبات المجموعة التجريبية بشكل ملحوظ وواضح فقد استثار ميول ودوافع الطالبات نحو ممارسة وتعلم رياضة الجمباز.

٥- تحسن مستوى أداء تلاميذ المجموعة الضابطة والذي طبق عليهم دليل المعلم (البرنامج التقليدي) ولكن بنسب أقل من النسب التي دلت على تحسن مستوى تلاميذ المجموعة التجريبية، وترجع الباحثة ذلك إلى عدم تفاعل طالبات المجموعة الضابطة بالقدر الكافي، وقلة الخبرات الحركية والمهارية التي تم تنفيذهاعليهم.

٦- تحسن مستوى الأداء المهاري لتلاميذ المجموعة التجريبية على مستوى الأداء المهاري لتلاميذ المجموعة الضابطةس عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وقد ظهر ذلك في نسب التحسن لنفس السباقات وترجع الباحثة هذا التأثير الإيجابي إلى أستراتيجية التساؤل الذاتي وما تركته من تغيير في سلوك الطالبات بالنسبة لسباقات الجمباز المقررة عليهم.

التوصيات:

بناء على الاستنتاجات الخاصة بموضوع البحث يقدم الباحث التوصيات التالية:

١- الاهتمام بتطبيق البرنامج المقترح بإستخدام إستراتيجية التساؤل الذاتي في تعليم مهارات الجمباز المنهجية لتلافي أخطاء الأداء الفني.

٢- ضرورة الاهتمام بالجانب المعرفي للمتعلمات واعداد مقاييس معرفية في الجمباز.

٣- الإهتمام بإعداد البرامج التعليمية التي تتميز بالشمولية والمبنية على أسس وأساليب علمية وذلك لتطبيقها على الطالبات.

٤- الإهتمام بتدريب المعلمات والمدربات والطالبات على استخدام أستراتيجية التساؤل الذاتي.

٥- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث التي تستخدم نفس الأستراتيجية في مجال التعليم على مستوى طالبات المرحلة الأعدادية للإرتقاء بالعملية التعليمية أولاً والوصول بهم لمرحلة البطولات فيما بعد.

٦- دعوة القائمين علي تدريس التربية الرياضية الي العمل علي نشر الإستراتيجيات المقترحة في المدارس وكليات التربية الرياضية.

((المراجـــــــــع))

أولاً: المراجع العربية

١- **أحمد إبراهيم بهلول:** الاتجاهات الحديثة فى استراتيجيات ما وراء المعرفة فى تعليم القراءة، مجلة القراءة والمعرفة، كلية التربية، العدد (٣٠)، غزة، ٢٠٠٤م-٢٠٠٥م.

٢- **أحمد الهادى يوسف البدوى:** أساليب منهجية فى تعليم وتدريب الجمباز ،دار المعارف،جامعة إسكندرية، ١٩٩٧م.

٣- **احمد على إبراهيم خطاب:**أثر استخدام ما وراء المعرفة فى تدريس الرياضيات وتنمية التفكير الإبداعي لدى تلاميذ الحلقة المتوسطة من التعليم الأساسي.

٤- **أديل سعد شنودة، سامية فرغلى:** الجمباز الفنى ،ملتقى الفكر للنشر، الإسكندرية، ١٩٩٩م.

٥- **جمال سليمان عطية:** فعالية إستراتيجيات ما وراء المعرفة في تنمية مهارات الفهم القرائي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم بالمرحلة

الإعدادية"، مجلة كلية التربية، العدد السابع والستون، الجزء السادس عشر، جامعة بنها، كلية التربية، ٢٠٠٦م.

٦- **سامي محمد الفطايري**: فعالية إستراتيجية ما وراء الإدراك في تنمية مهارة قراءة النص والميول الفلسفية بالمرحلة الثانوية، مجلة كلية التربية بالزقازيق. العدد ٢٧، الجزء الأول، ١٩٩٦م.

٧- **فوزى عبد السلام الشربيني**: رؤية جديدة لطرق واستراتيجيات تدريس التعليم الجامعي وما قبل الجامعي، الطبعة الأولى، كلية التربية، دمياط، المكتبة العصرية للنشر والتوزيع، ٢٠١٠م.

٨- **محمد محمود حسن**: فاعلية استخدام إستراتيجية الشكل "V" فى التحصيل المعرفى ومستوى الأداء المهارى لبعض مهارات الجمباز لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، العدد ٢٧، ج١، كلية التربية الرياضية بجامعة أسيوط، أسيوط، نوفمبر ٢٠٠٨م.

٩- **محمد محمد حامد الافندى** :علم النفس الرياضى والأسس النفسية للتربية الرياضية، عالم اكتب، ١٩٧٥م.

١٠- **محمد محمود عبد السلام**:الجمباز للمبتدئين،دار الوفاء لدنيا الطباعة، الإسكندرية، ٢٠٠٢م.

١١- **منى عبد الصبور محمد شهاب**: أثر استخدام استراتيجيات ما وراء المعرفة في تحصيل العلوم وتنمية مهارات عمليات العلم التكاملية والتفكير الابتكاري لدى تلاميذ الصف الثالث الإعدادي، مجلة التربية العلمية، المجلد الثالث، العدد الرابع، ٢٠٠٠م.

١٢- **منير الجندى،أمينة صادق** :فاعلية استخدام استراتيجيات ما وراء المعرفة فى تحصيل العلوم وتنمية التفكير الابتكاري لدي تلاميذ الصف الثاني الإعدادي ذو السعات العقلية المختلفة،

المؤتمر العلمي الخامس للتربية العلمية للمواطنة، المجلد الأول، الجمعية المصرية للتربية، كلية التربية، جامعة عين شمس، من ٢٩ يوليو إلى ١ أغسطس، ٢٠٠١م.

١٣- **نوال عبد الفتاح خليل:** أثر إستراتيجية ما وراء المعرفة فى تنمية التفكير العلمي والاتجاه نحو مادة العلوم لدي تلاميذ الصف الأول الاعدادي، مجلة التربية العلمية، مجلد (٨) العدد (١)، ٢٠٠٥م.

ثانياً: المراجع الأجنبية

14- Mohammed Kamal El Baroudy: the effect of using the K W L strategyon the cognitive achievement and performance level of the students of the faculty of physical education on the vault table, Assiut dournal of sport sciencep and arts volume , 1, dec faculty of physical education assiut university 2012.

15- Mohammed Kamal El Baroudy: The Effect of Using the Self-questioning Strategy on the Cognitive Achievement and Performance Level of the Students of the Faculty of Physical Education on the vaults table, international journel of ards and sciences cumberlend, rhode island 02864, USA, 2011.