

تصميم برنامج تعليمي فى ضوء أنماط التعلم ومعرفة أثره على تعلم بعض مهارات عارضة التوازن وأداء الجملة الحركية لطالبات كلية التربية الرياضية

* د/هبه سعد محمد عبد الحافظ

المقدمة ومشكلة البحث :

يزداد الإهتمام فى عصرنا الحالى بعملية التعلم التى يجب أن تعتمد بصورة كبيرة على القدرات العقلية والمعرفية لدى المتعلمين لتوظيفها والإستفادة منها فى مجالات التعلم المختلفة كما أصبحت التوجهات الحديثة تركز فى الآونة الأخيرة على المتعلم وحاجاته وأساليبه المفضلة وإتجاهاته فأصبح ينادى علماء التربية بأهمية مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين عند التخطيط للبرامج التعليمية بكافة جوانبها وعناصرها ومراعاة أساليب التعلم المفضلة لدى المتعلمين.

وتشكل البرامج التعليمية جانباً هاماً من جوانب تطور التربية الرياضية إذ تعتبر الأساس العام الذي يبني عليه اكتساب المهارات الحركية التي تؤدي إلي نجاح العملية التعليمية على أساس موضوعي سليم (٢٠: ٢٤). ولكل برنامج تعليمي تربوي أهداف محددة يحاول بلوغها من خلال تنفيذه وإدارته حتى يمكن تحقيق الفائدة المرجوة من إعداده وهذه الأهداف يجب أن تترجم إلي سلوك يمكن ملاحظة أنماطه وتحديد ما اكتسبه الفرد من خبرات، فالبرنامج يسعى لتوفير الخبرات التعليمية والتربوية للمتعلم لكي يمارس الأنماط المرغوب فيها من السلوك (٢٢: ٥٠).

ومع ظهور علم النفس المعرفى كفرع جديد من فروع علم النفس فى أواخر الستينات من القرن العشرين حدث تحول كبير فى مجال أبحاث ودراسات التعلم فلم تعد الدراسات تركز على نواتج عملية التعلم بقدر ما أصبحت تهتم بالعمليات المعرفية التى تقف وراء حدوث التعلم كالإدراك والإنتباه والتذكر والتعرف على نمط وأساليب التعلم والتفكير (٢٧ : ٢٥).

*أستاذ مساعد بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركى بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا

وتمثل أنماط التعلم قاعدة لسلوك المتعلم ولها قوة تأثير على إختيار المتعلمين للأساليب التعليمية المختلفة التي يفضلونها أثناء عملية تعلمهم وتتخذ أنماط التعلم تصنيفات متعددة لدى المتعلم بحسب الإختلاف فى الميول والرغبات لديه وغالبا يكون المتعلمين فى الصف الدراسى الواحد مختلفين ومتفاوتين فى قدراتهم وسماتهم ورغباتهم وقد يوجد بين هؤلاء المتعلمين من يفضلون أساليب تعلم غير تقليدية (٣٤ : ٣٨).

ويذكر "ريشفورډ Rochford" (٢٠٠٣) أن نمط التعلم يعد مفهوما مركبا من خصائص معرفية ونفسية تعمل معا لتحقيق الفهم الكامل والتفاعل مع البيئة التعليمية وأن المتعلمين يتعلمون بشكل أفضل عندما يستخدمون أساليب التعلم المفضلة لديهم (٣٨ : ٥٥).

ويرى التربويون أن أنماط التعلم عبارة عن مجموعة من الأداءات المميزة للمتعلم والتي يستخدمها فى إستقباله للمعلومات الواردة إليه من البيئة المحيطة ومعالجتها. وفى هذا الصدد تشير "يامنه عبد القادر" (٢٠١١) إلى أن مفهوم أساليب التعلم يستخدم لوصف العمليات الوسيطة المتنوعة التى يستخدمها المتعلم فى تفاعله مع مواقف التعلم والتى توصله فى النهاية إلى تطوير خبرات تعليمية جديدة تضاف إلى مخزونه المعرفى (٣١ : ٨٥).

ويشير كل من "إسماعيل إبراهيم ووسام توفيق" (٢٠١٤) إلى أن الإهتمام بالفروق الفردية فى التعلم هو أصل ظهور مفهوم أنماط التعلم Learning Styles أى تلك التفضيلات المميزة فى طرق إستيعاب الأفراد وإدراكهم وكذلك معالجاتهم للمعلومات (٢ : ٤٥).

ويضيف "حسن عبد الحميد" (٢٠١١) أن نمط التعلم فى علم النفس التربوى يعنى وصف الفروق الفردية فى عملية التعلم فالأفراد المختلفون يتعلمون بطرق مختلفة وأن لديهم طرق متنوعة فى إستقبال ومعالجة المعلومات والتي تكون مناسبة لهم بشكل خاص (٥ : ٥٨).

وترى الباحثة أن أنماط التعلم من الموضوعات الهامة فى مجال التعليم والتعلم فمن خلالها يكون لدى المتعلم القدرة على تنظيم وتقييم ما يمتلكه من

معارف ومعلومات جديدة فأساليب التعلم تجعلنا أكثر قدرة على إستخدام وإسترجاع المعلومات والمعارف عند الحاجة إليها.

وتعتبر أنماط التعلم ذات أهمية بالغة فى حياة الفرد حيث تعد جزءا من تشكيله الشخصى والنفسى فهى تميزه عن غيره من الأفراد حيث أنها تعبر عن معتقداته ومواقفه حول كيفية التعلم مستخدما فى ذلك عدة طرق فمن الأفراد من يميل إلى التركيز على الحقائق والبيانات وبعضهم من يفضل النظريات والنماذج والبعض الآخر يستجيب إلى الأشكال البصرية من المعلومات مثل المخططات الإيضاحية كما يفضل البعض منهم الصور بدلا من النص أو العمل مع الآخرين بدلا من العمل الفردى وهناك من يفضل التعلم الذاتى أو العصف الذهنى أو حل المشكلات أو التعلم التعاونى أو التعلم باللعب أو الاكتشاف وهكذا يختلف أسلوب كل فرد فى تعلمه عن الآخر .(١٥ : ٨٧).

ولقد ظهر عدد من النماذج التعليمية التى تدعو إلى أن تكون عملية التعلم وفق أنماط التعلم الخاصة بالمتعلم وأن يكون التركيز على إعداد المحتوى التعليمى وفقا للأسلوب التعليمى الذى يتناسب ويتوافق مع نمط التعلم الخاص بالمتعلم وذلك لتحقيق أهداف العملية التعليمية بنسب عالية وأقل جهد ووقت وتكاليف ومن أشهر هذه النماذج التعليمية نموذج كولب لأساليب التعلم ، وضع كولب هذا النموذج لتفسير عملية التعلم على أساس نظرية التعلم التجريبي ويرى فيه أن التعلم عبارة عن بعديين أساسيين الأول : إدراك المعلومات والذى يبدأ من الخبرات الحسية وينتهى بالمفاهيم المجردة والبعد الثانى : معالجة المعلومات ويبدأ بالملاحظة التأملية وينتهى بالتجريب الفعال.

ومن خصائص هذا النوع من التعلم أنه من أفضل أنواع التعلم كمعالجة للمعلومات وهو تعلم متصل أساسه الخبرة وعملية ديناميكية تعمل على تكييف الفرد مع البيئة المحيطة به وأنه يتضمن ما وراء الأفعال بين الشخص والبيئة وهذا يتم فى أربعة مراحل متتالية هى :

المرحلة الأولى: الخبرة الحسية: Concrete Experience

طريقة إدراك المعلومات مبنية على الخبرة السابقة وأن هؤلاء يتعلمون بشكل أفضل من خلال إندهاجهم فى الأمثلة كما أنهم يميلون إلى مناقشة زملائهم بدلا من سلطة المعلم ويستفيدون من مناقشاتهم مع زملائهم وكذلك التغذية الراجعة الخارجية وهم ذو توجه إجتماعى إيجابى نحو الآخرين

المرحلة الثانية: الملاحظة التأملية: **Reflective observation**

يعتمد الأفراد فى إدراك ومعالجة المعلومات على التأمل والموضوعية والملاحظة المتأنية فى تحليل موقف التعلم ويفضلون المواقف التعليمية التى تتيح لهم الفرصة للقيام بدور الملاحظ الموضوعى غير المتحيز.

المرحلة الثالثة: المفاهيم المجردة: **Abstract conceptualization**

ويكون الإعتماد هنا فى إدراك ومعالجة المعلومات على تحليل موقف التعلم والتفكير المجرد والتقويم المنطقى والأفراد الذين يميلون إلى ذلك يركزون على النظريات والتحليل المنظم والتعلم عن طريق السلطة والتوجه نحو الأشياء ويكون توجههم نحو الآخرين ضعيف.

المرحلة الرابعة: التجريب الفعال: **Active Experimentation**

ويعتمد الأفراد هنا على التجريب الفعال لموقف التعلم من خلال التطبيق العملى للأفكار والإشتراك فى الأعمال المدرسية والجماعات الصغيرة لإنجاز عمل معين وهم لا يميلون إلى المحاضرات النظرية ولكنهم يتسمون بالتوجه النشط نحو العمل (٣٥ : ٣٠).

ويرى كولب أن أسلوب التعلم يتحدد بناءا على درجة الفرد فى مرحلتين من المراحل السابقة وينتج عن ذلك أربعة أساليب للتعلم وصفها على النحو التالى :

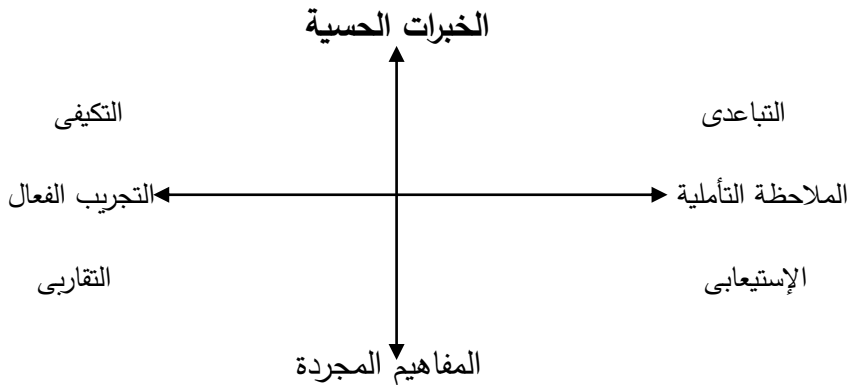
١- الأسلوب التقاربى: يتميز أصحاب هذا الأسلوب بإستخدام التجريب الفعال والمفاهيم المجردة وكذلك قدرتهم على حل المشكلات التى تتطلب إجابة واحدة والإستكشاف ولديهم القدرة على إتخاذ القرار ويحب التجربة والتعلم من خلال المحاكاة وهؤلاء الأفراد فى العادة عاطفيون نسبيا ويفضلون

التعامل مع الأشياء.

٢- الأسلوب التباعدي: يتميز أصحاب هذا الأسلوب بإستخدام الخبرات الحسية والملاحظة التأملية وكذلك إهتماماتهم العقلية الواسعة ورؤية الموقف من زوايا عديدة ويؤدون أفضل في المواقف التعليمية التي تتطلب إنتاج أفكار عديدة بخاصة مواقف العصف الذهني ويتسمون كذلك بالمشاركة الفعالة مع الآخرين.

٣- الأسلوب الإستيعابي: يتميز أصحاب هذا الأسلوب بإستخدام المفاهيم المجردة والملاحظة التأملية وكذلك قدرتهم على وضع نماذج نظرية إلى جانب الإستدلال الإستقرائي ويستوعبون الملاحظات والمعلومات المتباعدة في صورة متكاملة.

٤- الأسلوب التكيفي: يتميز أصحاب هذا الأسلوب بإستخدام الخبرات الحسية والتجريب الفعال وقدرتهم على تنفيذ الخطط والتجارب والإندماج في الخبرات الجديدة وحل المشكلات عن طريق المحاولة الخطأ معتمدين على معلومات الآخرين (٣٥:٣٥). ويبين الشكل التالي نموذج أساليب التعلم لكولب.



شكل (١) نموذج كولب لأساليب التعلم

وتتميز رياضة الجمباز بتعدد مهاراتها الحركية وتنوعها والبعض منها

حركات مركبه يتسم أداؤها بالصعوبة ويتطلب تعلمها استخدام وسيله لإعطاء فكرة عن المهارة وتقديم نموذج صحيح وتقسيم المهارة إلي مراحل تعليمية تستدعي التركيز علي النقاط الهامة لكل مرحلة، ومراعاة التشويق وإثارة الدافعية لدي المتعلمين كما تختلف رياضة الجمباز عن باقي الرياضات حيث إنها تمارس علي أجهزة مختلفة ولكل جهاز متطلباته الخاصة (١٤ : ٣٠).

ويشير كلا من "ماجدة عبد المجيد، مهاب عبد الرزاق" (٢٠١٦) إلي أن جهاز عارضة التوازن هو جهاز البراعة الفنية وأن الأداء الفني على الجهاز هو الذي يوضح قدرة الطالبة على تحويل تمرين عارضة التوازن إلى أداء جيد التنظيم والتركيب وفي سبيل ذلك عليها أن تعرض الإبداع والثقة في الأداء والأسلوب الشخصي والتقنية المثالية، فهو ليس ما تؤديه الطالبة ولكن هو كيفية أدائه (٢١ : ٢١٢).

وتتفق كل من "عزيزة سالم" (د. ت)، "فضيلة سري" (٢٠٠٢) على أن جهاز عارضة التوازن هو أحد أجهزة الجمباز الذي يعمل علي تنمية الصفات البدنية لدي الطالبات، فالطالبة التي تؤدي مهارات علي درجة عالية من الصعوبة لابد أن تفكر في طريقة وكيفية أدائها، كما أن التمرينات التي تؤدي علي عارضة التوازن تعمل علي تنمية القدرات الإدراكية إلي جانب تنمية الشجاعة والثقة بالنفس (١٤ : ١٠) (١٧ : ١٨٥).

وجهاز عارضة التوازن من الأجهزة التي تحتوي علي العديد من المهارات الحركية التي تحتاج إلي تحريك أجزاء مختلفة من الجسم في وقت واحد بترابط وتسلسل سليم متناسق، مما يتطلب وجود قدر كبير من التوافق لدي الطالبات.

ومن خلال عمل الباحثة في تدريس مادة الجمباز لاحظت وجود بعض القصور في مستوي أداء الطالبات علي أجهزة الجمباز بصفة عامة وعلي جهاز عارضة التوازن بصفة خاصة حيث انه يمثل صعوبة كبيرة بالنسبة للطالبات ويحقق فيه معدلات منخفضة في الأداء.

كما لاحظت الباحثة عدم استيعاب الطالبات للتسلسل الحركي للمهارة ولا

الزمن الذي تستغرقه كما تقتقر الطالبات الانسيابية في الأداء وكثرة الأخطاء وزيادة الجهد المبذول في أداء المهارة نتيجة لإشتراك مجموعات عضلية غير مطلوبة في الأداء مما يؤدي إلي اضطراب وخلل في الأداء الفني للمهارة علي جهاز عارضة التوازن.

كما تري الباحثة أن المواصفات الخاصة بجهاز عارضة التوازن وصغر مساحة عرض الجهاز وصغر قاعدة الارتكاز وارتفاعه عن الأرض كل هذه المواصفات تثير الخوف والقلق لدي الطالبات وتجعلهن غير قادرات علي الأداء الحركي الجيد علي الجهاز.

ونظراً إلي وجود فروق فردية بين الطالبات وأن أسلوب التدريس المتبع قد يناسب البعض ولا يناسب البعض الآخر ولأن الطالبات يختلفون في أسلوب معالجتهم للمعلومات وهذا ما يشار إليه بأسلوب التعلم ومن ثم تتطلب أساليب التعلم المختلفة أنماط مختلفة لتقديم محتوى التعلم نفسه وأسلوب تنظيمه ففي بعض الأحيان يكون التعلم بطيئاً لدى البعض ويتوقف لدى البعض الآخر ويكون مناسباً للبقية وهذا ما يؤكد الحاجة إلي تصميم برنامج تعليمي يناسب إحتياجات المتعلمين كأفراد متميزين ومختلفين وفقاً لأسلوب (نمط) تعلمهم.

ومن خلال اطلاع الباحثة علي الدراسات السابقة والبحوث التي تناولت أساليب (أنماط) التعلم وأثرها علي عملية التحصيل كدراسة "وول هاوس وبيلر Wool House & Blair" (٢٠٠٣) (٤٠) والتي إستهدفت "العلاقة بين أساليب التعلم والتحصيل الدراسي خلال مستويات دراسية مختلفة" وكانت أهم النتائج أن أساليب التعلم تختلف خلال المراحل الدراسية وكذلك تختلف باختلاف المستويات التحصيلية لأفراد العينة قيد دراستهم. ودراسة "شولتز وشولتز Shultz & Shultz" (٢٠٠٥) (٣٩) والتي إستهدفت "إختبار ما إذا كان هناك فروق بين الفصول الدراسية معتمدة على أساليب كولب للتعلم بإستخدام معيار تحصيل الطلاب في كل من الفصول التقليدية والفصول المعتمدة على التعلم الإلكتروني" (التعلم عن بعد) وكانت أهم النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل لصالح الطلاب ذو أسلوب التعلم

الإستيعابى الذين درسوا بإستخدام التعلم عن بعد. ودراسة "إلهام جابر ومؤيد كاظم" (٢٠١٦) (٣) والتي إستهدفت "بناء تصميم تعليمى تعلمى وفقا لنموذج كولب المعدل ومعرفة أثره فى فاعلية الذات الرياضية والتحصيل فى الرياضيات عند طلاب الرابع العلمى" وكانت أهم النتائج وجود أثر فعال للتصميم التعليمى التعلمى وفقا لنموذج كولب المعدل فى فاعلية الذات الرياضية وزيادة تحصيل الطلاب أكثر من الطريقة الإعتيادية. ودراسة "هويدا سعيد" (٢٠١٧) (٣٠) والتي إستهدفت "تصميم بيئة تعلم إلكترونية تكيفية وفقا لنموذج كولب لأساليب التعلم وأثرها فى تنمية مهارات حل المشكلات وإنتاج حقيبة معلوماتية لدى طلاب تكنولوجيا التعليم" وكانت أهم النتائج زيادة فاعلية البيئة التكيفية وفقا لأسلوب التعلم فعندما أتيح لكل طالب أن يتعلم وفقا لأسلوب تعلمه أصبح قادرا على تنمية مهاراته الخاصة بحل المشكلات وتصميم المواقف التعليمية. ومن خلال العرض السابق للدراسات السابقة والبحوث لم تجد الباحثة فى حدود علمها دراسة تناولت أساليب التعلم وأثرها على تعلم المهارات الحركية فى المجال الرياضى ومن هنا جاءت الحاجة إلى فكرة هذا البحث وهو تصميم برنامج تعليمى فى ضوء أساليب (أنماط) التعلم ومعرفة أثره على تعلم بعض مهارات عارضة التوازن لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا.

أهمية البحث:

- ١- يأتي كاستجابة لمسايرة تطورات الاتجاهات الحديثة فى تعلم مهارات رياضة الجمباز.
- ٢- قد يوضح كيفية تفعيل مراعاة أساليب (أنماط) التعلم الخاصة بالمتعلمين فى تعليم مهارات الجمباز.
- ٣- قد يؤدي إلى الارتقاء بعملية التعلم وتفعيلها بما يساعد على تحقيق أهداف العملية التعليمية.
- ٤- قد يعالج هذا البحث بعض أوجه القصور فى تعليم مهارات الجمباز.

هدف البحث :

يهدف هذا البحث إلى : تصميم برنامج تعليمى فى ضوء أنماط التعلم ومعرفة أثره على تعلم :

١- بعض مهارات عارضة التوازن (الصعود قرفصاء كبدائية علي عارضة التوازن- الدرجة الأمامية في منتصف عارضة التوازن- وثبة النجمة كنهاية علي عارضة التوازن- حركات الربط [خطوة الحصان (الكوماة)- دوران نصف لفة على المشط- ميزان أمامي- طعن نصفى- المشى على المشط].

٢- أداء الجملة الحركية على جهاز عارضة التوازن قيد البحث.

فروض البحث :

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تعلم بعض مهارات عارضة التوازن وأداء الجملة الحركية قيد البحث ولصالح القياس البعدي.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تعلم بعض مهارات عارضة التوازن وأداء الجملة الحركية قيد البحث ولصالح القياس البعدي.

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم مهارات بعض عارضة التوازن وأداء الجملة الحركية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.

المصطلحات الواردة في البحث :

- البرنامج التعليمي:

هو مجموعة من الخبرات التربوية والتعليمية نابعة من المنهاج ومعدة وفق تنظيم جيد يزيد من إمكانية تنفيذها ويضم كل ما يتعلق بعملية التنفيذ وقت ومكان وأساليب تدريس ودور كل من المعلم والمتعلم فى عملية التنفيذ (٢٠ : ٣٥).

- أنماط التعلم Learning styles :

هى الطريقة التى يستخدمها المتعلم فى إدراك ومعالجة المعلومات أثناء عملية التعلم (٣٥ : ٣٠).

هى الطريقة أو الأسلوب الذى يفضله المتعلم فى فهم وإدراك وإستيعاب المعلومات خلال عملية التعلم وتميزه عن غيره من الآخرين (تعريف إجرائى).

خطة وإجراءات البحث :

تحقيقاً لأهداف البحث واختباراً لفروضه اتبعت الباحثة الخطوات التالية:
منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي نظراً لملائمته لطبيعة هذا البحث باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بإتباع القياسات القبليّة والبعديّة لكل منهما.
مجتمع وعينة البحث :

تمثل مجتمع البحث في طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بجامعة المنيا العام الجامعي ٢٠١٨/٢٠١٩ الفصل الدراسي الثاني والبالغ قوامه (٤٢٠) أربعائه وعشرون طالبه تم اختيار عينة عشوائية منه بلغ قوامها (٦٠) ستون طالبة بنسبة مئوية ١٤,٢٨% من مجتمع البحث وقد تم تقسيم العينة إلي مجموعتين مجموعة تجريبية قوامها (٣٢) اثنان وثلاثون طالبة وتستخدم البرنامج التعليمي المصمم فى ضوء أنماط التعلم وأثره في تعلم مهارات عارضة التوازن والجملة الحركية قيد البحث والأخرى مجموعة ضابطة قوامها (٢٨) ثمانية وعشرون طالبة وتستخدم الأسلوب التقليدي (الشرح وأداء النموذج) في تعلم نفس المهارات والجملة الحركية قيد البحث.
اعتدالية التوزيع التكراري لأفراد العينة :

قامت الباحثة بالتأكد من مدي اعتدالية التوزيع التكراري لمجموعتي البحث في معدلات النمو (السن- الطول- الوزن) والذكاء والاختبارات البدنية (التوازن الثابت والمتحرك- المرونة- الرشاقة- التوافق العضلي العصبي) وبطاقة تقييم الأداء المهارى للجملة الحركية على عارضة التوازن (الصعود قرفصاء كبدائية على عارضة التوازن- الدرجة الأمامية فى منتصف عارضة التوازن- وثبة النجمة كنهاية على عارضة التوازن- حركات الربط" خطوة الحصان "الكوماء"- الدوران نصف لفة على المشط- الميزان الأمامى- الطعن النصفى- المشى على المشط) قيد البحث والجداول (١)،(٢) يوضح ذلك.

جدول (١)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمعدلات النمو والذكاء والإختبارات البدنية وبطاقة تقييم الأداء لمهارات عارضة التوازن والجملة الحركية قيد البحث لعينة البحث ككل (ن=٦٠)

المتغيرات		وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
معدلات النمو	السن	السنة	19.73	20.00	0.45	1.79-
	الطول	سم	162.12	162.00	4.45	0.08
	الوزن	كجم	58.43	57.00	5.74	0.75
الذكاء		الدرجة	61.08	61.00	2.90	0.09
المتغيرات البدنية	التوازن الثابت	الثانية	8.08	8.17	0.52	0.54-
	التوازن المتحرك	الثانية	2.59	2.51	0.48	0.49
	المرونة	الدرجة	3.65	4.00	2.23	0.47-
	الرشاقة	الثانية	13.08	13.15	0.45	0.49-
	التوافق العضلي العصبي	الثانية	4.36	4.54	0.65	0.79-
مهارات عارضة التوازن	الصعود قرفصاء كبدية على عارضة التوازن	الدرجة	0.38	0.50	0.13	2.78-
	الدرجة الجريزة الأمامية المتكورة فى منتصف عارضة التوازن	الدرجة	0.23	0.25	0.16	0.32-
حركات الربط	وثبة النجمة كنهاية على عارضة التوازن	الدرجة	0.55	0.50	0.13	1.24
	خطوة الحصان "الكوماة"	الدرجة	0.10	0.00	0.13	2.28
	الدوران نصف لفة على المشط	الدرجة	0.13	0.25	0.13	2.78-
	الميزان الأمامي	الدرجة	0.10	0.00	0.12	2.34
	الطنن النصفى	الدرجة	0.16	0.25	0.12	2.18-
	المشي على المشط	الدرجة	0.21	0.25	0.09	1.25-
	الجملة الحركية على جهاز عارضة التوازن	الدرجة	2.43	2.50	0.37	0.60-

يتضح من الجدول (١) أن قيم معاملات الالتواء لمعدلات النمو والذكاء والاختبارات البدنية وبطاقة تقييم الأداء لمهارات عارضة التوازن والجملة الحركية قيد البحث لعينة البحث ككل قد تراوحت ما بين (٢.٢٨ : ٢.٧٨) وجميعها تنحصر ما بين (٣-، ٣+) مما يشير إلى اعتدالية توزيع عينة البحث فى تلك المتغيرات.

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمعدلات النمو والذكاء والاختبارات البدنية وبطاقة تقييم الأداء لمهارات عارضة التوازن والجملة الحركية قيد البحث لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة

المجموعة الضابطة (ن = ٢٨)				المجموعة التجريبية (ن = ٣٣)				وحدة القياس	المتغيرات
معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي		
1.86-	0.46	20.00	19.71	1.70-	0.44	20.00	19.75	السنة	معدلات النمو
0.21	4.51	162.00	162.32	0.04-	4.46	162.00	161.94	سم	
1.02	5.97	56.50	58.54	0.72	5.64	57.00	58.34	كجم	
0.27	3.14	61.00	61.29	0.66-	2.70	61.50	60.91	الدرجة	الذكاء
0.63-	0.54	8.20	8.09	0.28-	0.51	8.12	8.07	الثانية	المتغيرات
0.48	0.49	2.53	2.60	0.48	0.47	2.50	2.58	الثانية	البدنية
0.61-	2.65	4.00	3.46	0.31-	1.82	4.00	3.81	الدرجة	المرونة
0.30-	0.49	13.15	13.10	0.51-	0.42	13.13	13.05	الثانية	الرشاقة
0.89-	0.64	4.54	4.35	0.71-	0.68	4.54	4.38	الثانية	التوافق العضلي العصبي
2.74	0.13	0.25	0.37	2.44-	0.12	0.50	0.40	الدرجة	الصعود فرصاء كبدية على عارضة التوازن
0.87-	0.15	0.25	0.21	0.14	0.16	0.25	0.26	الدرجة	الدرجة الأمامية المتكورة في منتصف عارضة التوازن
0.73	0.15	0.50	0.54	1.85	0.11	0.50	0.57	الدرجة	وثبة النجمة كنهاية على عارضة التوازن
2.24	0.14	0.00	0.11	2.29	0.12	0.00	0.09	الدرجة	خط الحضانة "الكوماء"
2.74	0.13	0.00	0.12	2.44-	0.12	0.25	0.15	الدرجة	الدوران نصف لفة على المشط
2.03	0.12	0.00	0.08	2.60	0.13	0.00	0.11	الدرجة	الميزان الأمامي
2.55-	0.13	0.25	0.14	1.85-	0.11	0.25	0.18	الدرجة	الطنع النصف
1.54-	0.10	0.25	0.20	0.95-	0.07	0.25	0.23	الدرجة	المشي على المشط
1.20-	0.36	2.50	2.36	0.12-	0.39	2.50	2.48	الدرجة	الجملة الحركية على جهاز عارضة التوازن

يتضح من الجدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء لمعدلات النمو والذكاء والاختبارات البدنية وبطاقة تقييم الأداء لمهارات عارضة التوازن والجملة الحركية قيد البحث للمجموعة التجريبية قد تراوحت ما بين (-٢.٤٤ : ٢.٦٠)، بينما تراوحت للمجموعة الضابطة ما بين (-٢.٥٥ : ٢.٧٤) وجميعها تنحصر ما بين (+٣، -٣) مما يشير إلى اعتدالية توزيع عينة البحث في تلك المتغيرات.

تكافؤ مجموعتي البحث :

قامت الباحثة بإيجاد التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في ضوء المتغيرات التالية: معدلات النمو واختبارات (الذكاء، القدرات البدنية) وتعلم مهارات عارضة التوازن وأداء الجملة الحركية قيد البحث والجدول (٣) يوضح ذلك :

جدول (٣)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث (ن = ٦٠)

قيمة ت	المجموعة الضابطة (ن = ٣٨)		المجموعة التجريبية (ن = ٣٣)		وحدة القياس	المتغيرات	
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
٠.٣١	0.46	19.71	0.44	19.75	السنة	السن	معدلات النمو
٠.٣٣	4.51	162.32	4.46	161.94	سم	الطول	
٠.١٣	5.97	58.54	5.64	58.34	كجم	الوزن	
٠.٥٠	3.14	61.29	2.70	60.91	الدرجة		الذكاء
٠.١٥	0.54	8.09	0.51	8.07	الثانية	التوازن الثابت	المتغيرات البدنية
٠.٢١	0.49	2.60	0.47	2.58	الثانية	التوازن المتحرك	
٠.٦٠	2.65	3.46	1.82	3.81	الدرجة	المرونة	
٠.٤٠	0.49	13.10	0.42	13.05	الثانية	الرشاقة	
٠.١٨	0.64	4.35	0.68	4.38	الثانية	التوافق العضلي العصبي	
٠.٩٩	0.13	0.37	0.12	0.40	الدرجة	الصعود قرفصاء كبدية على عارضة التوازن	مهارات عارضة التوازن
١.٢٩	0.15	0.21	0.16	0.26	الدرجة	الدرجة الأمامية المتكورة في منتصف عارضة التوازن	
١.٠٢	0.15	0.54	0.11	0.57	الدرجة	وثبة النجمة كنهائية على عارضة التوازن	

تابع جدول (٣)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث (ن = ٦٠)

قيمة ت	المجموعة الضابطة (ن = ٣٨)		المجموعة التجريبية (ن = ٣٣)		وحدة القياس	المتغيرات	
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
٠.٣٩	0.14	0.11	0.12	0.09	الدرجة	خطوة الحصان "الكوماة"	حركات الربط
٠.٩٩	0.13	0.12	0.12	0.15	الدرجة	الدوران	

					نصف لفة على المشط		
٠.٩١	0.12	0.08	0.13	0.11	الدرجة	الميزان الأمامي	
١.١٩	0.13	0.14	0.11	0.18	الدرجة	الظعن النصفى	
١.٣٠	0.10	0.20	0.07	0.23	الدرجة	المشي على المشط	
١.٣٢	0.36	2.36	0.39	2.48	الدرجة	الجملة الحركية على جهاز عارضة التوازن	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٠٠

يتضح من الجدول (٣) ما يلي: توجد فروق غير دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسيين القبليين لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث حيث أن جميع قيم (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في تلك المتغيرات.

وسائل جمع البيانات :

استعانت الباحثة لجمع البيانات بالوسائل التالية:

أولاً: مجموعة الاجهزه والادوات.

ثانياً: قائمة أساليب التعلم لكولب. مرفق (٢)

ثالثاً: الاختبارات وتشمل :

١- اختبار الذكاء : مرفق (٣)

٢- الاختبارات البدنية : مرفق (٦)

رابعاً: بطاقة تقييم الأداء المهارى للجملة الحركية على جهاز عارضة التوازن

قيد البحث: مرفق (٨)

خامساً: البرنامج التعليمى المقترح : مرفق (٩)

أولاً : الأجهزة والأدوات :

جهاز ريستاميتير لقياس الطول بالسنتيمترات والوزن بالكيلو جرام، شريط قياس، ساعات إيقاف، مقعد سويدي، عدد من المراتب، عدد ٣ من سلالم القفز. عدد من الحبال. خطوط مرسومة علي الأرض باستخدام طباشير، صندوق مقسم، مسطرة مدرجة، عارضة توازن على الأرض، عارضة توازن منخفضة، عارضة توازن متوسطة الارتفاع، عارضة توازن قانونية.

ثانياً: قائمة أساليب التعلم لكولب: مرفق (٢)

أعد هذه القائمة "ديفيد كولب ومس مكارثي" (٢٠٠٥) وقد قامت الباحثة بترجمتها وتعريبها من خلال أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في مجال طرق تدريس اللغة الإنجليزية كما تم عرضها على مجموعة من الخبراء من أعضاء هيئة التدريس في مجال المناهج وطرق التدريس وعلم النفس مرفق (١٣) لإبداء الرأي حول مدى مناسبة الفقرات ومدى وضوحها ومدى مناسبتها للهدف الذي وضعت من أجله ومناسبتها للطالبات عينة البحث وقد جاءت آراء الخبراء بمناسبة قائمة أساليب التعلم للهدف الذي وضعت من أجله. وتتكون القائمة من (٩) تسعة مجموعات من الجمل المرتبة أفقياً، يطلب من المختبرة قرائتها جيداً لتقرر مدى إنطباق كل جملة من الجمل عليها بحيث تعطى (٤) درجات للجملة الأكثر أهمية بالنسبة إليها و(٣) درجات للجملة الثانية من حيث الأهمية و(٢) درجتان للجملة الثالثة في الأهمية و(١) درجة للجملة الأقل أهمية ولا يحق وضع نفس الدرجة في الصف الواحد. وتتوزع الجمل على الأبعاد الأربعة كما هو موضح بجدول (٤) على النحو التالي:

جدول (٤)

أبعاد قائمة أساليب التعلم لكولب والفقرات الخاصة بكل بعد

الفقرات							البعد			
٧ج	أ٧	١ج	٩ب	٨د	٤أ	٣ب	٢ج	أ١	CE	الخبرة الحسية
٧ب	د٥	٤ب	٩أ	٨ج	٦ج	٣أ	٢د	ب١	RO	الملاحظة التأملية
أ٦	ب٨	٥أ	٩ج	٤د	٦د	٤ج	٣د	ب٢	AC	المفاهيم المجردة
ب٥	د١	٥ج	٩د	٨أ	٧د	٦ب	٣ج	أ٢	AE	التجريب الفعال

يتبين من الجدول السابق (٤) أن الطالبة تكون من أصحاب الخبرة الحسية إذا كانت الفقرة (أ) من المجموعة الأولى وكذلك الفقرة (ج) من

المجموعة الثانية والفقرة (ب) من المجموعة الثالثة والفقرة (أ) من المجموعة الرابعة والفقرة (د) من المجموعة الثامنة والفقرة (ب) من المجموعة التاسعة والفقرة (ج) من المجموعة الأولى والفقرة (أ) من المجموعة السابعة والفقرة (ج) من المجموعة السابعة هي الأكثر أهمية بالنسبة لها وهكذا باقى البنود. ثم يتم جمع درجات الطالبة فى كل بعد على حده ليصبح لكل طالبة "٤" أربع درجات وأن أسلوب التعلم يتحدد بناء على درجة الطالبة فى مرحلتين من المراحل السابقة. ثم تطرح المفاهيم المجردة من الخبرة الحسية AC- CE والتجريب الفعال من الملاحظة التأملية AE- RO فينتج زوج مرتب يمكن على أساسه تحديد أسلوب تعلم الطالبة وجدول (٥) يوضح كيفية تحديد هذه الأساليب :

جدول (٥)

تحديد أسلوب التعلم

الزوج المرتب		تحديده	أسلوب التعلم
المقطع الثانى	المقطع الأول		
من ١ إلى ١٦	من ٣ إلى ١٧	AE-AC	التقارى
من ١ إلى ١٦	من ٢ إلى ١١	AC-RO	الإستيعابى
من ٢ إلى ١٢	من ٢ إلى ١١	RO-CE	التباعدى
من ٣ إلى ١٧	من ٢ إلى ١٢	AE-CE	التكيفى

المعاملات العلمية لقائمة أساليب التعلم لكولب :

قامت الباحثة بحساب المعاملات العلمية لقائمة أساليب التعلم لكولب من صدق وثبات فى الفترة من يوم الإثنين الموافق ٢٠١٩/٢/١١م إلى يوم الأربعاء الموافق ٢٠١٩/٢/٢٠م وذلك على النحو التالى :

أولاً: الصدق :

لحساب صدق قائمة أساليب التعلم استخدمت الباحثة الطرق التالية :

(١) صدق المحتوى :

قامت الباحثة بعرض قائمة أساليب التعلم فى صورتها المبدئية على مجموعة من الخبراء من أعضاء هيئة التدريس فى مجال المناهج وطرق التدريس وعلم النفس مرفق (١٣) لإبداء الرأى حول مدى مناسبة الفقرات

وصياغتها ومدى وضوحها ومدى مناسبتها للهدف الذي وضعت من أجله ومناسبتها للطالبات عينة البحث وقد جاءت آراء الخبراء بمناسبة قائمة أساليب التعلم لكولب وجدول (٦) يوضح النسبة المئوية لآراء الخبراء.

جدول (٦)

التكرار والنسب المئوية لآراء الخبراء في فقرات قائمة أساليب التعلم (ن = ٩)

العبارات										البعد
ج٧	أ٧	ج١	ب٩	د٨	أ٤	ب٣	ج٢	أ١	رقم لعلو	الخبرة الحسية CE
٩	٩	٩	٩	٨	٨	٩	٩	٩	تكرار	
%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	%٨٩	%٨٩	%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	نسبة لغوية	
ب٧	د٥	أ٤	أ٩	ج٨	ج٦	أ٣	د٢	أ١	رقم لعلو	الملاحظة التأملية RO
٩	٩	٩	٩	٩	٩	٩	٩	٨	تكرار	
%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	%٨٩	نسبة لغوية	
أ٦	ب٨	أ٥	ج٩	د٤	د٦	ج٤	د٣	ب٢	رقم لعلو	المفاهيم المجردة AC
٩	٩	٩	٩	٩	٩	٨	٩	٩	تكرار	
%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	%٨٩	%١٠٠	%١٠٠	نسبة لغوية	
ب٥	د١	ج٥	د٩	أ٨	د٧	ب٦	ج٣	أ٢	رقم لعلو	التجريب الفعال AE
٨	٨	٩	٩	٩	٩	٩	٩	٩	تكرار	
%٨٩	%٨٩	%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	%١٠٠	نسبة لغوية	

تراوحت النسبة المئوية لآراء الخبراء حول فقرات قائمة أساليب التعلم ما بين (٨٩% : ١٠٠%)، وبذلك تم الإتفاق على جميع فقرات قائمة أساليب التعلم لحصول جميع الفقرات على نسبة أكبر من (٧٠%) لتصبح الصورة النهائية مكونة من (٣٦) ستة وثلاثون فقرة قابلة للتطبيق.

(٢) صدق الإتساق الداخلي :

لحساب صدق الإتساق الداخلي لقائمة أساليب التعلم قامت الباحثة بتطبيقه على عينة قوامها (٤٠) أربعون طالبة من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأصلية، حيث تم حساب معاملات الإرتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧)

معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه (ن = ٤٠)

الفقرات										البعد
ج٧	أ٧	ج١	ب٩	د٨	أ٤	ب٣	ج٢	أ١	رقم العبرة	الخبرة الحسية CE
٠,٦٥	٠,٨٨	٠,٧٧	٠,٧٥	٠,٧١	٠,٥٩	٠,٥٧	٠,٧١	٠,٧٧	معامل الارتباط	
ب٧	د٥	ب٤	أ٩	ج٨	ج٦	أ٣	د٢	أ١	رقم العبرة	الملاحظة التأملية RO
٠,٨١	٠,٧٨	٠,٩٠	٠,٨١	٠,٨٨	٠,٨٥	٠,٩٠	٠,٨٤	٠,٨٩	معامل الارتباط	
أ٦	ب٨	أ٥	ج٩	د٤	د٦	ج٤	د٣	ب٢	رقم العبرة	المفاهيم المجردة AC
٠,٥٧	٠,٥٣	٠,٦٢	٠,٥٥	٠,٨٢	٠,٧٦	٠,٧٧	٠,٨٧	٠,٨٨	معامل الارتباط	
ب٥	د١	ج٥	د٩	أ٨	د٧	ب٦	ج٣	أ٢	رقم العبرة	التجريب الفعال AE
٠,٦١	٠,٦٩	٠,٦٨	٠,٧٦	٠,٧٥	٠,٨١	٠,٧٠	٠,٧٥	٠,٨١	معامل الارتباط	

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٣٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠,٢٥٧ يتضح من جدول (٧) ما يلي: تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه ما بين (٠,٥٣ : ٠,٩٠) وهي معاملات ارتباط جميعها دالة إحصائياً مما يشير إلى صدق الإتساق الداخلي لقائمة أساليب التعلم لكولب قيد البحث.

ثانياً: الثبات

لحساب ثبات قائمة أساليب التعلم لكولب قامت الباحثة باستخدام معامل ألفا لكرونباخ وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (٤٠) أربعون طالبة من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأصلية، و جدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

معاملات الثبات باستخدام ألفا لكرونباخ لقائمة أساليب التعلم (ن = ٤٠)

المحاور	معامل الارتباط
---------	----------------

٠,٧٧	الخبرة الحسية CE	١
٠,٦٣	الملاحظة التأملية RO	٢
٠,٨٧	المفاهيم المجردة AC	٣
٠,٨٢	التجريب الفعال AE	٤
٠,٧٦	قائمة أساليب التعلم ككل	

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٣٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠,٢٥٧
يتضح من جدول (٨) ما يلي: تراوحت معاملات ألفا لابعاد قائمة أساليب التعلم ما بين (٠,٦٣ : ٠,٨٧)، بينما بلغ معامل ألفا لقائمة أساليب التعلم ككل (٠,٧٦)، وهي معاملات إرتباط جميعها دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات قائمة أساليب التعلم.

ثالثاً: الاختبارات

١- اختبار الذكاء لكاتل مرفق (٣) :

قامت الباحثة باختيار اختبار الذكاء لـ" ريموند ب كاتل Remond B Katell" (١٩٧٠) (١٠) وقد اعد صورته العربية " احمد سلامة، عبد السلام عبد الغفار" وهو اختبار غير لفظي لأنه لا يعتمد علي اللغة ولكن يخضع أداء الأفراد لقدرتهم علي تحديد علاقة التشابه والاختلاف بين الأشكال الموجودة بالاختبار ويهدف هذا الاختبار إلي تقدير القدرة العقلية العامة "نسبة الذكاء" لدي الطالبات قيد البحث ويتكون الاختبار من جزئين يشتمل كل جزء علي أربعة اختبارات فبعد الانتهاء من شرح الأمثلة يطلب من الطالبات الإجابة علي الجزء الأول ثم الجزء الثاني وفقاً لعدد البنود المخصص للإجابة علي كل اختبار والجدول التالي (٩) يبين أسماء الاختبارات وعدد البنود التي يحتويها كل منها والزمن المحدد للإجابة عليها في كل جزء.

جدول (٩)

أسماء الاختبارات وعدد البنود والزمن المحدد للإجابة عليها

اسم الاختبار	عدد البنود	الزمن المحدد
المسلسلات	١٢	٢
التصفيات	١٤	٤

المصفوفات	١٢	٣
الظروف	٨	٢.٥
المجموع	٤٦	١٢.٥

المعاملات العلمية لإختبار الذكاء :

قامت الباحثة بحساب المعاملات العلمية لإختبار الذكاء من صدق وثبات فى الفترة من يوم الإثنين الموافق ٢٠١٩/٢/١١م إلى يوم الأربعاء الموافق ٢٠١٩/٢/٢٠م وذلك على النحو التالى :

أولاً : الصدق :

تم حساب صدق اختبار الذكاء عن طريق صدق المقارنة الطرفية وذلك على عينة استطلاعية ماثلة لمجتمع البحث ومن خارج عينه البحث الأساسية وعددهن (٤٠) أربعون طالبة، وتم ترتيب درجات الطالبات تصاعدياً لتحديد الأرباعى الأعلى وعددهن (١٠) عشرة طالبات والأرباعى الأدنى وعددهن (١٠) عشرة طالبات وتم حساب دلالة الفروق بينهما فى الاختبار والجدول (١٠) ويوضح النتيجة.

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين الأرباعى الأعلى والأدنى فى اختبار الذكاء قيد البحث

قيمة ت	الربيع الأدنى		الربيع الأعلى		وحدة القياس	المتغيرات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
18.03	1.03	58.20	0.48	64.70	الدرجة	الذكاء

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة $(0.05) = 2.10$

يتضح من الجدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي الأرباعى الأعلى والأدنى فى اختبار الذكاء قيد البحث ولصالح مجموعة الأرباعى الأعلى حيث أن قيمة (ت) دالة عند مستوى دلالة (0.05) مما يشير إلى صدق الاختبار وقدرته على التمييز بين المجموعات المختلفة.

ثانياً: الثبات

لحساب ثبات الاختبار استخدمت الباحثة طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على عينه قوامها (٤٠) أربعون طالبة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية بفارق زمني مدته (١٠) عشرة أيام بين التطبيقين ثم إيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني والجدول (١١) يوضح النتيجة :

جدول (١١)

معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في اختبار الذكاء قيد البحث
(ن=٤٠)

معامل الارتباط	أعادة التطبيق		التطبيق		وحدة القياس	الاختبار
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0.96	2.54	61.30	2.60	61.38	الدرجة	الذكاء

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٠.٣٢٥

يتضح من جدول (١١) أن معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لاختبار الذكاء قيد البحث بلغ (٠.٩٦) وهو معامل ارتباط دال إحصائياً حيث أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) مما يشير إلي ثبات الاختبار.

٢- الاختبارات البدنية : مرفق (٦)

قامت الباحثة باختيار عناصر اللياقة البدنية الخاصة بعارضة التوازن والاختبارات البدنية المقيسة لها قيد البحث بناءا علي المراجع العلمية "محمد الرمادي (٢٠١٦) (٢٣)، صديق طولان (٢٠١٦) (١٢)، أديل شنودة وآخرون (٢٠١٥) (١)، محمد شحاتة (٢٠٠٣) (٢٥)، عزيزة سالم وآخرون" (د.ت) (١٤) والدراسات السابقة كدراسة "إيمان عادل (٢٠١٨) (٤)، رانيا عبدالعزيز جميل" (٢٠٠٨) (٩) وتم العرض علي مجموعة من الخبراء من اعضاء هيئة التدريس بكليات التربية الرياضية ومتخصصين في مجال رياضة الجمباز وعددهم (٩) تسعة خبراء ولديهم خبرة لا تقل عن (١٥) خمسة عشر عاما مرفق (١٣) وقد اتفقوا علي ان عناصر اللياقة البدنية هي (التوازن الثابت،

- التوازن المتحرك، المرونة، الرشاقة، التوافق العضلى العصبى) وعلى الاختبارات التي تقيس كل عنصر من تلك العناصر حيث تم عرض (١٤) اربعة عشر اختبارا وبناء على ما سبق تم تحديد (٥) خمسة اختبارات هي :
- ١- اختبار (الوقوف على قدم واحدة): لقياس التوازن الثابت ووحده القياس الزمن بالثانية.
 - ٢- اختبار (المشى على مقعد سويدي مقلوب): لقياس التوازن المتحرك ووحده القياس الزمن بالثانية.
 - ٣- اختبار (ثنى الجذع أماما أسفل من على الصندوق): لقياس المرونة ووحدة القياس الدرجة.
 - ٤- إختبار(الجرى الإرتدادى ١٠×٤): لقياس الرشاقة ووحدة القياس الزمن بالثانية.
 - ٥- اختبار (الدوائر المرقمة): لقياس التوافق العضلى العصبى ووحدة القياس الزمن بالثانية.

المعاملات العلمية للاختبارات البدنية :

قامت الباحثة بحساب المعاملات العلمية من صدق وثبات فى الفترة من يوم الإثنين الموافق ٢٠١٩/٢/١١م إلى يوم الأربعاء الموافق ٢٠١٩/٢/١٣م وذلك على النحو الآتى :

أ- الصدق :

تم حساب صدق الاختبارات البدنية قيد البحث عن طريق صدق المقارنة الطرفية وذلك على عينة استطلاعية مماثلة لمجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية وعددهن (٤٠) أربعون طالبة، وتم ترتيب درجات الطالبات تصاعدياً لتحديد الأرباعى الأعلى وعددهن (١٠) عشرة طالبات والأرباعى الأدنى وعددهن (١٠) عشرة طالبات وتم حساب دلالة الفروق بين الارباعيين فى الاختبارات البدنية كما هو موضح فى جدول (١٢).

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين الأرباعى الأعلى والأدنى فى اختبارات القدرات البدنية

قيمة ت	الربيع الأدنى		الربيع الأعلى		وحدة القياس	المتغيرات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
12.20	0.26	7.36	0.24	8.72	الثانية	التوازن الثابت
27.25	0.10	2.06	0.08	3.16	الثانية	التوازن المتحرك
8.52	1.55	1.20	0.52	5.60	الدرجة	المرونة
14.17	0.22	13.69	0.13	12.52	الثانية	الرشاقة
47.38	0.07	5.19	0.08	3.63	الثانية	التوافق العضلي العصبي

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة $(0.05) = 2.10$

يتضح من الجدول (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي الأرباعي الأعلى والأرباعي الأدنى في الاختبارات البدنية قيد البحث ولصالح مجموعة الأرباعي الأعلى حيث أن قيمة (ت) دالة عند مستوى دلالة (0.05) مما يشير إلى صدق الاختبارات وقدرتها على التمييز بين المجموعات.

ب- الثبات :

لحساب ثبات الاختبارات البدنية قيد البحث استخدمت الباحثة طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه وذلك على عينة قوامها (٤٠) أربعون طالبة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية وبفاصل زمني مدته (٣) ثلاثة أيام بين التطبيقين الأول والثاني، والجدول (١٣) يوضح معاملات الارتباط بين التطبيقين.

جدول (١٣)

معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في اختبارات القدرات البدنية قيد البحث

معامل الارتباط	أعادة التطبيق		التطبيق		وحدة القياس	الاختبار
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0.95	0.50	8.12	0.53	8.13	الثانية	التوازن الثابت
0.96	0.47	2.59	0.45	2.62	الثانية	التوازن المتحرك
0.95	1.93	3.63	1.86	3.65	الدرجة	المرونة
0.96	0.45	13.03	0.47	13.06	الثانية	الرشاقة
0.95	0.64	4.52	0.64	4.48	الثانية	التوافق العضلي العصبي

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة $(0.05) = 0.325$

يتضح من جدول (١٣) ما يلي: تراوحت معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لاختبارات القدرات البدنية قيد البحث ما بين $(0.95, 0.96)$ وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً حيث أن قيم (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) مما يشير إلى ثبات تلك الاختبارات.

رابعا : بطاقة تقييم الأداء المهارى للجملة الحركية علي جهاز عارضة التوازن "إعداد الباحثة" مرفق (٨)

أ- تحديد الهدف من البطاقة.

في ضوء أهداف البحث تم تحديد الهدف من البطاقة وهو تقييم مهارات عارضة التوازن والجملة الحركية قيد البحث.

ب- تم تحديد مكونات الجملة الحركية علي جهاز عارضة التوازن بناء علي المنهج المقرر لطالبات الفرقة الأولى باللائحة الداخلية للكلية ف جاءت كالاتي :

- الصعود قرفصاء كبدائية علي عارضة التوازن، خطوة الحصان (الكماة)،

دوران نصف لفة علي مشط القدم، ميزان أمامي، طعن نصفى، الدرجة
الأمامية، مشى على المشط، وثبة النجمة كنهاية على عارضة التوازن.

ج- تحديد الدرجة الكلية للبطاقة :

بعد تحديد الهدف من البطاقة وتحديد مكونات الجملة الحركية علي
جهاز عارضة التوازن قامت الباحثة بعرض البطاقة في صورتها الأولية مرفق
(٧) علي السادة الخبراء في مجال رياضة الجمباز مرفق (١٠) لتحديد الدرجة
الكلية للبطاقة والدرجة الخاصة بكل مهارة من مهارات الجملة الحركية وتوصلت
الباحثة بعد استطلاع آراء الخبراء إلي الصورة النهائية لبطاقة تقييم الأداء علي
أن تكون الدرجة الكلية للبطاقة (١٠) عشرة درجات موزعه كآآتي :

جدول (١٤)

الدرجة المقترحة	اسم المهارة ومراحل أدائها	
١	١- الإرتقاء بالقدمين معا مع ثني الركبتين تجاه الصدر.	الصعود
١	٢- وضع الرجلين أعلى عارضة التوازن.	قرفصاء كبدائية
١	٣- الإرتكاز باليدين والرأس على استقامة العمود الفقري.	علي عارضة
٣	الدرجة الكلية	التوازن.
١	١- الدفع بالرجلين وثنى الرقبة للداخل بين الذراعين ووضع الكتفين علي عارضة التوازن.	الدرجة
٥	٢- تغيير وضع اليدين لمسك العرصة من اسفل.	الأمامية في
٥	٣- اداء الدرجة بشكل مستمر دون تقطع مع اتزان الجسم علي عارضة التوازن.	منتصف
٢	الدرجة الكلية	عارضة التوازن
٥	١- قوة الإرتقاء.	وثبة النجمة
١	٢- درجة فتح الرجلين وعدم ثني الركبتين.	كنهاية علي
٥	٣- الهبوط بالرجلين مضمومتين وحفظ التوازن.	عارضة
٢	الدرجة الكلية	التوازن.
١	١- الكومة	حركات الربط.
٥	- مستوى رفع الركبتين أثناء الأداء	
٥	- التوازن أثناء الأداء.	
٥	٢- الدوران	
٥	- يكون علي المشطين.	
٥	- الذراعين حلقة فوق الراس.	

تابع جدول (١٤)

الدرجة المقترحة	اسم المهارة ومراحل أدائها	
٥	٣- الميزان الأمامي :	

	<ul style="list-style-type: none"> - مستوى ارتفاع الرجل الحرة. - رجل الارتكاز مفرودة. ٤- المشى : - يكون على المشطين وفرد الركبتين - لنظر للأمام والجسم على استقامته. ٥- الطعن النصفى : - فرد الرجل الخلفية والذراعين جانبا - استقامة الجذع والنظر للامام. 	
٣	الدرجة الكلية	
١٠		الدرجة الكلية للبطاقة

حيث تم تقييم الجملة الحركية بصورة كلية، وتم تقييم الأداء للعينة قيد البحث عن طريق لجنة مكونه من (٣) محكمين من الخبراء في مجال رياضة الجمباز من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية ولديهم خبرة لا تقل عن (١٥) خمسة عشرة عاماً مرفق (١٣) علي أن يتم حساب الدرجة النهائية من خلال حساب متوسط درجات المحكمين الثلاثة في استمارة معدة لذلك مرفق (١٢).

المعاملات العلمية لبطاقة تقييم الأداء المهارى للجملة الحركية علي جهاز عارضة التوازن قيد البحث :

تم حساب المعاملات العلمية لبطاقة تقييم الأداء المهارى للجملة الحركية علي جهاز عارضة التوازن قيد البحث فى الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٠١٩/٢/١٧م إلى يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٩/٢/١٩م وذلك على النحو التالي :

أ- الصدق :

تم حساب صدق البطاقة قيد البحث عن طريق صدق المقارنة الطرفية وذلك على عينة استطلاعية مماثلة لمجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية وعددهن (٤٠) أربعون طالبة، وتم ترتيب درجات الطالبات تصاعدياً لتحديد الأرباعى الأعلى وعددهن (١٠) عشرة طالبات والأرباعى الأدنى وعددهن (١٠) عشرة طالبات وتم حساب دلالة الفروق بين الأرباعين فى لبطاقة تقييم الأداء المهارى كما هو موضح فى جدول (١٥).

جدول (١٥)
دلالة الفروق بين الأرباعي الأعلى والأدنى في بطاقة تقييم الأداء المهاري
للجملة الحركية على جهاز عارضة التوازن قيد البحث

قيمة ت	الربيع الأدنى		الربيع الأعلى		وحدة القياس	المتغيرات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
7.07	0.08	0.23	0.08	0.48	الدرجة	الصعود قرفصاء كبداية على عارضة التوازن
6.48	0.12	0.08	0.12	0.43	الدرجة	الدرجة الأمامية المتكورة في منتصف عارضة التوازن
6.57	0.12	0.43	0.08	0.73	الدرجة	وثبة النجمة كنهاية على عارضة التوازن
7.07	0.08	0.03	0.08	0.28	الدرجة	خطوة الحصان "الكوماة"
7.07	0.08	0.03	0.08	0.28	الدرجة	الدوران نصف لفة على المشط
7.07	0.08	0.03	0.08	0.28	الدرجة	الميزان الأمامي
7.07	0.08	0.03	0.08	0.28	الدرجة	الطعن النصفي
3.66	0.13	0.10	0.08	0.28	الدرجة	المشي على المشط

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة $(0.05) = 2.10$

يتضح من الجدول (١٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي الأرباعي الأعلى والأرباعي الأدنى في بطاقة تقييم الأداء المهاري قيد البحث ولصالح مجموعة الأرباعي الأعلى حيث أن قيمة (ت) دالة عند مستوى دلالة (0.05) مما يشير إلى صدق البطاقة وقدرتها على التمييز بين المجموعات.

ب- الثبات :

لحساب ثبات البطاقة قيد البحث استخدمت الباحثة طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه وذلك على عينة قوامها (٤٠) أربعون طالبة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية وبفاصل زمنى مدته (٣) ثلاثة أيام بين التطبيقين الأول والثانى، والجدول (١٦) يوضح معاملات الارتباط بين التطبيقين.

جدول (١٦)

معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثانى فى بطاقة تقييم الأداء المهارى للجملة الحركية على جهاز عارضة التوازن قيد البحث

معامل الارتباط	الربيع الأدنى		الربيع الأعلى		المتغيرات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.92	0.14	0.34	0.14	0.36	الصعود قرفصاء كدياية على عارضة التوازن
0.96	0.14	0.26	0.15	0.25	الدرجة الأمامية المتكورة فى منتصف عارضة التوازن
0.93	0.15	0.53	0.13	0.54	وثبة النجمة كنهاية على عارضة التوازن
0.88	0.14	0.12	0.14	0.11	خطوة الحصان "الكوماء"
0.84	0.14	0.14	0.14	0.13	الدوران نصف لفة على المشط
0.92	0.14	0.12	0.14	0.11	الميزان الأمامى
0.87	0.13	0.18	0.13	0.16	الطعن النصفى
0.78	0.11	0.21	0.10	0.22	المشي على المشط

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٣٢٥

يتضح من جدول (١٦) أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثانى لبطاقة تقييم الأداء المهارى قيد البحث قد تراوحت ما بين (٠.٧٨، ٠.٩٦) وهى معاملات ارتباط دال إحصائياً حيث أن قيم (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى ثبات البطاقة.

خامساً: البرنامج التعليمي المقترح فى ضوء نمط التعلم للعينة قيد البحث : مرفق (٩).

إعداد البرنامج التعليمى فى ضوء نمط التعلم السائد بين طالبات المجموعة التجريبية وهو (النمط التباعدى) حيث يؤدون أصحاب هذا النمط

بشكل أفضل فى المواقف التعليمية التى تتطلب إنتاج أفكار عديدة وخاصة مواقف العصف الذهنى لذلك قامت الباحثة بالإطلاع على المراجع العلمية التى تناولت العصف الذهنى مثل "فوزى الشربيني (٢٠١٠) (١٩)، محمد الحيلة (٢٠٠٣) (٢٢)، طارق سويدان، محمد العدلوني" (٢٠٠٢) (١٣) وكذلك الدراسات السابقة مثل "حسين محمود (٢٠١٥) (٧)، محمد سليمان (٢٠١٥) (٢٤)، حسين إبراهيم" (٢٠١٠) (٦) فتم تصميم البرنامج التعليمى على النحو التالى :

١- الهدف العام للبرنامج :

تصميم برنامج تعليمى فى ضوء أنماط التعلم ومعرفة أثره على تعلم بعض مهارات عارضة التوازن وأداء الجملة الحركية (الصعود قرفصاء كبدائية على عارضة التوازن- خطوة الحصان "الكوماة"- نصف لفة على المشط- الميزان الأمامى- الطعن النصفى- الدرجة الأمامية فى منتصف عارضة التوازن- المشى على المشط- وثبة النجمة كنهاية على عارضة التوازن) قيد البحث.

٢- أغراض البرنامج :

- أ- أن يتوافق أسلوب التعلم المستخدم فى تنفيذ البرنامج مع نمط (أسلوب) تعلم الطالبات.
- ب- أن يساعد البرنامج فى إكتشاف المهارات الفردية للطالبات.
- ج- أن تتمكن الطالبات من تطوير آليات خاصة بهن للبحث عن الحلول وخلق الأفكار.
- د- أن يتم تحفيز القدرات الإبداعية عند الطالبات والإستفادة منها فى توليد الأفكار والحلول.
- هـ- أن تفهم الطالبات التسلسل الحركي والأداء الصحيح للمهارات قيد البحث.
- و- أن تكتسب الطالبات التفكير العلمي المنظم لأداء المهارات قيد البحث.
- ز- أن تكتسب الطالبات القدرة علي الإدراك والانتباه.
- ح- أن تكتسب الطالبات الإحساس الحركي والانفعالي.

- ط- أن تكتسب الطالبات الجرأة والشجاعة.
- ى- أن تمارس الطالبات طريقه الأداء الصحيح لمهارات عارضه التوازن قيد البحث.
- ك- أن تمارس الطالبات التكنيك الأمثل للأداء والمحافظة علي الوضع السليم للجسم.
- ل- أن تتقن الطالبات أداء الجملة الحركية قيد البحث.
- م- أن تشعر الطالبات بالسعادة والمتعة أثناء تنفيذ أنشطة البرنامج.
- ن- أن تكتسب الطالبات عناصر اللياقة البدنية الخاصة
- ٣- أسس البرنامج :
- أ- مراعاة خصائص النمو للمرحلة السنية قيد البحث والمتمثلة في (طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا).
- ب- الترحيب بالأفكار الجيدة والمبدعة وتقدير الجهود المميزة.
- ج- الإبتعاد عن النقد وتحليل الأفكار لنقدها.
- د- التنوع في التمرينات وكذلك الأدوات المستخدمة.
- هـ- مراعاة التسلسل الحركي للمهارات قيد البحث لتحقيق أقصى استفادة بأقل جهد ممكن.
- و- مراعاة مبدأ التدرج في التمرينات من السهل إلي الصعب.
- ز- شمولية التمرينات بحيث تشمل جميع مهارات عارضة التوازن قيد البحث
- ح- توفير المكان والإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج.
- ٤- محتوى البرنامج :

التزمت الباحثة بمقرر مادة الجمباز (١) لطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا والمهارات الخاصة بعارضة التوازن قيد البحث ومن خلال ذلك يحتوي البرنامج التعليمي علي ما يلي :

أ- النواحي الفنية والتمرينات المتدرجة لمهارات عارضة التوازن قيد البحث.

ب- الجملة الحركية علي جهاز عارضة التوازن قيد البحث.

٥- أسلوب التعلم المستخدم :

فى ضوء نمط (أسلوب) التعلم السائد (النمط التباعدى) لطالبات المجموعة التجريبية إستخدمت الباحثة أسلوب العصف الذهنى فى تعلم مهارات عارضة التوازن قيد البحث.

٦- الإطار العام لتنفيذ البرنامج :

قامت الباحثة باستطلاع رأي الخبراء مرفق (١٣) لتحديد زمن وشكل وأجزاء الوحدة التعليمية مرفق (٩) وقد اتفقت آراء السادة الخبراء بنسبة (٩٥%) علي أن يكون شكل وتوزيع الوحدة التعليمية (المحاضرة) كالاتي :

جدول (١٧)

الشكل التنظيمى والتوزيع الزمنى للوحدة التعليمية

المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية	أجزاء المحاضرة
٥ق	٥ق	المقدمة والأعمال إدارية
-	١٠ق	المرحلة التمهيديّة
-	١٠ق	مرحلة استمطار الأفكار
٢٥ق	٢٥ق	الإحماء والإعداد البدنى
٢٠ق	-	الشرح النظرى وأداء نموذج وعرض الوسائل التعليمية
(٦٥) التطبيق العملى لنفس الجزء المهارى	مرحلة تقديم الأفكار وتقييمها (١٥) مرحلة التنفيذ (٥٠ق): يتم فيها التطبيق العملى للمهارة وتنفيذ ما تم التوصل إليه من استنتاجات وحلول وأفكار صحيحة	الجزء الرئيسى (٦٥)
٥ق	٥ق	الختام
١٢٠ق	١٢٠ق	الزمن الكلى للمحاضرة

ينفذ البرنامج من خلال المحاضرة وذلك بواقع محاضرة واحدة أسبوعياً لمدة (٨) ثمانية أسابيع وذلك وفقاً للتوزيع الزمنى بلائحة الكلية للفصل الدراسى الثانى علي أن يكون زمن تنفيذ المحاضرة (٢٠ق) مائة وعشرون دقيقة وذلك كما هو وارد بلائحة الكلية وبذلك أصبح عدد الوحدات للبرنامج (٨) ثمانية محاضرات.

٨- القيادات المساعدة في تنفيذ البرنامج :

أ) معاونوا أعضاء هيئة التدريس.

ب) طالبات الفرقة الرابعة تخصص الجمباز.

٩- أسلوب التقويم :

من أجل تقويم مدي فاعلية البرنامج التعليمي قامت الباحثة باختيار ما يلي:
- بطاقة تقييم الأداء المهاري للجملة الحركية على جهاز عارضة التوازن قيد البحث.

الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الإستطلاعية في الفترة من يوم الإثنين الموافق ٢٠١٩/٢/١١ إلي يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٩/٢/٢٠ وذلك علي عينة بلغ قوامها (٤٠) أربعون طالبة من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية وذلك بهدف التعرف علي :

- مدي مناسبة البرنامج لقدرات الطالبات ومدي فهمهن واستيعابهن.

- حساب المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث.

- اختبار صلاحية الأجهزة والأدوات والمكان المستخدم لتنفيذ التجربة.

- تدريب المساعدين علي كيفية إجراء الاختبارات.

إجراءات تنفيذ التجربة :

القياس القبلي :

قامت الباحثة بإجراء القياس القبلي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة للمتغيرات قيد البحث وذلك يوم الخميس الموافق ٢٠١٩/٢/٢١.

إجراءات قبل تنفيذ التجربة الأساسية :

- قامت الباحثة بتطبيق إستمارة كولب لأساليب (أنماط) التعلم على جميع

الطالبات عينة البحث والبالغ قوامها (٦٠) ستون طالبة لتحديد نمط التعلم

لديهن وبناءا على إستجابات الطالبات أظهرت النتائج أن (النمط

التباعدي) هو الأعلى نسبة بين الطالبات حيث مثل نسبة (٥٣.٣٣%)

من حجم عينة البحث فأصبحوا يمثلون المجموعة التجريبية والأخريات تمثلن المجموعة الضابطة.

- قامت الباحثة بتصميم البرنامج التعليمى فى ضوء نمط التعلم الخاص بالمجموعة التجريبية (النمط التباعدى) والذى كان من أهم ما يميز أصحاب هذا النمط العمل بكفاءة فى مواقف العصف الذهنى فكان هذا هو أسلوب التعلم المستخدم داخل البرنامج التعليمى قيد البحث.

التجربة الأساسية :

قامت الباحثة بتطبيق البرنامج التعليمى وذلك من خلال الإسترشاد

بعوامل نجاح أسلوب العصف الذهنى وهى :

- يسود المحاضرة جو من المتعة والمرح والتحرر من الضغوط الخارجية.
- قبول الأفكار غير المألوفة والخاطئة وعدم إحباطها.
- التمسك بالقواعد الرئيسية للعصف الذهنى (تجنب النقد، الترحيب بالكم والنوع).
- الإبتعاد عن النقاش الحاد والدخول فى التفاصيل.
- الإبتعاد عن الخلط بين عملية العصف الذهنى واتخاذ القرار.
- الترحيب بالأفكار الجيدة والمبدعة والفريدة وتقدير الجهود.
- إتباع المراحل المختلفة لإعادة صياغة الأسئلة والأفكار.
- عرض مزيد من الأسئلة للشعور بالحاجة إلى البحث والتتقيب.
- إيمان المعلمة (الباحثة) بجدوى هذا الأسلوب فى التوصل إلى حلول إبداعية.
- فصل المعلمة بين إستنباط الأفكار وبين تقييمها.
- تدوين جميع الأفكار المنبثقة عن المحاضرة بحيث تراها جميع الطالبات.
- إستمرار عملية العصف الذهنى وعملية توليد الأفكار حتى يجف سيل الأفكار.

تنفيذ البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب العصف الذهني :

تم مراعاة المراحل الأساسية التي يمر بها أسلوب العصف الذهني في إطار تنفيذه كالاتي :

المرحلة التمهيديّة :

- في هذه المرحلة قامت الباحثة بتقسيم الطالبات إلى مجموعات وتعيين مقرر (قائد) لكل مجموعة لتدوين الأفكار.
- تم تحفيز الطالبات وإثارة فضولهن وإهتمامهن بالمهارة المراد تعلمها وذلك من خلال :
- إجراء حوار مع الطالبات عن المهارة وأهميتها شريطة عدم الإسهاب في تفاصيل المهارة.
- عرض المهارة المراد تعلمها في صورة مشكلة من خلال مجموعة من الأسئلة.

مرحلة إستمطار الأفكار :

- في هذه المرحلة يتم إعطاء فرصة للطالبات للتفكير في الأسئلة والتوصل إلى حلول.
- تقوم كل مجموعة بتبادل الأفكار بين أفرادها للوصول إلى النقاط المطلوبة.
- يقوم القائد بتسجيل أفكار الطالبات بغض النظر عن صوابها أو خطئها أو غرابتها وحرص المعلمة أن لا يكون هناك إنتقادات لأفكار الآخرين.
- تقوم كل مجموعة بتقديم ورقة الأفكار الخاصة بها إلى مجموعة أخرى وهكذا بحيث تطلع كل مجموعة على أفكار المجموعات الأخرى.
- طرح المزيد من الأسئلة حول المهارة المراد تعلمها.
- توجيه الطالبات إلى إجراء المزيد من الحوار والمناقشة وتبادل الأفكار.

مرحلة تقديم الأفكار وتقييمها :

في هذه المرحلة قامت الباحثة بمناقشة أفكار الطالبات وتقييمها

وتصنيفها إلى أفكار أصيلة ومفيدة قابلة للتطبيق وأفكار مفيدة ولكنها تحتاج إلى مزيد من البحث وأفكار غير قابلة للتطبيق.

- الوقوف على الأفكار الصحيحة وتدعيمها بتوفير الخبرات المناسبة للطلبات لإستيعاب كيفية أداء المهارة من خلال الآتى :
- عرض صور توضيحية للمهارة المراد تعلمها.
- إستخدام بعض الوسائل التعليمية فى عرض نموذج للمهارة بهدف مساعدة الطالبات على إكتساب تصور ذهنى للمهارة ومعرفة الشكل السليم للأداء.
- توضيح النواحي الفنية للمهارة المتعلمة والتركيز على أهم النقاط الفنية المؤثرة فى الأداء.
- عرض التدريبات المتدرجة لتعليم المهارة.

مرحلة التنفيذ:

فى هذه المرحلة قامت الطالبات بتطبيق وأداء المهارات قيد البحث وتوضيح العلاقة والربط بين المهارات وبعضها وربط المهارات بمهارات سبق تعلمها ومهارات أخرى جديدة.

- عقب انتهاء القياس القبلي قامت الباحثة بتطبيق البرنامج التعليمي فى ضوء نمط التعلم (التباعدى) بإستخدام العصف الذهنى لتعلم مهارات عارضة التوازن والجملة الحركية قيد البحث علي طالبات المجموعة التجريبية، وتطبيق البرنامج التقليدي علي المجموعة الضابطة لتعلم نفس مهارات عارضة التوازن والجملة الحركية قيد البحث وذلك خلال الفترة من يوم الإثنين الموافق ٢٥/٢/٢٠١٩ إلي يوم الثلاثاء الموافق ١٦/٤/٢٠١٩ وقد التزمت الباحثة أثناء تنفيذ البرنامج بما يلي :

- ١- قامت الباحثة بالتدريس لطالبات المجموعة التجريبية داخل المحاضرة يوم الإثنين من كل أسبوع بواقع محاضرة واحدة أسبوعياً زمن المحاضرة (١٢٠) دقيقة مائة وعشرون دقيقة ولمدة (٨) ثمانية أسابيع وذلك بواقع (٨) ثمانية محاضرات وذلك في الفترة من ٢٥/٢/٢٠١٩ الي ١٦/٤/٢٠١٩.

٢- قامت الباحثة بالتدريس لطالبات المجموعة الضابطة يوم الثلاثاء من كل أسبوع بإتباع البرنامج التقليدي المتبع من قبل الكلية.

القياس البعدي :

قامت الباحثة بعد الانتهاء من المدة المحددة لتنفيذ البرنامج للمجموعتين التجريبية والضابطة بإجراء القياس البعدي للمتغيرات قيد البحث وذلك يوم الأربعاء الموافق ٢٠١٩/٤/١٧ وقد تمت جميع القياسات علي نحو ما تم إجراؤه في القياس القبلي.

الأسلوب الإحصائي المستخدم :

لحساب نتائج البحث استخدمت الباحث الأساليب الإحصائية الآتية :

- المتوسط الحسابي.
 - الانحراف المعياري.
 - الاختبار مان وتي اللابارومتري.
 - اختبار ولكوسون اللابارومتري.
 - معامل الارتباط.
 - معدل التغير
- وقد ارتضت الباحثة نسبة دلالة عند مستوى (٠.٠٥).

عرض وتفسير النتائج ومناقشتها :

أولاً: عرض النتائج

سوف تقوم الباحثة بعرض نتائج البحث وفقاً للترتيب التالي :

- ١- دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تعلم بعض مهارات عارضة التوازن وأداء الجملة الحركية قيد البحث.
- ٢- دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تعلم بعض مهارات عارضة التوازن وأداء الجملة الحركية قيد البحث.
- ٣- دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين والبعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم بعض مهارات عارضة التوازن وأداء الجملة

الحركية قيد البحث.

ثانياً: تفسير النتائج ومناقشتها

جدول (١٨)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة
التجريبية في المتغيرات قيد البحث (ن = ٣٢)

قيمة ابتنا	قيمة ت	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٠.٩٩	٥٨.٠٣	0.12	1.94	0.12	0.40	الصعود قرفصاء كبدائية على عارضة التوازن
٠.٩٩	٨٠.٧٢	0.12	2.92	0.16	0.26	الدرجة الأمامية المتكورة في منتصف عارضة التوازن
٠.٩٩	٤٥.٣٢	0.08	1.96	0.11	0.57	وثبة النجمة كنهاية على عارضة التوازن
٠.٩٨	٣٥.٨١	0.06	0.98	0.12	0.09	خط الحصان "الكوماء"
٠.٨٨	١٥.٢٨	0.08	0.53	0.12	0.15	الدوران نصف لفة على المشط
٠.٩١	١٧.٢٦	0.01	0.50	0.13	0.11	الميزان الأمامي
٠.٨٩	١٥.٦١	0.01	0.50	0.11	0.18	الطعن النصفى
٠.٩٣	٢٠.٤٩	0.01	0.50	0.07	0.23	المشي على المشط
٠.٩٩	٥٩.٠٦	0.45	8.52	0.39	2.48	الجملة الحركية على جهاز عارضة التوازن

مهارات
عارضة
التوازن

حركات
الربط

قيمة (ت) الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٤

يتضح من الجدول السابق (١٨) ما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تعلم مهارات عارضة التوازن وأداء الجملة الحركية قيد البحث ولصالح القياس البعدي حيث أن جميع قيم احتمالية الخطأ اصغر من مستوي الدلالة ٠.٠٥. وترجع الباحثة هذا التقدم إلي التأثير الإيجابي للبرنامج التعليمي الذي صمم في ضوء نمط (أسلوب) التعلم السائد بين طالبات المجموعة التجريبية وهو (النمط التباعدي) على تعلم مهارات عارضة التوازن وأداء الجملة الحركية قيد البحث.

وتعزو الباحثة هذا التقدم في الأداء لمهارات عارضة التوازن قيد البحث إلى أن معرفة أسلوب تعلم الطالبات أتاح الفرصة أمامهن ليتعلمن بالأسلوب

الذى يفضلونهن الأمر الذى من شأنه أن يرفع من دافعيتهن ويولد الحافز لديهن نحو الإنجاز والعمل والتفاعل مع البيئة المحيطة بهن هذا بالإضافة إلى أن بناء وتصميم البرنامج التعليمى فى ضوء ومعرفة أسلوب تعلم طالبات المجموعة التجريبية ساهم بشكل كبير فى مراعاة الفروق الفردية بين الطالبات وتنويع أنشطة التعلم وإستخدام تقريد التعليم وفى هذا الصدد يشير "على عباس" (٢٠٠٩) إلى أن الأفراد خلال نموهم يقوموا ببناء معارفهم وخبراتهم ويطورون مهاراتهم المتعددة بحسب طرائق تعليمية تتماشى مع قدراتهم العقلية وأساليب تعلمهم المفضلة (١٥ : ٥٥).

كما تعزو الباحثة هذا التحسن فى مستوى تعلم طالبات المجموعة التجريبية لمهارات عارضة التوازن ومستوى أداء الجملة الحركية قيد البحث إلى اتباع الأسلوب العلمى فى تنفيذ البرنامج والتوافق الذى حدث بين أسلوب التعلم المستخدم فى تنفيذ البرنامج التعليمى (أسلوب العصف الذهنى) ونمط تعلم طالبات المجموعة التجريبية (الأسلوب التباعدى) حيث يتصف أصحاب هذا النمط (الأسلوب) بالقدرة على الأداء بشكل أفضل فى المواقف التعليمية التى تتطلب إنتاج أفكار عديدة وخاصة مواقف العصف الذهنى. هذا بالإضافة إلى أن أسلوب العصف الذهنى ساهم بشكل كبير فى زيادة وعى وإدراك الطالبات للمادة الدراسية حيث وفر هذا الأسلوب قاعدة عريضة من المعلومات حول مهارات عارضة التوازن والجملة الحركية قيد البحث مما ساعد الطالبات على إستيعاب المشكلات التى تواجههن أثناء الممارسة والأداء والعمل على حلها وتطوير القدرة الإدراكية لديهن فتزيد من طلاقة أفكارهن وتنوعها وأصالتها وهذا يجعل الطالبات فى موقف نشاط فعال. ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من "عمرو صالح" (٢٠١١) (١٦) ودراسة "هويدا سعيد" (٢٠١٧) (٣٠) حيث أشارت أهم نتائج دراستهم إلى أنه عندما يتوافق أسلوب التعليم المستخدم من قبل المعلم وأسلوب التعلم عند الطلاب فإن التحصيل يزداد بشكل ملحوظ ولموس. وبذلك يكون قد تحقق الفرض الأول للبحث والذي ينص على انه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فى تعلم بعض مهارات عارضة التوازن وأداء

الجملة الحركية قيد البحث ولصالح القياس البعدي".

جدول (١٩)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث (ن = ٢٨)

قيمة ايتا	قيمة ت	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٠.٩٧	٣٢.٦٣	0.18	1.70	0.13	0.37	الصعود قرفصاء كبدائية على عارضة التوازن
٠.٩٧	٣١.٩٥	0.30	2.20	0.15	0.21	الدرجة الأمامية المتكورة في منتصف عارضة التوازن
٠.٩٥	٢٣.٩٧	0.19	1.69	0.15	0.54	وثبة النجمة كنهاية على عارضة التوازن
٠.٨٨	١٥.٠٥	0.17	0.76	0.14	0.11	خطوة الحصان "الكومة"
٠.٨٥	١٣.٣٢	0.12	0.41	0.13	0.12	الدوران نصف لقة على المشط
٠.٨٩	١٥.٤٩	0.12	0.35	0.12	0.08	الميزان الأمامي
٠.٦٩	٨.٣٦	0.13	0.36	0.13	0.14	الطعن التصفي
٠.٥٧	٦.٤٣	0.12	0.41	0.10	0.20	المشي على المشط
٠.٩٧	٣٣.٧٥	0.73	7.66	0.36	2.36	الجملة الحركية على جهاز عارضة التوازن

قيمة (ت) الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٥

يتضح من الجدول السابق (١٩) ما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تعلم مهارات عارضة التوازن وأداء الجملة الحركية قيد البحث ولصالح القياس البعدي حيث أن جميع قيم احتمالية الخطأ اصغر من مستوي الدلالة

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلي تأثير البرنامج التقليدي الذي احتوي علي

مجموعة شاملة ومتنوعة من التمرينات التعليمية الخاصة بمهارات عارضة التوازن قيد البحث بالإضافة إلي انتظام طالبات المجموعة الضابطة في حضور المحاضرات اثر تأثيراً إيجابياً في تعلم مهارات عارضة التوازن وأداء الجملة الحركية قيد البحث.

كما تعزو الباحثة هذا التقدم إلي تأثير البرنامج التقليدي الذي يحتوي علي الشرح اللفظي لمهارات عارضة التوازن قيد البحث وتصحيح الأخطاء أثناء عملية التعلم مما ساعد على توفير فرصة جيدة للتعلم أمام طالبات المجموعة الضابطة.

هذا بالإضافة الي إتباع المعلمة (الباحثة) لأسلوب الشرح وأداء النموذج وإستخدام بعض الوسائل التعليمية في تعلم المهارات الحركية فأثر ذلك إيجابياً علي معرفة التسلسل الحركي لكل مهارة من مهارات الجملة الحركية علي جهاز عارضة التوازن هذا بالإضافة الاستمرار في الممارسة والأداء والتعلم والإنتظام في الحضور وعدم الغياب في المحاضرات أثرا إيجابياً في كفاءة الأداء المهاري لطالبات المجموعة الضابطة وفي هذا الصدد يذكر كلا من "محمد علاوى ونصر الدين رضوان" (١٩٩٤) أن التغيير في الأداء الحركي يحدث نتيجة للتدريب المنتظم والممارسة (٢٦: ٣٦)، ويتفق ذلك مع دراسة كل من "رانيا عبدالعزيز" (٢٠٠٨) (٩) و"إيمان عادل" (٢٠١٨) (٤) حيث أشارت أهم نتائج دراساتهم إلي أن البرنامج التقليدي له تأثير إيجابي علي تحسن ورفع مستوى الأداء المهاري للطالبات على عارضة التوازن.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثاني للبحث والذي ينص علي " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تعلم مهارات بعض عارضة التوازن وأداء الجملة الحركية قيد البحث ولصالح القياس البعدي ".

جدول (٢٠)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث (ن=٦٠)

قيمة ت	المجموعة الضابطة (ن = ٢٨)		المجموعة التجريبية (ن = ٣٢)		المتغيرات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
6.13	0.18	1.70	0.12	1.94	الصعود قرفصاء كبدائية على عارضه التوازن
12.53	0.30	2.20	0.12	2.92	الدرجة الأمامية المتكورة في منتصف عارضه التوازن
7.40	0.19	1.69	0.08	1.96	وثبة النجمة كنهاية على عارضه التوازن
6.71	0.17	0.76	0.06	0.98	خطوة الحصان "الكوماة"
4.60	0.12	0.41	0.08	0.53	الدوران نصف لفة على المشط
6.78	0.12	0.35	0.01	0.50	الميزان الأمامي
6.32	0.13	0.36	0.01	0.50	الطنع النضفي
4.30	0.12	0.41	0.01	0.50	المشي على المشط
5.52	0.73	7.66	0.45	8.52	الجملة الحركية على جهاز عارضه التوازن

مهارات
عارضه
التوازن

حركات
الربط

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة $(0.05) = 2.00$

يتضح من الجدول السابق (٢٠) ما يلي : وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم مهارات عارضه التوازن ومستوي أداء الجملة الحركية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية حيث إن جميع قيم احتمالية الخطأ أصغر من مستوى الدلالة ٠.٠٠٥.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلي تأثير البرنامج التعليمي الذي صمم في ضوء نمط التعلم السائد لدى طالبات المجموعة التجريبية الذي عمل على تحسين الممارسات التعليمية وعلى رفع قدرة الطالبات في إكتساب مهارات عارضه التوازن قيد البحث مما أثر إيجابيا على رفع الأداء المهاري للجملة الحركية لعارضه التوازن قيد البحث. كما تعزو الباحثة هذا التحسن في مستوى أداء طالبات المجموعة التجريبية إلى أن مناسبة البرنامج لنمط وأسلوب تعلم طالبات المجموعة التجريبية (النمط التباعدي) عمل على دمج الطالبات في الأنشطة التعليمية للبرنامج بصورة إيجابية وساهم بشكل كبير في مساعدة المعلمة (الباحثة) في إكتشاف نقاط القوة لدى الطالبات والعمل على تقويتها وتدعيمها ونقاط الضعف والعمل على علاجها وتصحيحها مما ساهم بشكل

كبير فى رفع مستوى أداء الطالبات بالإضافة إلى زيادة دافعيتهن وإقبالهن على تعلم مهارات الجملة الحركية لعارضة التوازن قيد البحث ويتفق ذلك مع ما أشار إليه "نجدى ونيس" (٢٠٠١) (٢٨) حيث أشار إلى أن التوافق بين أساليب تعلم الطلاب وبين البرامج التعليمية المقدمة لهم تساهم فى إتقان الطلاب لمحتوى المقررات الدراسية ومواجهة متطلبات التعليم.

كما تعزو الباحثة هذا التقدم فى مستوى أداء طالبات المجموعة التجريبية إلى أن معرفة أسلوب التعلم الخاص بطالبات المجموعة التجريبية (النمط التباعدى) ساعد الطالبات على تعزيز عملية التعلم والإحتفاظ بما تعلموه لفترة أطول وإنتقال أثره وتطبيقه بشكل فعال، وذلك من خلال ملائمة أسلوب التعلم المستخدم فى تنفيذ البرنامج (العصف الذهنى) مع نمط التعلم المفضل لدى طالبات المجموعة التجريبية (النمط التباعدى) مما ساهم فى وضع المحتوى التعليمى المناسب والتنويع فى الأنشطة المقدمة داخل البرنامج التعليمى، كما ترجع الباحثة هذا التحسن فى مستوى تعلم طالبات المجموعة التجريبية لمهارات عارضة التوازن ورفع مستوى أداء الجملة الحركية قيد البحث إلى ان الأسئلة التى تثار فى عملية العصف الذهنى تبعث على الحيوية والنشاط خلال المحاضرة فى جو جماعى يسوده الألفة والتعاون الذى يدفع الطالبات إلى التفكير وإجراء المناقشات بينهن من جهة وبين المعلمة والطالبات من جهة أخرى.

هذا بالإضافة إلى أن أسلوب العصف الذهنى يتضمن مجموعة من الخطوات الواضحة التى تراعى الأسس النفسية فى التعلم وتشجيع المنافسة الجماعية ومراعاة الفروق الفردية بين الطالبات وتوفير فرص التعزيز والتشجيع كما عمل أسلوب العصف الذهنى على توفير التغذية الراجعة بصفة مستمرة فى جميع مراحلها طوال المحاضرة مما ساهم فى تصحيح مسار التعلم أولاً بأول وإكتشاف الأخطاء وتصحيحها فساعد كل ذلك بشكل كبير على تحسين ورفع مستوى تعلم طالبات المجموعة التجريبية لمهارات عارضة التوازن ومستوى أداء الجملة الحركية قيد البحث.

كما تعزو الباحثة هذا التقدم فى أداء طالبات المجموعة التجريبية إلى أن البرنامج التعليمى المصمم وفق نمط التعلم الخاص بطالبات المجموعة التجريبية أتاح الفرصة أمامهن ليتعلمن وفقا لقدراتهن وميولهن ورغباتهن مما ساعد على إثارة الدافعية لديهن أثناء تنفيذ البرنامج مما ساهم بشكل كبير فى رفع مستوى أداء طالبات المجموعة التجريبية ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من " wool house & Blair (٢٠٠٣) (٤٠)، هويدا سعيد" (٢٠١٧) (٣٠) حيث أشارت أهم نتائجهم إلى زيادة فاعلية البرامج التعليمية المصممة وفقا لأسلوب تعلم الطلاب فى زيادة تحصيل الطلاب وتنمية مهاراتهم الخاصة.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثالث للبحث والذي ينص على أنه
"توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى تعلم بعض مهارات عارضة التوازن وأداء الجملة الحركية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية".

الاستخلاصات :

استنادا إلي ما أظهرته نتائج البحث وفي ضوء هدف وفروض البحث توصلت الباحثة إلي **الاستخلاصات التالية :**

- ١- البرنامج التعليمي المصمم فى ضوء أنماط التعلم كان ذو تأثير إيجابي على تعلم بعض مهارات عارضة التوازن وأداء الجملة الحركية قيد البحث.
- ٢- البرنامج التقليدي كان ذو تأثير إيجابي على تعلم بعض مهارات عارضة التوازن وأداء الجملة الحركية قيد البحث.
- ٣- البرنامج التعليمي المصمم فى ضوء أنماط التعلم أكثر تأثيراً من البرنامج التقليدي على تعلم بعض مهارات عارضة التوازن وأداء الجملة الحركية قيد البحث.

التوصيات :

- في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث توصي الباحثة بما يلي :
- ١- الاهتمام بتصميم البرامج التعليمية فى ضوء أنماط التعلم الخاصة

- بالطلاب لما له من أثر جيد على سرعة وسهولة التعلم الحركي.
- ٢- ضرورة الاهتمام بتحديد أساليب (أنماط) التعلم داخل البرامج التعليمية الخاصة برياضة الجمباز.
- ٣- إجراء المزيد من البحوث والدراسات التي تتناول نماذج أخرى لأساليب (أنماط) التعلم فى المجال الرياضى.

((المراجع))

أولاً: المراجع العربية :

- ١- أديل شنودة، صباح السيد، سامية فرغلى: الجمباز الفنى "مفاهيم وتطبيقات"، مؤسسة عالم الرياضة للنشر، ط٢، الإسكندرية، ٢٠١٥م.
- ٢- إسماعيل إبراهيم، وسام توفيق: أساليب التعلم والتفكير، دار قنديل للنشر، عمان، ٢٠١٤م.
- ٣- إلهام جابر، مؤيد كاظم: بناء تصميم تعليمى تعلمى وفقاً لنموذج كولب المعدل ومعرفة أثره فى فاعلية الذات الرياضية والتحصيل فى الرياضيات عند طلاب الرابع العلمى، بحث منشور، مجلد٤، عدد ١، مجلة كلية التربية فى العلوم التربوية، جامعة عين شمس، ٢٠١٦م.
- ٤- إيمان عادل: تأثير التدريبات البصرية على بعض المتغيرات المهارية لعارضة التوازن لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا، ٢٠١٨م.
- ٥- حسن عبد الحميد: إستراتيجيات التدريس المتقدمة وإستراتيجيات التعلم وأنماط التعلم، مطابع كلية التربية، جامعة الإسكندرية، ٢٠١١م.
- ٦- حسين إبراهيم: تأثير إستخدام أسلوب نظام التعليم الشخصى والعصف

الذهنى فى التعلم والإحتفاظ لعدو ١٠م حواجز، بحث منشور، مجلد ١٠، عدد ٢، مجلة القادسية لعلوم الرياضة، العراق، ٢٠١٠م.

٧- **حسين محمود:** برنامج تعليمى بإستخدام العصف الذهنى وتأثيره فى إكتساب بعض مهارات التدريس الإبداعى للطلاب المعلم بكلية التربية الرياضية، بحث منشور، عدد ٢، المؤتمر الدولى لعلوم الرياضة والصحة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠١٥م.

٨- **راشد المرزوق:** علم النفس التربوى نظريات ونماذج معاصرة، عالم الكتب للنشر، القاهرة، ٢٠٠٥م.

٩- **رانيا عبدالعزيز:** تأثير برنامج تدريبي بإستخدام أسلوب التدريب الإيقاعى على تحسين مستوى أداء بعض السلاسل الحركية على عارضة التوازن لناشئات الجمباز، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، ٢٠٠٨م.

١٠- **ريمون ب- كاتل:** "اختبار كاتل للذكاء"، المقياس الثانى، تعريب "أحمد عبد العزيز سلامة، عبد السلام عبد الغفار"، دار النهضة العربية، القاهرة، ١٩٧٠م.

١١- **سامى ملحم:** سيكولوجية التعلم والتعليم "الأسس النظرية والتطبيقية"، دار الميسرة للنشر، عمان، الأردن، ٢٠٠٦م.

١٢- **صديق طولان، محمد أبوعودة:** أساليب العمل العضلى للاعب الجمباز الحديث (القوة العضلية- تمارين اللياقة البدنية) مؤسسة عالم الرياضة للنشر، الإسكندرية، ٢٠١٦م.

١٣- **طارق سويدان، محمد العدلونى:** مبادئ الإبداع، شركة الإبداع الخليجى للإستثمار والتدريب، الكويت، ط ٢، ٢٠٠٢م.

١٤- **عزيزة سالم، عزيزة عبد الرحمن، هدايات حسنين:** "رياضة الجمباز بين

- النظرية والتطبيق"، دار الفكر العربي، القاهرة، د. ت.
- ١٥- **على عباس**: أساليب التفكير والتعلم عند طلبة الفقه، مركز تطوير التدريس والتدريب الجامعي للنشر، جامعة الكوفة، العراق، ٢٠٠٩م.
- ١٦- **عمرو صالح**: أثر نظرية كولب نموذج وأنماط التعلم، على المستويات التحصيلية والإتجاه فى تعلم الأحياء، بحث منشور، عدد ١١، مجلة كلية التربية، جامعة الفيوم، ٢٠١١م.
- ١٧- **فضيلة سري**: جميز البنات، ط ١٢، الجهاز المركزي للكتب الجامعية والمدرسية، القاهرة، ٢٠٠٢م.
- ١٨- **فؤاد أبوحطب**: القدرات العقلية، مكتبة الأنجلو المصرية للنشر، ١٩٩٦م.
- ١٩- **فوزى الشربيني**: طرق واستراتيجيات التعليم والتعلم لتنمية الذكاءات المتعددة بالتعليم ماقبل الجامعي والتعليم الجامعي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ٢٠١٠م.
- ٢٠- **ليلى زهران**: الأسس العلمية والفنية لبناء المنهاج في التربية الرياضية، دار زهران للنشر، القاهرة، ١٩٩١م.
- ٢١- **ماجدة عبدالمجيد، مهاب عبدالرازق**: قانون التحكيم الدولي (٢٠١٣-٢٠١٦) للجمباز الفنى سيدات، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، ٢٠١٦م.
- ٢٢- **محمد الحيلة**: طرق التدريس وإستراتيجياته، دار الكتب الجامعي للنشر، القاهرة، ٢٠٠٣م.
- ٢٣- **محمد الرمادى**: أساسيات الجمباز، مؤسسة عالم الرياضة للنشر، الإسكندرية، ٢٠١٦م.
- ٢٤- **محمد سليمان**: فاعلية العصف الذهنى فى تطوير مستوى بعض المهارات التدريسية لمعلمى التربية الرياضية فى مسابقات الميدان

- والمضمار، مجلد ٥٣، عدد ٩٩، ديسمبر ٢٠١٥م.
- ٢٥- محمد شحاتة: أسس تعليم الجمباز، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٣م.
- ٢٦- محمد علاوي، نصر الدين رضوان: اختبارات الأداء الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٩م.
- ٢٧- ممدوح الكنانى، أحمد الكندرى: سيكولوجية التعلم وأنماط التعلم وتطبيقاتها النفسية والتربوية، مكتبة الفلاح للنشر، الكويت، ٢٠٠٥م.
- ٢٨- نجدى ونيس: تفضيلات طلاب الدراسات العليا بكلية التربية لأساليب التعلم فى ضوء نموذج التعلم الخبراتى لكولب، بحث منشور، عدد ٤، مجلة التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة المنيا، ٢٠٠١م.
- ٢٩- هبة عبد العظيم: تأثير برنامج تعليمي مقترح لجهاز عارضة التوازن علي القدرات التوافقية ومستوي الأداء المهاري لطالبات كلية التربية الرياضية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠٠٥م.
- ٣٠- هويدا سعيد: تصميم بيئة تعلم إلكترونية تكيفية وفقا لنموذج كولب لأساليب التعلم وأثرها فى تنمية مهارات حل المشكلات وإنتاج حقيقية معلوماتية لدى طلاب تكنولوجيا التعليم، بحث منشور، عدد ٣٣، مجلة تكنولوجيا التربية دراسات وبحوث، كلية التربية النوعية، جامعة عين شمس، ٢٠١٧م.
- ٣١- يامنة عبدالقادر: أنماط التفكير ومستويات التحصيل الدراسى، دار اليازوردي العلمية للنشر، عمان، ٢٠١١م.
- ٣٢- يوسف قطامى، نايفة قطامى: سيكولوجية التعلم الصفى، دار الشروق للنشر، عمان، ٢٠٠٠م.

ثانياً: المراجع الأجنبية

- 33- **Burrss, N.:** Variables associated with intent to use learning style preference in formation by under graduate nursing students. ph.D, Indiana university 2010.
- 34- **Chan, D.:** Learning styles in Hong Kong gifted child Quarterly, 45(1) ,35-44, 2001.
- 35- **Kolb ,A.Y.& Kolb, D.A.:** The kolb-learning styles Inventory – Version 3-1 , Experien , 2005.
- 36- **Low ,R:** Kolb 's learning styles and learning preferences : Is there a linkage ? journal of Educational Psychology , 24 (1) 99-108 , 2004.
- 37- **LU, H, J I a, L, Gong , S & Clark ,B:** The relation ship of Kolb learning styles , on line learning behaviors and learning out comes. Journal of Educational Technology & Society, 10, 4, 2007.
- 38- **Roch ford , R :** Assessing learning styles to improve the quality of performance of community writing programs a pilot study. 2003 ,Retrieved December 5, From, <http://www.qcc.cuny.edu/is/hournals>.
- 39- **Schultz , J. & Schultz , M.:** The effect in dividuals ' learning style has on grades in tradition al and distance learning, 2005, Retrieved, January. 19-20, from <http://aabss-org>

/journal/2005/AABss/020Article/203/20the/20Effect.pdf

- 40- Wool house, M. & Blaire, T:** Learning styles and retention and a chievement on a two – year a- level program in further education college Journal of further and higher education, 27 (3) , 2003.