

تأثير استراتيجية التعلم المعكوس في تعلم مهارتي دوران الشاخص على شكل
رقم 8 وخطوة الفالس الأمامية مع الدوران بالجمناستك الإيقاعي

سهير رحمن سلمان الشمري
أ.د. عادل عودة كاطع الغزي
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة ذي قار

ملخص البحث العربي:

تهدف الدراسة إلى التعرف على تأثير استراتيجية التعلم المعكوس في تعلم مهارتي تدوير الشاخص على شكل رقم 8 أمام الجسم فوق الرأس مع دوران الجسم وخطوة الفالس الأمامية مع الدوران بالجمناستك الإيقاعي لطالبات بين الاختبارات القبلية والبعدية، التعرف على الفروق في مستوى تعلم مهارتي تدوير الشاخص على شكل رقم 8 أمام الجسم فوق الرأس مع دوران الجسم وخطوة الفالس الأمامية مع الدوران بالجمناستك الإيقاعي بين مجموعتي البحث (التجريبية، الضابطة) في الاختبارات البعدية، وتكون مجتمع البحث من (24) طالبة من طالبات كلية التربية البدنية / جامعة ذي قار، توصلت الباحثة إلى مجموعة من الاستنتاجات أهمها كان تفوق المجموعة الضابطة بالاختبارات البعدية في تعلم مهارتي الشاخص بالجمناستك الإيقاعي، وتفوق المجموعة التجريبية بالاختبارات البعدية في تعلم مهارتي الشاخص بالجمناستك الإيقاعي، وتفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة بالاختبارات البعدية في تعلم مهارتي الشاخص بالجمناستك الإيقاعي، أن الأساليب التعليمية (المتبع في الكلية، التعلم المعكوس) المستخدمة قيد البحث لكلا المجموعتين لها تأثير إيجابي في عملية تعلم مهارتي الشاخص قيد البحث.

**The effect of the flipped learning strategy in learning the skills of
turning the figure in the form of a number 8 and the front waltz step
with turning in your rhythmic gymnastics**

M. Suhair Rahman Salman

Prof. Adel Odeh Kateh Al-Ghazi

Summary

The study is in the form of an interrogated study in learning the skills of rotating the person in the form of a number 8 and in front of the body over the head with the body rotation and the front waltz step with your rhythmic gymnastics for students between pre and post tests, Identify the differences in the level of learning the skills of rotating the person in the form of a number 8 and in front of the body over the head with the body rotation and the

front waltz step with the rotation in the rhythmic gymnastics between the two research groups (experimental and control) in the post tests, and the research community consisted of (24) female college students Physical Education / Dhi Qar University, The researcher reached a set of conclusions, the most important of which was the superiority of the control group in the post-tests in learning my skill in rhythmic anesthesia, the superiority of the experimental group in the post-tests in learning my skill in rhythmic anesthesia, and the superiority of the experimental group over the control group through the dimensional tests in learning my skills in the teaching person. Practiced in college, flipped learning) used under investigation for both groups had a positive effect on the learning process of my skill in the person under investigation.

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

يعيش عالمنا الآن تطور علمي كبير في مختلف مجالات المعرفة وميادينها وتقنياتها، ولكون التعلم هو أحد المجالات التي تمتاز بالقدرة على التغيير باستمرار والتكيف لتلبية احتياجات الطلبة، ومع تغير عادات التعلم لدى الطلبة بفعل التقنيات الجديدة كالحواسيب المحمولة والهواتف الذكية والأجهزة اللوحية حتى صاروا لا يتخلون الحياة بدونها، لذا كان لابد للتعليم من أن يتكيف بما يلائم وتلك العادات التي استجدت وشغلت جوانب الحياة كافة بما فيها الجانب الرياضي.

ويعد التعلم المعكوس شكل من أشكال التعلم المدمج الذي يوظف التقنية الحديثة بذكاء، لتقديم تعليم يناسب متطلبات وحاجات وميول الطلاب في عصرنا الحالي، الذي يمتزج بالمتعة التي تولد التشوق الجميل للمعرفة وتساعد الفيديوهات التعليمية على جعل تجارب الدرس أكثر متعة ومفعم أكثر بالحيوية مع قليل من المحاضرة وكثير من المشاريع التعليمية وربط الدروس بالحياة الواقعية خارج المحاضرة.

ولعبة الجمناستيك الإيقاعي واحدة من الألعاب الرياضية التي تتميز بالطابع الجمالي الذي ينعكس من خلال ربط التمرينات البنائية والحركات الراقصة والحركات الاكروبايكية مع الموسيقى المصاحبة التي تعبر عن جمال الحركة وانسجامها وانسيابيتها التي تتسجم مع الخصائص الطبيعية والبيولوجية لما تمتلكه من قدرة على التعبير الحركي مع الإيقاع الموسيقي كونها تسهم في تنمية الرشاقة والمرونة والتوافق والاتزان وتضيف تحسناً على القوام، والشاخص احد الأدوات المستخدمة في مادة الجمناستيك الإيقاعي المبني على الاستعداد الجيد والخفة والمرونة والانتباه والتوافق، وان وزن الشاخص يساعد على نمو القوة في العضلات ويعطي سرعة رد الفعل، وان عمل الذراعين يقوي ويطور قدرة نظر اللاعبة بشكل محيطي، وان صعوبة العمل بأداة الشاخص سيطراً تحسن على عمل الأوعية الدموية والرئوية للقلب، لذا تعد الحركات المستخدمة بواسطة الشاخص من المهارات الصعبة التي تحتاج إلى مثابرة وعناية فائقة خلال الأداء، وعملية النهوض بمستوى الأداء لا يتم إلا

من خلال استخدام استراتيجيات متنوعة مصاحبة للتعليم المهارى، لذا اصبح من الضروري استخدام استراتيجيات وطرائق جديدة في التعلم بشكل يضمن إتقان جوانب الأداء الصحيح لمهارات الشاخص بالجناستك الإيقاعي .

ومما تقدم تكمن أهمية البحث في استخدام التعلم المعكوس الذي يعد استراتيجية حديثة تسهم في تطور العملية التعليمية لتكون في متناول من يعمل في هذا المجال بشكل عام والجناستك الإيقاعي بشكل خاص وتدعيم التعلم المتمركز حول الطالب حيث يقوم الطالب بمشاهدة مقاطع الفيديو المسجلة وبناء تساؤلات حول الموضوع الذي من المحتمل أن يسهم في رفع مستوى التعلم الرياضي نحو الأفضل وان نضع هذا البحث في متناول وتحت أنظار المختصين لمساعدتهم في إيجاد وسائل تعلم جديدة تسهم في تحسين وتطوير عملية التعلم والتفكير .

1-2 مشكلة البحث:

أن الاتجاهات الحديثة في عملية التعلم تتطلب استعمال أساليب متنوعة مصاحبة للتعليم المهارى ومما لاشك فيه أن لطريقة التعلم وأسلوبه دورا" مهما في اكتساب المهارات وتطويرها والاحتفاظ بها، ويعد الجناستك الإيقاعي احد المقررات الدراسية التي تدرس في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، ومن خلال متابعة الباحثة لدرس الجناستك الإيقاعي لكونها مدرسة المادة بالإضافة إلى آراء المختصين لاحظت وجود مشكلة وهي أن اكثر الطالبات يواجهن صعوبة في تعلم بعض مهارات الجناستك الإيقاعي، وان درجات تحصيل المادة العملية للطالبات في السنوات السابقة كان منخفض نوعا ما، و يرى الباحثون أن سبب ذلك هو قلة الوحدات التعليمية المخصصة لهذه الرياضة والبالغة وحدة تعليمية واحدة في الأسبوع والذي يؤثر على تفاعل بعض الطالبات أثناء الدرس بسبب طول الفترة الزمنية بين محاضرة وأخرى، بالإضافة إلى ذلك هي الأساليب المتبعة في تعلم مهارات الجناستك الإيقاعي هي أساليب تقليدية تعتمد على مصدر واحد للمعرفة وهو الشرح والتوضيح، وخصوصا أن اغلب الطالبات المقبولات هن فئة غير ممارسات للرياضة بشكل جدي في السابق.

ومن خلال الاطلاع على العديد من البحوث والتخصصات العلمية والتربوية لوحظ تطرقها إلى التعلم المعكوس الذي قد يسهم في تطوير وتشويق العملية التعليمية وربطها بين الصف والمنزل، بما يناسب التقنيات الحديثة التي طغت على جل أوقاتهم في حين لم يتطرق إلا عدد قليل من الباحثين في استخدامها كوسيلة تعليمية في الفعاليات الرياضية، ولأجل تحسين تعلم الأداء والتفكير التصميمي للطالبات ارتأت الباحثة إلى استخدام التعلم المعكوس التي تعمل على تولد التشوق الجميل للمعرفة وتبسيط وفهم وترسيخ الأداء الصحيح لمهارات الجناستك الإيقاعي.

3-1 أهداف البحث:

1- التعرف على تأثير استراتيجية التعلم المعكوس في تعلم مهارتي تدوير الشاخص على شكل رقم 8 أمام الجسم فوق الرأس مع دوران الجسم خطوة الفالس الأمامية مع الدوران بالجناستك الإيقاعي لطالبات بين الاختبارات القبلية والبعدية.

2- التعرف على الفروق في مستوى تعلم مهارتي تدوير الشاخص على شكل رقم 8 أمام الجسم فوق الرأس مع دوران الجسم خطوة الفالس الأمامية مع الدوران بالجناستك الإيقاعي بين مجموعتي البحث (التجريبية، الضابطة) في الاختبارات البعدية.

4-1 فروض البحث: -

1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية باستخدام التعلم المعكوس والأسلوب المتبع بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

2- هناك فروق ذات دلالة إحصائية باستخدام التعلم المعكوس والأسلوب المتبع في تعلم بعض مهارتي الشاخص بالجناستك الإيقاعي لطالبات بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري: طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية/ جامعة ذي قار.

2-5-1 المجال الزمني: المدة من (12 - 5 - 2020) إلى (4 - 4 - 2021).

3-5-1 المجال المكاني: القاعة المغلقة المخصصة لمادة الجناستك الإيقاعي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ذي قار.

2- الدراسات النظرية: -

استراتيجية التعلم المعكوس: - " هو قلب وعكس المفهوم المتعارف عليه في الصف التقليدي، إذ يعطي

للطلبة الموضوع مشروحا ومحملا على بعض مواقع الأنترنت أو بأقراص ليزيرية أو احدى المبتكرات

الإلكترونية التقنية، ثم الطلب منهم الاطلاع عليها في وقت سابق لوقت الدرس الرسمي، ثم يتم مناقشة موضوع

الدرس داخل الصف مع الدرس (الأستاذ) " (1:1)

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:-

3-1 منهجية البحث:-

استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين المتكافئتين الضابطة والتجريبية ذات

الاختبار القبلي والبعدي لملاءمته طبيعة مشكلة البحث.

2-3 مجتمع البحث وعينته:-

وتم تحديد مجتمع البحث، طالبات المرحلة الثانية في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضية - جامعة ذي قار قسمي العلوم النظرية والتطبيقية - للعام الدراسي 2021/2020. والبالغ عددهن (24) طالبة.

3-3 وسائل جمع المعلومات والوسائل المساعدة:-

1-3-3 وسائل جمع المعلومات:

1- الملاحظة، 2- المقابلة الشخصية، 3- المصادر والمراجع العربية والأجنبية، 4- استمارات الاستبيان، 5- الاختبارات والمقاييس.

2-3-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:-

- آلة تصوير فيديو نوع Sony، جهاز تلفاز، جهاز حاسوب، حاسبة علمية، جهاز لقياس الطول، ميزان طبي، شواخص، بساط جمناستك، صافرة، اشرطه ملونة، أقلام.

4-3 إجراءات البحث الميدانية:- قام الباحثان بالإجراءات الميدانية الآتية:-

1-4-3 تحديد مهارات الشاخص بالجمناستك الإيقاعي:

تم تحديد بعض المهارات الأساسية بالشاخص في مادة الجمناستك الإيقاعي موضوع البحث وفق مفردات منهج الجمناستك الإيقاعي المقرر من وزارة التعليم العالي والبحث العلمي لكليات التربية الرياضية للعام الدراسي 2021-2020 م ، وبتأييد اللجنة العلمية التي ناقشت اطار البحث، وبالاتفاق مع أصحاب الاختصاص⁽¹⁾، تم تحديد مهارتين من المهارات المركبة الأساسية بأداة الشاخص التي هي قيد البحث (دوران الشاخص على شكل رقم 8 أمام الجسم فوق الرأس مع دوران الجسم، وخطوة الفالس الأمامية مع الدوران) 2-4-3 استمارة تقييم الأداء الفني:

لغرض تقييم الأداء الفني لكل طالبة في مهارات الشاخص في مادة الجمناستك الإيقاعي قامت الباحثة بالاستعانة بأحد الاستمارات الموحدة لمادة الجمناستك الإيقاعي (3: 73) ، وعرضها على مجموعة من خبرات مادة الجمناستك الإيقاعي حصرا لأجزاء التعديلات أن وجدت لكي تصبح استمارة شاملة وصالحة لتقييم مهارات الشاخص قيد البحث.

علما أن درجة التقييم كانت من (10) درجات والتي اعتمد فيها على البناء الظاهري للمهارة، لتقييم

درجة كل مهارة من المهارات الشاخص.

3-4-3 التجربة الاستطلاعية:

تعد التجربة الاستطلاعية تدريباً عملياً للباحث للوقوف بنفسه على السلبيات والإيجابيات التي تقابله أثناء الاختبار لتفاديها، وقد أجريت الباحثة التجربة الاستطلاعية على عينة من غير عينة البحث ومن مجتمع

(1) - أ.د. أميرة عبد الواحد منير العاني /جامعة بغداد ، أ.د. عادل عودة كاطع الغزي/ جامعة ذي قار

الأصل وعددهم (10) طالبات، وقد أشرف الباحثون ومدرسة المادة على التجربة، لتعرف على المعوقات التي تعترض التجربة الميدانية واهمها:

- 1-معوقات العمل وإمكانية مدرسة المادة المكلف من فهم وتنفيذ الاستراتيجية المطلوبة.
 - 2-متطلبات الاستراتيجية وأوقات الوحدات التعليمية.
 - 3-اختيار التشكيلات المناسبة وكيفية وقوف الطالبات والمدرسة.
 - 4-صلاحية أجهزة الاتصال وتؤكد من تنصيب وعمل برنامج التواصل الاجتماعي (Whatsapp) التي تستخدمها الطالبات في تنفيذ استراتيجية التعلم المعكوس.
 - 5-صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة.
 - 6-الاحتياجات من الأدوات والمستلزمات الأخرى.
 - 7-تعريف فريق العمل المساعد بواجباتهم.
 - 8-الوقت المستغرق في تنفيذ المهارات لمراعاة ذلك في التجربة.
- 3-4-4 التجربة الاستطلاعية الخاصة باستراتيجية التعلم المعكوس:**

قام الباحثان بتجربة استطلاعية حول استراتيجية الصف المعكوس في يوم الخميس بتاريخ (2020/12/10) وذلك من خلال إرسال فيديو تعليمي لطالبات عبر مواقع التواصل الاجتماعي (Whatsapp) للوقوف على الإيجابيات والسلبيات التي قد تتعرض لها عينة البحث أثناء تنفيذ الاستراتيجية ومن هذه الأمور هي: -

*التأكد من توفر وصلاحية عمل أجهزة النقل أو اللابتوب وتنصيب وعمل موقع التواصل الاجتماعي (Whatsapp) لجميع الطالبات المشاركات.

*التعرف على الوقت الذي يناسب جميع الطالبات أثناء إرسال الفيديو التعليمي واخذ بنظر الاعتبار جدول أوقات انقطاع التيار الكهربائي وتعبأة رصيد النت قبل موعد انتهاءه.

*الوقت المناسب للأرسال الفيديو التعليمي ومدى وضوح الفيديو بكل تفاصيله.

*طريقة التفاعل المنظم بين الطالبات، وطبيعة الأسئلة المطروحة.

*مدى استيعابهن وفهمهن للمهارة من خلال الفيديو التوضيحي.

*تنصيب أو عرض النسخ من الأقراص الليزرية التي تحتوي على المهارة (عرض المهارة بسرعة الاعتيادية والبطيئة) التي وزعتها مدرسة المادة على الطالبات قبل موعد إرسال الفيديو التعليمي للاستعانة به في حالة انتهى الاشتراك النت أو أثناء انقطاع التيار الكهربائي أو أي عارض آخر.

3-5 الاختبارات القبليّة:

قام الباحثون بمساعدة مدرسة المادة بإعطاء وحدتين تعريفيتين (لكون المهارات جديدة ومركبة وصعبة) لكل مجموعة من مجموعتي البحث، الغرض منها إعطاء تعليم مسبق للطالبة للتعرف على طبيعة المهارات

المراد تعلمها، وتم إجراء الاختبارات القبلية لمهارات الشاخص المختارة في القاعة الداخلية المخصصة لمادة الجمناستك الإيقاعي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية/ جامعة ذي قار بحضور مدرسة المادة وبإشراف الباحثة وبمساعدة فريق العمل المساعد، وتم تأكيد تثبيت الظروف المتعلقة بالاختبارات من حيث الزمان والمكان والأدوات المستعملة .

واعتمدا الباحثان في تقييم مستوى التعلم لمهارات الشاخص السبعة التي تم اختيارها وفق منهج وزارة التعليم العالي والبحث العلمي على تقييم مستوى الأداء الفني للطلّابات من خلال تصوير أداء كل طالبة من طالبات عينة البحث وفي المهارات المختارة، وإعطاء كل طالبة محاولتين لكل مهارة وأرسالها إلى الخبراء بشكل الكتروني.

واستعان الباحث ان بأربعة من ذوي الاختصاص في مادة الجمناستك الإيقاعي حصرا، لتقييم مستوى الأداء الفني للطلّابات، واعتمدت المقومات على استمارة التقييم التي استعانة بها الباحثة من احد البحوث في مجال الجمناستك الإيقاعي وعرضها على الخبراء لمعرفة مدى ملائمتها لمهارات الشاخص قيد البحث، إذ حصلت كل طالبة على (4) درجات، وبمساعدة رئيسة المحكمات، تم حذف أعلى وأقل درجة، ثم الحصول على الدرجة النهائية من الوسط الحسابي بين المحكمة الثالثة ودرجة الرئيسة أي حسب القانون الدولي للجمناستك .

3-6 البرنامج التعليمي لاستراتيجية التعلم المعكوس: -

لتحقيق أهداف البحث المتمثلة بتأثير ((استراتيجية التعلم المعكوس)) تتطلب اعتماد طريقة منهجية في تصميم الاستراتيجية على وفق خطوات ومراحل محددة، وبعد اطلاع الباحثة على عدد من أساليب التصاميم فقد اختارت الباحثة الخطوات الآتية: -

3-6-1 مرحلة التحليل: -

وتشمل تحديد المادة الدراسية وتحديد الفئة المستخدمة وتحديد البيئة التعليمية.

3-6-2 تحديد المادة الدراسية (تحليل المحتوى):-

اختيرت مادة الجمناستك الإيقاعي للمرحلة الثانية وسوف تلتزم الباحثة بالمادة الدراسية المقررة وضمن المنهج المقرر للوزارة واختارت فعالية الشاخص وحسب الساعات المحددة للفعالية.

3-6-3 تحديد الفئة المستخدمة (تحليل المتعلمين):-

تم تحديد طالبات المرحلة الثانية للعام الدراسي 2020-2021 وقد اختيرت هذه المرحلة لأنها أول مرحلة يدرس فيها مادة الجمناستك الإيقاعي، أي ليست لديهن خبرة كافية في هذه المهارات ولتعرف على مدى فاعلية استراتيجية التعلم المعكوس، بالإضافة إلى أنها المرحلة الوحيدة التي يدرس فيها مادة الجمناستك الإيقاعي حسب نظام المقررات الصادر من وزارة التعليم العالي والبحث العلمي.

3-6-4 تحديد البيئة التعليمية (تحليل الموارد الخاصة بمصادر التعلم): -

لدراسة البيئة التعليمية التي سيطبق عليها البرنامج التعليمي ومدى توفر الأدوات المطلوبة والمتضمنة ب: -

- 1- توفر قاعة دراسية كبيرة للأداء العملي للجمناستك الإيقاعي.
 - 2- توفر أجهزة أداة الشاخص بعدد الفئة المستخدمة.
 - 3- تحديد وقت درس مادة الجمناستك الإيقاعي وهو (90) دقيقة وبواقع وحدة تعليمية واحدة أسبوعيا.
 - 4- تم تحديد لكل فعالية عدد من التكرارات موزعة على عدد أسابيع تنفيذ المنهاج التعليمي).
- الاطلاع على مفردات منهج الجمناستك الإيقاعي الذي يدرس في المرحلة الثانية وضمن مفردات المنهج المقرر.

3-6-5 مرحلة التصميم: -

يشير التصميم إلى وضع المخططات والمسودات الأولية لتطوير الوسيلة التعليمية وهي عملية ترجمة التحليل إلى خطوات واضحة قابلة للتنفيذ وتشمل:

3-6-6 تحديد أهداف المحتوى ومبررات اختياره:

تم اختيار أداة الشاخص بالجمناستك الإيقاعي وتم اختيار عدة مهارات مختلفة وربطها بحيث أصبحت سبعة مهارات مركبة وهي (دوران الشاخص على شكل رقم 8 أمام الجسم فوق الرأس مع دوران الجسم، خطوة الفالس الأمامية مع الدوران).

3-7 المنهج التعليمي لاستراتيجية التعلم المعكوس:

يتضمن المنهج المعد عدد من الوحدات التعليمية التي يستخدم فيها الباحثان استراتيجية التعلم المعكوس، وتم عرض الوحدات التعليمية على الخبراء للتأكد من بعض الأمور منها: -

- 1- ملائمة الوحدات التعليمية مع مستوى عينة البحث.
- 2- التقسيم الخاص بالوحدة التعليمية وزمن الأداء.
- 4- ملائمة الأهداف التعليمية المستخدمة في استراتيجية التعلم المعكوس وإمكانية تحقيق أقصى حد من أغراضها.

وقسمت الوحدة التعليمية إلى ثلاثة أقسام هي:-

1- القسم التحضيري: - ومدته (20) دقيقة والذي يضم:

المقدمة والأحماء العام والأحماء الخاص علما أن هذا القسم هو موحد للمجموعتين المأخوذ من المنهاج الاعتيادي لمدرسة المادة.

2- القسم الرئيس: - بلغت مدته (65) دقيقة والذي يضم:

- الجزء التعليمي:

وقد بلغت مدته (15) دقيقة، وتم في هذا الجانب توضيح الفيديو الذي تم إرساله مسبقاً لطالبات عبر وسيلة التواصل الاجتماعي (Whatsapp)، عن طريق عرضه مرة أخرى بواسطة عدد من أجهزة اللابتوب والتي على أساسه تقسم الطالبات إلى مجموعات، ثم تقوم مدرسة المادة بطرح الأسئلة المعدة من قبل الباحثة حول الفيديو الذي تم إرساله مسبقاً والمعروض حالياً والاستماع إلى الإجابة من المجموعات.

- الجزء التطبيقي:

وبلغت مدته (50) دقيقة، وفي هذا القسم تطبق الطالبات أداء المهارة بعدة أشكال وإعطاء الملاحظات وأجراء تبديلات حسب ظروف الدرس وحسب مستوى وتفاعل الطالبات ومدى استيعابهن للمهارة المعروضة ويتم فيه تقويم أداء الطالبات واختيار الطالبات الجيدات من الدرس كتشجيع للطالبات الأخريات.

- القسم الختامي:

ومدته (5) دقائق والذي يضم:

بعض تمارين التهيئة للجسم فضلاً عن الإرشادات التربوية ثم الانصراف علماً أن هذا القسم يطبق لمجموعتي البحث المأخوذ من منهاج الاعتيادي للمدرس المادة.

اتباع الباحثين الخطوات الآتية في تنفيذ المنهج التعليمي لاستراتيجية التعلم المعكوس: -

1- قبل البدء بتنفيذ الوحدة التعليمية الأولى قامت الباحثة بتنظيم عينة البحث المتمثلة بطالبات المرحلة الثانية (قسمي العلوم النظرية والتطبيقية) وأجراء عمليات التكافؤ والتجانس وأجراء التجربة الاستطلاعية، وحسب تقسيم الكلية قسمت العينة إلى مجموعتين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة.

2- تم التأكيد بان كل طالبات المجموعة التجريبية (الشموليات والتحليليات) لديهن أجهزة نقال أو لابتوب لتنصيب موقع التواصل الاجتماعي (telegram).

3- قامت مدرسة المادة من عمل كروب يضم الباحثة وطالبات المجموعة التجريبية.

4- تم تحديد وقت معين يناسب كل الطالبات للارسال الفيديو المختص بالمهارة المختارة، بحيث تم إرسال المهارة بفيديو واحد بسرعة الاعتيادية والآخر بطيء نسبياً إلى المجموعة.

5- الأخذ بنظر الاعتبار الوقت المحدد لتفاعل وهو ساعة واحدة وقبل ثلاثة أيام من موعد المحاضرة من اجل فسح المجال أمام الطالبات باستيعاب الواجب الحركي وطرح الأسئلة وتبادل الحوار، وإعطاء فرصة لجميع الطالبات من مشاهدة الفيديو وكذلك زمن الفيديو لعرض المهارة بين 1-2 دقيقة 3-4 دقائق لضمان تحميله ومشاهدته من قبل الطالبات، وكان النموذج المرسل هو أفضل نموذج لتقليل الوقوع بالخطأ.

6- متابعة الأسئلة والتفاعل والحضور داخل كل كروب وتصحيح المناقشات الخاطئة كتغذية فورية لتلافي الخطأ إذا لزم الأمر.

7- تم إعطاء المجموعتين الإحماء نفسه بنوعيه العام والخاص.

- 8-تم توضيح الفيديو الذي أعطيه مسبقا عبر وسيلة التواصل الاجتماعي (telegram) من قبل مدرسة المادة في القسم التعليمي، ثم قامت مدرسة المادة بطرح أسئلة حول الفيديو والاستماع إلى الإجابة.
- 9-قامت الطالبات بتطبيق المهارة في القسم التطبيقي من القسم الرئيسي والتعرف على الأخطاء وتصحيحها من قبل مدرسة المادة بمساعدة الطالبات.
- 10-قامت مدرسة المادة بتقويم تطبيق كل طالبة وبمساعدة الطالبات لتعرف على الطالبات الجيدات وإدخال روح التنافس والمتعة بينهن، ويكون مرجع للطالبات الضعيفات.
- 11-في القسم الختامي من الوحدة التعليمية تم إعطاء المجموعتين نفس الإرشادات التربوية مع تأكيد ضرورة الأداء الأفضل في الوحدات التعليمية اللاحقة.
- 12-أخيرا إعادة الأدوات إلى مكانها ثم الإيعاز بالانصراف.

3-8 الاختبارات البعدية:

أجريت الاختبارات البعدية على أفراد عينة البحث بعد الانتهاء من تنفيذ المنهج في قاعة الداخلية للجناساتك الإيقاعي وبإشراف مباشر من الباحثة والمشرف على البحث وذلك لمعرفة مقدار التطور الحاصل لمجموعتي البحث وشملت الاختبارات تصوير أداء الطالبات لمهارات الشاخص المختارة والسلسلة الحركية، وبمساعدة فريق العمل في الاختبارات القبلية لكي تكون النتائج أكثر دقة ومصداقية، وأعطت كل طالبة محاولتين لكل مهارة من مهارات البحث، وتم اختيار المحاولة الأفضل، ثم عرضت الفلم على اللجنة التحكيمية نفسها في الاختبار القبلي وأعتد المقومات على استمارة التقييم نفسها في الاختبارات القبلية، وتم تقييم أداء الطالبات من لدن المقومات الأربعة بنفس الطريقة المتبعة في الاختبارات القبلية.

3-9 الوسائل الإحصائية: -

تمت معالجة البيانات التي تم الحصول عليها باستعمال الحقيبة الإحصائية (SPSS) الإصدار (20) وبرنامج (Excel).

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها: لغرض معرفة نتائج اختبارات مهارات الشاخص قيد البحث للمجموعتين، في ضوء البيانات الإحصائية التي توصلت إليها الباحثة بعد إجراء الاختبارات القبليّة والبعدية لعينة البحث، فقد تم تنظيم عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها بالترتيب الآتي:

جدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T-test) المحتسبة، ودلالاتها الإحصائية للاختبارين القبلي والبعدى لمهارتي الشاخص للمجموعة الضابطة.

ت	المهارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (T) المحتسبة	الإحصائية الدلالة
		(ع±)	(س-)	(ع±)	(س-)		
1	دوران الشاخص على شكل رقم (8)	1,792	1,033	5,458	0,45	10,094	معنوي
3	خطوة الفالس الأمامية مع الدوران	1,541	0,831	5,208	0,45	12,537	معنوي

* علماً أن قيمة (T) الجدولية عند درجة حرية (11) ومستوى دلالة (0,05) هي (1.796)

جدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T-test) المحتسبة، ودلالاتها الإحصائية للاختبارين القبلي والبعدى لمهارتي الشاخص للمجموعة التجريبية.

ت	المهارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (T) المحتسبة	الإحصائية الدلالة
		(ع±)	(س-)	(ع±)	(س-)		
1	دوران الشاخص على شكل رقم (8)	1,292	1,010	7,5	0,477	7,184	معنوي
3	خطوة الفالس الأمامية مع الدوران	1,563	0,854	7,375	0,678	14,611	معنوي

* علماً أن قيمة (T) الجدولية عند درجة حرية (11) ومستوى دلالة (0,05) هي (1.796)

جدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T-test) المحتسبة، ودلالاتها للاختبارات البعدية في مهارتي الشاخص للمجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	المعاملة الإحصائية	المجموعة	الاختبار البعدي		قيمة T المحتسبة	الدلالة الإحصائية
			(ع±)	(س-)		
1	دوران الشاخص على شكل رقم (8)	الضابطة	0,45	5,458	10,800	معنوي
		التجريبية	0,477	7,5		
2	خطوة الفالس الأمامية مع الدوران	الضابطة	0,45	5,208	9,229	معنوي
		التجريبية	0,678	7,375		

* علما أن قيمة (T) الجدولية عند درجة حرية (22) ومستوى دلالة (0,05) هي (1,717)

- مناقشة نتائج

من خلال النتائج المعروضة في الجدول (1-2-3) يتضح لنا أن مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية قد حققت هدفها في التأثير المعنوي بين الاختبارات القبلية والبعدية في تعلم مهارتي الشاخص، وتعرزو الباحثة هذه النتائج إلى أسباب متعددة منها فاعلية التعلم باستخدام الأسلوب المتبع في الكلية وسلوب التعلم المعكوس المطبق على المجموعة التجريبية، ويعزو الباحثون هذه النتائج للمجموعة الضابطة إلى فاعلية التعلم باستخدام منهاج الكلية المتبع في تعلم مهارات موضوع البحث، لذا ظهرت فروقات معنوية واضحة للمنهاج التعليمي المعتاد والمتبع في الكلية والمطبق على المجموعة الضابطة، بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمهارتي الشاخص، وهذا يدل على سلامة المنهاج التعليمي المعتاد والمتبع في الكلية، وإن أي منهاج تعليمي يتبع فيه أسلوب علمي مدروس ومناسب للمستوى الطالب لابد من أحداث تطور في الأداء، لذا فإن تنفيذ المناهج بشكل فعال يؤدي إلى تحسين الأداء العام للطالب بشكل كبير، وقد وضع (صالح جويد ، 2009) "بان النتائج المتقدمة التي نحصل عليها لكل مجاميع البحث يرجع سببها إلى سلامة المنهج التعليمي واحتوائه على تمارين مختارة بصورة علمية وبتكرارات صحيحة ومتناسقة ومنسجمة مع مستوى وقابلية أفراد العينة" (4: 86)، أما (محمد القط، 1999) اكد بأن "المناهج التعليمية أو التدريبية يقاس نجاحها بمدى التقدم الذي يحققه الطالب أو اللاعب في نوع النشاط الممارس من خلال المستوى المهاري والبدني والفسولوجي وهذا يعتمد على التكيف الذي يحققه الفرد مع المنهاج الذي يطبقه" (8: 12).

كذلك ظهر هناك فروقات معنوية واضحة للمنهاج التعليمي باستخدام التعلم المعكوس الذي تم تطبيقه على المجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي لمهارتي أداة الشاخص، وإن هذه الفروق هي الهدف الأساسي الذي تسعى إليه هذه البرامج التعليمية، هو تطوير مستوى الأداء وتحسينه

وتسريع عملية التعلم، من خلال إتباع الأسس العلمية الصحيحة، عند تصميم هذه البرامج، وبما يتلاءم مع القابليات والإمكانيات المتاحة لاكتساب التعلم والوصول بالمتعلم إلى مستوى جيد لأداء المهارة المراد تعلمها، وتؤكد الباحثة بان استخدام أساليب تعليمية حديثة تساعد المتعلم على إدراك المفاهيم التقنية واستيعابها لتطوير العمليات العقلية والتفكير الذي من شأنه رفع وتسهيل استيعاب واكتشاف أي خلل والتحسس بالمشكلات الفنية أثناء عملية التعلم، فضلاً عن المستحدثات التربوية الأخرى ومنها أسلوب التعلم المعكوس في معالجة المعلومات وحل المشكلات التي تواجهه، وهذا ما أشارت له العديد من الدراسات ومنها دراسة (وفاء الزبيدي 2000) إلى أن أساليب التدريس المتبعة مازالت تقليدية (9: 71)، لذا فإتاحة الفرصة للمتعلمين لاستخدام أساليب حديثة مثل أسلوب (التعلم المعكوس) يؤدي إلى تفوق أدائهم على أداء نظائريهم الذين لم تتح لهم مثل هذه الفرصة، في المنهاج المعتاد في الكلية، والتفوق لا يقتصر على مستوى واحد من التعلم، وإنما يتعداه إلى المستويات التعليمية الأخرى كافة وكان لفيديو عرض المهارة مهمه تلبي حاجة المتعلمة لمعرفة كيفية أداء المهارة منذ المراحل الأولى للتعلم وذلك من خلال عرض المهارة وبكامل أقسامها بالتصوير الاعتيادي والبطيء مما وفر فرصة جيدة لفهم المهارة واستيعابها بشكل أسرع وهذا يتفق مع دراسة (ساهرة رزاق) إذ أشارت إلى "احتياج الطالبة المبتدئة في بداية مراحل التعلم إلى معرفة كيفية أداء المهارات بالصورة الاعتيادية والبطيئة التي قد لا يوفرها الأنموذج الحي نتيجة السرعة في أداء بعض المهارات" (2: 80)، وان التفاعل بين أفراد المجموعة الواحدة والذي من شأنه أن يعطي فرصة جيدة للتعلم وتبادل المعلومات ومعرفة نقاط القوة في أداء المهارات لتعزيزها ونقاط الضعف لمعالجتها وتلافيها والوصول إلى مستوى أفضل في الأداء مما ساعد في تقليل الفروق الفردية بين الطالبات بالإضافة إلى تركيز الطالبة عند مشاهدتها المهارات المعروضة بدقة، فضلاً عن قابلية العرض البطيء والاعتيادي وهذا يوفر فرصة جيدة في معرفة دقائق الحركة بصورة جماعية من قبل الطالبات الأمر الذي جعل موقفهن من العملية التعليمية أفضل وأكثر فاعلية في استيعاب وتوصيل المعلومة في أحسن صورها إلى بعضهن البعض وهذا أعطى تعلماً أفضل لمهارات الجمناستك الإيقاعي وبشكل ملحوظ ومميز، وهذا ما أشار إليه (كمال اسكندر، 2000) من أن "الوسائط المتعددة تساعد الطالبات في التركيز على التفاصيل وزيادة تفاعلهم معه وبالتالي الاستجابة الفعالة والأداء الأفضل" (7: 37).

فضلاً عن الفيديو التعليمي الذي تم إرساله قبل يومين من بدء الدرس الأمر الذي ساعد على إمداد الطالبات بقدر كبير من المعلومات والتغذية الراجعة التي ساهمت في اخذ صورة أولية وواضحة عن المهارة وهذا بدوره يساعد على تلافي قدر كبير من الأخطاء التي قد تقع بها الطالبات أثناء التعلم، ومن ثم تحسنت نتائج التعلم للمجموعتين التجريبيتين في أداء مهارات الجمناستك الإيقاعي، وان استخدام الحاسوب في عرض المهارة أمام الطالبات قبل البدء بالدرس كان هو الآخر إيجابياً وفاعلاً وذلك لاستخدام الحاسوب كونه وسيلة ممتعة ومحفزة في التعلم ويعمل على إثارة الدافعية والتشويق والنشاط عند الطالبة وبالتالي أدائها للمهارات بانسيابية وبشكل جيد، وهذا ما أكده (علي محمد عبد المجيد 1996) أن "الحاسب الإلكتروني يؤدي دوراً

كبيراً ومهماً في العملية التعليمية فهو يستطيع أن يضيف على العملية التعليمية حيوية وبعداً تقنياً جديداً ليبعد بها عن الطريقة التقليدية إذ يساعد المدرسين والطلبة في حل مشاكلهم بجميع أنواعها ويساعد على الوصول إلى أهدافهم وتحقيقها وإكسابهم المهارات التعليمية ونقل الخبرات إليهم" (6: 141) وتؤكد الباحثة بان استخدام التكنولوجيا في عملية التعلم هي ليست مجرد واجب عابر و إنما هو حاله يتم فيها توظيف التكنولوجيا المناسبة والمتوفر من اجل إثراء العملية التعليمية وتحسين تحصيل الطلبة، وهذا ما أكده (عاطف أبو حميد الشمران، 2015) "أن التعليم المعكوس ليس مجرد وسيلة جامدة تتبع خطوات متتابعة تؤدي إلى نتيجة معينة وإنما هو تقنية تضاف إلى التقنيات العديدة الأخرى التي تسعى إلى أحداث تغييرات إيجابية في العملية التعليمية" (5: 162).

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات الآتية:

- 1-تفوق المجموعة الضابطة بالاختبارات البعدية في تعلم مهارتي الشاخص بالجمناستك الإيقاعي.
- 2-تفوق المجموعة التجريبية بالاختبارات البعدية في تعلم مهارتي الشاخص بالجمناستك الإيقاعي.
- 3-تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة بالاختبارات البعدية في تعلم مهارتي الشاخص بالجمناستك الإيقاعي.
- 4-أن الأساليب التعليمية (المتبع في الكلية، التعلم المعكوس) المستخدمة قيد البحث لكلا المجموعتين لها تأثير إيجابي في عملية تعلم مهارتي الشاخص قيد البحث.

5-2 التوصيات:

بناءً على نتائج البحث توصي الباحثة بما يلي:

- 1-استخدام التعلم المعكوس في بحوث التربية الرياضية بشكل عام والجمناستك الإيقاعي بشكل خاص لما له من أثر في رفع مستوى أداء الطلاب وتسريع الفهم والاستيعاب للمهارات الرياضية للأطول فترة ممكنة.
- 2-تضمين مفردات طرائق التدريس والمناهج والبرامج التعليمية والكتب الدراسية في مجال التربية الرياضية بأساليب استخدام التعلم المعكوس، لكونه يعد أحد الأساليب الناجحة والجديدة في هذا المجال، ولأنها تساعد وكما هو واضح بالدراسة الحالية في تحسين الأداء للمهارات الرياضية وجعلها أكثر بساطة وسهولة ولكي يلم بها مدرسو المستقبل.
- 3-إفادة التدريسيين والتدريسيات عن طريق تدريبهم على هذا النوع من أساليب التعلم (المنشطات العقلية) بهدف تطبيقه عند تدريس مادة الجمناستك الإيقاعي.

المصادر: -

- 1- خان سلمان: مدونة انطلق لتتعلم، [www. Ourdream9 .blogspot.com](http://www.Ourdream9.blogspot.com) (2012).
 - 2- ساهرة رزاق: إثر النموذج بواسطة الأجهزة السمعية البصرية على الأداء الحركي في الجمناستك الإيقاعي، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1993.
 - 3- سهير رحمن سلمان: تأثير برنامج تعليمي باستخدام المنشطات العقلية في أداء بعض مهارات الطوق بالجمناستك الإيقاعي للطلّابات، (رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية /جامعة ذي قار) 2014.
 - 4- صالح جويد هليل: تأثير تكرارات مختلفة من التصور العقلي في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم وفقا لمستويات تعلم الأداء، (رسالة ماجستير - كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية)، 2009.
 - 5- عاطف أبو حميد الشرمان: التعلم المدمج والتعلم المعكوس ، ط 1، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2015.
 - 6- علي محمد عبد المجيد: أثر استخدام بعض الوسائل التكنولوجية على تدريس مهارات وحدة تعليمية في درس التربية الرياضية، مجلة علوم وفنون الرياضة، مجلد 8، العدد 1، القاهرة، جامعة حلوان،
 - 7- كمال إسكندر: الوسائط التعليمية، الإسكندرية، منشأة المعارف، 2000، ص 37.
 - 8- محمد علي القط: وظائف اعضاء التدريب الرياضي، مدخل تطبيقي ، ط 1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1999.
 - 9- وفاء كاظم سليم عبيد الزبيدي: صعوبات تعلم مادة التربية الإسلامية في مرحلة الابتدائية، (رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية ابن رشد - جامعة بغداد)، 2000.
- نموذج وحدة تعليمية وفقا للاستراتيجية التعلم المعكوس**
- المرحلة والشعبة: - طالبات المرحلة الثانية/أ
- الوحدة التعليمية:- (1) الزمن:- 90 دقيقة
- المهارة:- الشاخص
- عدد الطالبات:- 12 طالبة
- مستلزمات الدرس:- 26 شاخص
- الهدف التربوي:- تعويد الطالبات بالاعتماد على النفس.
- الهدف التعليمي: تعلم دوران الشاخص على شكل رقم 8 أمام الجسم فوق الرأس مع دوران الجسم.

أقسام الوحدة التعليمية	الزمن بالدقيقة	محتوى الوحدة التعليمية	التشكيلات	الملاحظات
(1) القسم التحضيري	20 د			- التأكيد على الحضور.
المقدمة	5 د	الوقوف نسق واحد لتسجيل الغياب وأداء تحية بداية الدرس .		
- الإحماء العام	5 د	سير-هرولة-هرولة برفع الركبتين عاليا-هرولة وعند الصافرة مس		

الأرض(يمين، يسار)-هرولة مع فتل الجذع للجانبين-هرولة مع تدوير الذراعين للأمام-هرولة مع تدوير الذراعين للخلف-سير-وقوف+	دائرة	-التأكيد على تأدية التمارين العامة و الخاصة بشكل صحيح			
1- (الوقوف)مرجحة الذراعين بند ولها أمام خلف بالتبادل(العد 2). 2- (الوقوف، الذراعين جانباً)ثني الجذع أماماً-أسفل مع مرجحة الذراعين متقاطعة أمام الصدر، ثم ضغط الجذع بالوضع (العد 4). 3- (الوقوف، الذراعين تخصر)فتل الجذع للجانبين بالتعاقب(العد 4). 4- (الجلوس الطويل، الذراعين جانباً)رفع الرجلين أماماً وتحريكهما اعلى أسفل بالتعاقب(العد2). 5- (الاستلقاء)رفع الرجلين أماماً عالياً بالتعاقب(العد4).	مربع ناقص ضلع		10 د		- الإحماء الخاص
5- (الوقوف) عرض وتوضيح الفيديو الذي تم إرساله مسبقاً لطالبات عبر وسيلة التواصل الاجتماعي ((Whatsapp)). 10د) طرح أسئلة حول الفيديو من قبل مدرسة المادة بناءً على تحليل ومناقشة الفيديو من قبل الطالبات أثناء إرساله لهن مسبقاً والاستماع إلى الإجابات من المجموعات الثلاثة. س/ يكون تدوير الشاخص باتجاه عقرب الساعة أم عكس الاتجاه؟ س/ ما هو الوضع الذي تأخذه اليد الحرة أثناء الأداء؟ س/ كيف يكون وقوف الطالبة على كل القدم أم على أطراف الأصابع أثناء الأداء؟	مربع ناقص ضلع	- الانتباه على شرح وعرض المدرسة للمهارة. - التأكيد على فهم الطالبات النواحي الفنية للأداء ومعرفة الإجابات الصحيحة لطالبات أثناء طرح الأسئلة .	65 د		2) القسم الرئيسي
15د) وقوف الطالبات على الخط بين كل طالبة وأخرى (1م) بعد سماع كل صافرة تأخذ الطالبات الوضع الابتدائي ويتم تطبيق مهارة شكل (&) بشكل منفرد الواحدة بعد الأخرى وفي المرة الثانية يتم التطبيق بشكل جماعي.			15 د		- الجزء التعليمي
10د) وقوف الطالبات ثلاث فرق حسب المجموع وأداء المهارة واحدة بعد الأخرى لزيادة الإصرار والتنافس فيما بينهم للوصول إلى الهدف			50 د		- الجزء التطبيقي
20د) وقوف الطالبات على الخط ثم تؤدي الطالبات المهارة بالتسلسل الواحدة بعد الأخرى إلى اخر طالبة، وعلى باقي الطالبات التعرف على الأخطاء الموجودة في أداء كل طالبة لإعادة المحاولة.	##### **** **** **** # #####	-العمل على التطبيق الصحيح للمهارة - اختيار أداء افضل طالبة وهي بمثابة تشجيع وحث الطالبات على الأداء الصحيح للمهارة.	50 د		
إعطاء تمارين ارتقاء وتهنئة عامة للجسم. إعادة الأدوات إلى مكانها ثم الإيعاز بالانصراف.	نسق واحد		5 د		3) القسم الختامي

