

## استراتيجيات تنشيط الذاكرة لدى طلبة كلية التربية الرياضية وعلاقتها بالتحصيل العملي في فعالية الساحة والميدان

م.م. علي حميد جبيل وحيد  
المديرية العامة لتربية واسط

### ملخص البحث

لدى الطلبة، وللإجابة على تلك الفرضيات استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية وكذلك استخدم الباحث استبانة تتكون من (10) استراتيجيات تم اختيارها بالاعتماد على المصادر والمراجع ذات العلاقة، وبعدها تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين وحصلت على نسبة موافقة عالية وبهذا قام الباحث بتطبيق الاستبانة على افراد العينة مستخدما الوسائل الإحصائية المناسبة لاستخراج وتحليل ومناقشة النتائج التي استنتج من خلالها الباحث ان هنالك فروق بين طلبة كلية التربية الرياضية في استراتيجيات تنشيط الذاكرة الاكثر شيوعا لدى الطلبة في عملية تعزيز تعلم الاداء الجيد في فعالية الساحة والميدان فافرض عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في مستوى استراتيجيات تنشيط الذاكرة لدى طلبة كلية التربية الرياضية تبعا لمتغير الجنس وكذلك عدم وجود علاقة بين متوسط درجات استراتيجيات تنشيط الذاكرة والتحصيل العملي

هدفت الدراسة الى معرفة استراتيجيات تنشيط لذاكرة ومستوى التحصيل العملي لدى طلبة كلية التربية الرياضية جامعه القادسية إذ تم تحديد افراد عينة الدراسة والبالغ عددهم (100) طالب وطالبة بواقع (80) طالب و (20) طالبة من طلبة المرحلة الثالثة للإجابة على التساؤل الذي ينص ما هي استراتيجيات تنشيط الذاكرة الاكثر شيوعا لدى طلبة كلية التربية الرياضية في عملية تعزيز تعلم الاداء الجيد في فعالية الساحة والميدان فافرض عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في مستوى استراتيجيات تنشيط الذاكرة لدى طلبة كلية التربية الرياضية تبعا لمتغير الجنس وكذلك عدم وجود علاقة بين متوسط درجات استراتيجيات تنشيط الذاكرة والتحصيل العملي

تنشيط الذاكرة. وكذلك ظهرت علاقة موجبة لبعض استراتيجيات تنشيط الذاكرة لدى الطلبة مع مستوى التحصيل العملي (المتوسط ، الجيد ، الجيد جداً).

### Abstract

The study aimed to find out the revitalization of the memory and the level of practical achievement among students of the Faculty of Physical breeding University of Qadisiyah strategies relationship if it is to identify the study sample totaling (100) students by 80 students and (20) female students from the third stage of the answer to a question which states What strategies activate the memory most common among students of the Faculty of Physical Education in the process of enhancing learning good performance in the effectiveness of the track and field prescriptive to the absence of significant differences in the level of activation of memory strategies of the students of the Faculty of Physical Education according to

gender differences, as well as to the absence of a relationship between the average degrees activate memory and practical strategies for the achievement of the students and to answer those assumptions researcher used descriptive manner connectivity relations. The researcher used a questionnaire consisting of 10 strategies were chosen based on sources and references relevant and were then presented to a group of experts and specialists as it got high approval rate and thus the researcher to apply the questionnaire on the sample using appropriate statistical methods to extract, analyze and discuss the results of which Astnj of which it emerged as a researcher that there is difference between the students of the Faculty of Physical



Education in the most common memory strategies activate the students of the Faculty of Physical Education in the process of enhancing learning good performance in track and field effectiveness somebody has shown a difference between male and female students in the level

of activation of memory. as well as strategies appeared relationship positive for some of the strategies activate the memory with the students of the Faculty of Physical Education with the level of practical achievement (average, good, and very good).

من الشائع في عملية الاستذكار تتم في تعلم المواد نظريا ويمكن الاستدلال على كفاءة الاستذكار لدى الطالب من الاختبارات النظرية التي تعتمد فيها طريقة تقييم الطالب على الورقة والقلم. ومن هنا ذهب الباحث لمعرفة ماهي اهم استراتيجيات تنشيط الذاكرة التي يتبعها الطالب اثناء التعلم وتطبيقه للمهارات الحركية الاساسية للفعاليات الرياضية وأهم اساليب استرجاع المعلومات وتذكرها في الاختبار العملي ، اذا ان عملية الاستذكار اثناء الاختبار العملي للمادة المراد تعلمها شأنها شأن الاختبار النظري ، وبهذا تكمن أهمية الدراسة الحالية في معرفة استراتيجيات تنشيط الذاكرة الاكثر شيوعاً لدى طلبة كلية التربية الرياضية ومدى علاقتها بالانجاز في مادة الساحة والميدان.

## الباب الاول:

### ١- التعريف بالبحث

#### ١-١ المقدمة واهمية البحث :

تعد الذاكرة من اهم العمليات العقلية العليا لدى الانسان ، وتبرز اهميتها في اوجه كثيرة خلال تعاملاتنا اليومية التي منها قدرة الانسان على استرجاع المعلومات السابقة وتوظيفها في نشاط معين ، ويعد الاستذكار من اساسيات التعلم التي لا غنى عنها للطالب في أي مجال من مجالات العلوم المختلفة اذ أنها ملازمة للمتعلم من بداية تعلمه الى نهايتها ، لما لها من اثار كبير في مستوى تحصيله الدراسي وكتابة المعلومات ويتوقف هذا على الاسلوب المتبع في هذه العملية فضلا عن تنظيم الوقت . (Iseo,2000).

## ٢-١ مشكلة البحث:

أن اغلب الدراسات والبحوث التي تناولت موضوع استرجاع المعلومات والاستدكار كانت ومازالت تطبق في المواد النظرية فقط، بحيث تم تحديد استرجاع المعلومات بالطرق والاستراتيجيات الأكثر شيوعاً. ولاحظ الباحث عدم وجود دراسات تناولت طرق استرجاع المعلومات الأكثر استخداماً عند الامتحان العملي عند تطبيق المهارات للمتعلم، لذلك لجأ الباحث إلى تحديد طرق استرجاع المعلومات الأكثر شيوعاً لدى طلبة المرحلة الثالثة كلية التربية الرياضية للعام الدراسي ٢٠١٤-٢٠١٥

## ٣-١ أهداف البحث :

١- التعرف على أهم الاستراتيجيات المتبعة من قبل الطلبة لتنشيط الذاكرة اثناء تعزيز عملية التعلم نشاط حركي وتحقيق الاداء الجيد.

٢- التعرف على الفروق بين الطلبة في مستوى استخدام الاستراتيجيات تنشيط الذاكرة تبعاً لمتغير الجنس والتحصيل العملي .

## ٤-١ فرضا البحث :

١- لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في مستوى استراتيجيات تنشيط الذاكرة لدى طلبة كلية التربية الرياضية تبعاً لمتغير الجنس.

٢- لا توجد علاقة ذات دلالة معنوية بين متوسط درجات استراتيجيات تنشيط الذاكرة والتحصيل العملي لدى طلبة كلية التربية الرياضية .

## ٥-١ مجالات البحث

### ١-٥-١ المجال البشري

عينة من طلبة المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية للعام الدراسي ٢٠١٤-٢٠١٥ والبالغ عددهم (١٠٠) طالب وطالبة وبواقع (٨٠) طالب و (٢٠) طالبة وبأعمار (١٩-٢٠) سنة.

### ٢-٥-١ المجال الرماني

من ٢٠١٥/٥/٣ الى غاية ٢٠١٥/٥/١٠

### ٣-٥-١ المجال المكاني

ملاعب كلية التربية الرياضية/جامعة القادسية.

## الباب الثالث:

### ٣-إجراءات البحث

#### ٣-١ مجتمع وعينة الدراسة

حدد الباحث عينة وهم طلبة المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية للعام الدراسي ٢٠١٤-٢٠١٥ والبالغ عددهم (١٠٠) طالب وطالبة بواقع (٨٠) طالب و (٢٠) طالبة بأعمار (١٩-٢٠) سنة مستخدماً المنهج

اعتمد الباحث على المعيار النسبي المئوي في معرفة أهمية كل استراتيجية من الاستراتيجيات التي قد يستخدمها الطالب معتمدا على دراسة (زياد بركات، ٢٠١٠) وكما مبين ادناه :

- قليلة جدا \_\_\_\_\_ اقل ٥٠%
- قليلة \_\_\_\_\_ اقل من ٥٠% إلى ٥٩%
- متوسطة \_\_\_\_\_ من ٦٠% إلى ٦٩%
- كبيرة \_\_\_\_\_ من ٧٠% إلى ٧٩%
- كبيرة جدا \_\_\_\_\_ من ٨٠% فما فوق

بعدها لجا الباحث على عرض فقرات الاستبيان على مجموعة من الخبراء والمختصين في المجال علم النفس المعرفي والاختبارات والقياس والبالغ عددهم (١٠) اذا حصلت جميعها على نسبة قبول تراوحت بين ٨٠% - ٩٠% من نسب آرائهم الكلية على كل فقرة .

وبعده لجا الباحث الى استخراج ثبات الاستبانة عن طريق استخراج معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي الفا كرونباخ واذا بلغ (٠,٨١) وبهذا اعتمد الباحث على الاستبانة في الدراسة الحالية .

الوصفي بأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية.

### ٣-٢ الاختبارات المستخدمة في الدراسة :

#### ٣-٢-١ استبيان استراتيجيات تنشيط الذاكرة:

لغرض الوقوف على أهم استراتيجيات تنشيط الذاكرة لجا الباحث لإعداد استبيان يتكون من عشرة فقرات كل فقرة تمثل إستراتيجية من الاستراتيجيات تنشيط الذاكرة(ملحق ١) التي من ممكن ان يستخدمها الطالب عند التدريب على مهارة معينة او عند التحضير للاختبار العملي للمهارات المتعلمة لطالب التربية الرياضية .

اذ اعتمد الباحث على اعداد فقرات الاستبانة على دراسة (زياد بركات ٢٠١٠) ودراسة (Mastropieri, et al, 2003) ودراسة (Lin & Makeachie, 2003). وقد استخدم الباحث مفتاح تصحيح خماسي (دائماً تمنح درجة (٥)، كثيراً تمنح درجة (٤)، احياناً تمنح درجة (٣)، نادراً تمنح درجة (٢)، لا استخدمها تمنح درجة (٢) )وبذلك تتراوح بين اعلى درجة للمقياس وبالبالغة (٥٠) درجة واقل درجة للمقياس وبالبالغة (١٠) درجة ، وكذلك

### الباب الرابع:

(١٠٠) طالب وطالبة ثم عمد على حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمعيار النسبي لكل فقرة من فقرات الاستبيان وكما مبين في الجدول ( ١ ).

#### ٤-١ عرض النتائج ومناقشتها:

قام الباحث بتطبيق الاستبيان على عينة من طلبة كلية التربية الرياضية والبالغ عددهم

### جدول ( ١ )

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية والتقدير لكل استراتيجية للطلاب

رقم الاستبانة	رقم حسب النسبة	الاستراتيجيات	متوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	التقدير
١	٢	التدريب على الاجزاء المهمة للمهارة	٤,٤٦	١,٠٢	٨٩,٢	كبيرة جدا
٢	٦	مراجعته الخطوات السابقة التي تعلمتها حول المهارة	٣,٧٤	١,٧٨	٧٤,٨	كبيرة
٣	٤	ربط الحركات ببعض الافكار المألوفة لدي	٣,٩٨	١,٤٥	٧٩,٦	كبيرة
٤	١	تكرار أداء المهارة بصورة ذهنية	٤,٧٣	١,١١	٩٤,٦	كبيرة جدا
٥	٣	التدريب الموزع على فترات تتخللها فترات راحة	٤,٢٢	١,٣٢	٨٤,٤	كبيرة جدا
٦	٨	مقارنة ادائي الحالي مع ادائي السابق	٣,٢٧	١,٤١	٦٥,٤	متوسط
٧	١٠	استخدام وسائل مساعدة في عملية التعلم المهارة واتقانها	٣,١٦	١,٢٨	٦٣,٢	متوسط
٨	٩	فهم خطوات الاداء الامثل بدل حفظها	٣,٢٤	١,٢٩	٦٤,٨	متوسط
٩	٧	التسميع الجهري للخطوات والاجزاء للمهارة قبل ادائها	٣,٦٧	١,٦٠	٧٣,٤	كبيرة
١٠	٥	العمل على الاداء الكلي للمهارة و ثم العودة الى تعلم اجزائها	٣,٩٣	١,١٧	٧٨,٦	كبيرة

جدول ( ٢ )

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية والتقدير لكل استراتيجية للطلبات

رقم الاستبانة	رقم حسب النسبة	الاستراتيجيات	متوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	التقدير
١	٤	التدريب على الاجزاء المهمة للمهارة	٤,٢٠	١,٣٢	٨٤	كبيرة جدا
٢	١	مراجعته الخطوات السابقة التي تعلمتها حول المهارة	٤,٧٨	١,٥٤	٩٥,٦	كبيرة جدا
٣	٩	ربط الحركات ببعض الافكار المألوفة لدي	٣,٢٠	١,٢٢	٦٤	متوسط
٤	٣	تكرار أداء المهارة بصورة ذهنية	٤,٣٠	١,٤١	٨٦	كبيرة جدا
٥	٦	التدريب الموزع على فترات تتخللها فترات راحة	٣,٥٦	١,٢٩	٧١,٢	كبيرة
٦	٧	مقارنة ادائي الحالي مع ادائي السابق	٣,٢٧	١,٧٢	٦٥,٤	متوسط
٧	٢	استخدام وسائل مساعدة في عملية التعلم المهارة واتقانها	٤,٣٥	١,١٢	٨٧	كبيرة جدا
٨	٥	فهم خطوات الاداء الامثل بدل حفظها	٣,٥٩	١,٢٣	٧١,٨	كبيرة
٩	٨	التسميع الجهري للخطوات والاجزاء للمهارة قبل ادائها	٣,٢١	١,٦٥	٦٤,٢	متوسط
١٠	١٠	العمل على الاداء الكلي للمهارة وبثم العودة الى تعلم اجزائها	٣,٠٢	١,١٢	٦٠,٤	متوسط

(1.2.4.7) اذ حصلت على نسبة تقدير (كبيرة جدا) بلغت أعلى من 80% في حين حصلت الفقرات (5.8) على نسبة تقدير كبيرة أما الفقرات (3.6.9.10) حصلت على نسبة متوسط وللتأكد من الاختلاف في مستوى الاستراتيجيات بين الذكور والإناث لجا الباحث الى استخراج الفروق باستخدام قانون (t.test) لعينتين مستقلتين وكما مبين في الجدول ( ٣ )

يبين الجدول (١) أن الاستراتيجيات الأكثر شيوعا بين الطلاب الذكور كانت فقراتها (1.4.5) اذ حصلت على نسبة تقدير (كبيرة جدا) بلغت اعلى من 80% في حين حصلت الفقرات (2.3.9.10) على نسبة تقدير كبيرة اما الفقرات (6.7.8) حصلت على نسبة متوسط. أما جدول (٢) فقد بين الاستراتيجيات الأكثر شيوعا بين الطلاب الإناث كانت فقراتها

جدول ( ٣ )

يبين الفروق بين الذكور والإناث في متغير الاستراتيجيات

النوع	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T المحسوبة	مستوى الثقة	الدلالة
الذكور	31.75	5.96	0.582	0.537	عشوائي
الإناث	29.62	6.64			

قدرتهم على الاحتفاظ بالمعلومات لتسهيل مهمة تذكرها لاحقا .

الفرضية الثانية :

الفرضية الثانية قبل استخراج معامل الارتباط البسيط بين استجابات الطلبة على فقرات الاستبانة والتحصيل العملي عمد الباحث الى تحديد مستويات المعدل التحصيل العملي لأفراد عينة البحث وبالبالغة ( ١٠٠ ) طالب وطالبة وكما مبين في الجدول ( ٤ )

من الجدول ( ٣ ) يتبين عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في مستوى الاستراتيجيات التي تستخدم لتنشيط الذاكرة وهذا يعني قبول الفرضية الصفرية التي نصت على عدم فروق ذات دلالة معنوية في مستوى استراتيجيات تنشيط الذاكرة لدى طلبة كلية التربية الرياضية تبعا لمتغير الجنس وهذه النتيجة اتفقت مع دراسة (زياد بركات ٢٠١٠ ) التي بينه فيها ان الطلبة من كلا الجنسين الذكور والإناث يتفوقون على استخدام الاستراتيجيات لتحسين



جدول ( ٤ )

يبين اعداد الطلبة ومتوسط درجاتهم في التحصيل العملي وانحراف المعياري ومستوياتهم

المرتبة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد الطلاب	مدالدرجة العملي	مستوى التحصيل العملي
الثالثة	9.13033	36.5849	52	41.5 - 36	متوسط
الثانية	7.09871	44.0345	29	47.5 - 42	جيد
الأولى	5.87093	47.3684	19	53.5 - 48	جيد جدا

يبين جدول ( ٤ ) اعداد الطلبة ومستواهم دلالة الفروق بين المجموعات لجأ الباحث الى التحصيلي اذ توزعوا على ثلاث مجموعات (المتوسطة والجيدة والحيدة جدا) وللتأكد من استخدام التحليل التباين الاحادي وكما مبين في الجدول ( ٥ )

جدول (٥) يبين تحليل التباين الاحادي لمستويات التحصيل العملي لطلبة كلية التربية الرياضية

الدالة	مستوى الثقة	قيمة ف المحسوبة	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
معنوي	.000	15.891	1032.279	2	2064.557	بين المجموعات
			64.962	98	6366.254	داخل المجموعات
				100	8430.812	المجموع

بين الجدول ( ٥ ) هنالك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.000) بين مستويات الطلبة تبعا للمتغير التحصيل العملي لذا يعزو الباحث هذه الفروق الى وجود الفروق الفردية بين الطلبة في المستوى الاداء المهاري وكذلك في استراتيجيات تنشيط الذاكرة لديهم مما انعكس على درجاتهم في

التحصيل العملي اي ان الطلبة يتباينون في الاسلوب المتبع في تنشيط الذاكرة لديهم وهذه النتيجة تتفق مع دراسة ( Meller,2000 ) التي اظهرت نتائجها وجود فروق دالة إحصائيا في استخدام استراتيجيات تنشيط الذاكرة تبعا لمتغير التحصيل في حين تختلف مع دراسة (الزغولوالزغول و ٢٠٠٣) التي

اظهرت نتائجها عدم جود فروق دالة إحصائياً في استخدام استراتيجيات تنشيط الذاكرة تبعاً لمتغير التحصيل .ولمعرفة ما الاستراتيجيات الأكثر اهمية التي يفضلها الطلبة تبعاً للمستوى التحصيل العملي تم حساب معامل الارتباط بين ومستوى التحصيل العملي واستجابات الطلبة وكما مبين في الجدول (٦)

### جدول (٦)

يبين معامل ارتباط بين استجابات الطلبة في استراتيجيات تنشيط الذاكرة ومستوى التحصيل العملي

ت	معامل الارتباط		
	متوسط (*52)	جيد (**29)	جيد جدا (**19)
١	0.31	**0.41	***0.52
٢	0.11	**0.50	0.36
٣	0.22	0.23	0.16
٤	*0.53	**0.41	***0.58
٥	*0.34	**0.39	***0.55
٦	*0.28	**0.40	***0.47
٧	0.17	0.14	0.27
٨	0.21	0.27	0.14
٩	0.15	0.29	0.43
١٠	*0.35	0.13	0.11

(\*تقارن مع القيمة الجدولية البالغة (0.27) عند درجة حرية=50

(\*\*)تقارن مع القيمة الجدولية البالغة (0.36) عند درجة حرية=27

(\*\*\*)تقارن مع القيمة الجدولية البالغة (0.45) عند درجة حرية=17

الواعية على فهم النشاط الذاتي الايجابي الذي يقوم به المتعلم أثناء عملية التعلم ( Ritchie and Volk,2000 نقلا عن زياد بركات ٢٠١٠).

#### ٥-الاستنتاجات :

- ١- ظهرت فروق بين طلبة كلية التربية الرياضية في الاستراتيجيات تنشيط الذاكرة الأكثر شيوعا لدى طلبة كلية التربية الرياضية في عملية تعزيز تعلم الأداء الجيد في فعالية الساحة والميدان .
- ٢- لم يظهر اختلاف بين الطلبة الذكور والإناث في مستوى استراتيجيات تنشيط الذاكرة .
- ٣- ظهرت علاقة موجبة لبعض الاستراتيجيات تنشيط الذاكرة لدى طلبة كلية التربية الرياضية مع التحصيل العملي (المتوسط ، الجيد ، الجيد جداً) .

يبين الجدول ( ٦ ) معاملات ارتباط استجابات الطلبة في اختبار استراتيجيات تنشيط الذاكرة ودرجة المعدل التراكمي العملي إذ تبين أنهم جميعا اتفقوا على بعض استراتيجيات التي يستخدمونها في تنشيط الذاكرة لديهم أثناء التعلم وتطبيق المهارات وهي (التدريب على إجراء المهمة للمهارة ) إذ بلغت معاملات ارتباطها (-0.41-0.31 0.52) وإستراتيجية (تكرار أداء المهارة بصورة ذهنية ) إذ بلغت معاملات ارتباطها (-0.53 0.58-0.41) وإستراتيجية (التدريب الموزع على فترات تتخللها فترات راحة ) إذ بلغت معاملات ارتباطها (0.34-0.39-0.55) وكذلك إستراتيجية (مقارنة أدائي الحالي مع أدائي السابق) إذ بلغت معاملات ارتباطها (0.28-0.40-0.47) .في أن باقي الاستراتيجيات تفاوت أهميتها بين مستويات الطلبة ويعزو الباحث ذلك إلى أن عملية التعلم وخصوصا التعلم الحركي يستند بالدرجة الأساس على عملية التدريب المستمر على المهارة وتكرارها بصورة حركية أم ذهنية على أن تتخللها فترات راحة تساعد في التصحيح الواجب المهاري عن طريق مقارنة بين الأداء الحالي و السابق ، وهذه النتيجة تتفق مع مبادئ نظرية (ثورندايك) أكدت على وجود رابط كبير بين التعلم المثمر والجيد وبين متغيرات عديدة أهمها :التدريب والممارسة

جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الانسانية )

مجلد ٢٤ (٩) .

٢- عماد الزغول ، رافع الزغول (٢٠٠٣):  
الاستراتيجيات التي يستخدمها طلبة الجامعة  
في تعزيز قدرتهم على الاحتفاظ بالمعلومات  
وتذكرها ، مجلة الكلية التربوية بأسوان  
(١٧)(١-٢١) .

## المصادر :

١- زياد بركات (٢٠١٠): استراتيجيات  
تنشيط الذاكرة التي يستخدمها طلبة جامعه  
القدس المفتوحة لتعزيز قدرتهم على الاحتفاظ  
بالمعلومات وتذكرها ، بحث منشور ، مجلة

3 - Lin, G. & Mckeachie, W.  
(2003). "Aptitude anxiety. study  
habits. and academic  
achievement". Journal of college  
students personel. 27. 306 -  
309.

4- Miller, G. (2000).  
"Learning strategies for distance  
educatin students". Journal of

agricultural education. 41(1). 60 -  
68.

5- Mastropieri, M. Scruggs,  
T. & Fulk, B. (2002). "Teaching  
abstract vocabulary with the  
keyword method: Effects on  
recolcomperhension". Journal of  
Learning Disabilities. 23(2). 29-  
96.

ملاحق :

### ملحق (١)

#### استبيان استراتيجيات تنشيط الذاكرة

عزيزي الطالب /عزيزتي الطالبة

بين يديك مجموعة من الاستراتيجيات التي يمكن أن تستخدمها أثناء التحضير للاختبار العملي لاستنكار خطوات تنفيذ الواجب الحركي (المهارة) يرجى منك وضع علامة ( ) أما الاختيار الذي تراه مناسباً أمام كل طريقة أو إستراتيجية مع الملاحظة عدم ترك إستراتيجية بدون إجابة ..

مع التقدير

اسم الطالب/ة..... الشعبة .....

ت	الاستراتيجيات	دائماً	كثيراً ما	أحياناً	نادراً	لا استخدمها
١	التدريب على الاجزاء المهمة للمهارة					
٢	مراجعته الخطوات السابقة التي تعلمتها حول المهارة					
٣	ربط الحركات ببعض الافكار المألوفة لدي					
٤	تكرار أداء المهارة بصورة ذهنية					
٥	التدريب الموزع على فترات تتخللها فترات راحة					
٦	مقارنة ادائي الحالي مع ادائي السابق					
٧	استخدام وسائل مساعدة في عملية التعلم المهارة واقتانها					
٨	فهم خطوات الاداء الامثل بدل حفظها					
٩	التسميع الجهري للخطوات والاجزاء للمهارة قبل ادائها					
١٠	العمل على الاداء الكلي للمهارة وثم العودة الى تعلم اجزائها					

