

تأثير ألعاب صغيرة باستخدام تمارين البلايك وتأثيرها في تنمية التفكير الإبداعي
وتعلم بعض المهارات الحرة بالجمناستك الإيقاعي لطالبات

م. سهير رحمن سلمان
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة ذي قار

ملخص البحث العربي:

تهدف الدراسة إلى أعداد تمارين البلايك وتأثيرها في تنمية التفكير الإبداعي وتعلم بعض المهارات الحرة بالجمناستك الإيقاعي لطالبات المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة ذي قار، وتكون مجتمع البحث من (48) طالبة، ثم تم تحديد طالبات عينة البحث بعد استبعاد الطالبات الغائبات وعددهن (2) طالبة، والمؤجلات وعددهن (1) طالبة، والمشاركات في التجربة الاستطلاعية وعددهن (5) طالبة، فالعدد المتبقي هو (40) طالبة مقسمة إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية، توصلت الباحثة إلى مجموعة من الاستنتاجات كان أهمها أن لطابع المرح واللعب الذي امتازت به الألعاب الصغيرة بتمارين البلايك من قبل الباحثة ساهمت بشكل مباشر في زيادة الرغبة والدافعية للتعلم لدى أفراد المجموعة التجريبية، ظهرت فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي وللمجموعة التجريبية، حيث تطور التفكير الإبداعي فضلا عن تعلم المهارات الحرة موضوع البحث، إذ أثرت تمارين البلايك إيجابيا في تطوير كافة متغيرات البحث.

The effect of mini games using plank exercises and their effect on developing creative thinking and learning some free skills in your rhythmic gymnastics for students

M. Suhair Rahman Salman s4.sport4@gmail.com College of Physical Education and Sports Science

Keys * Rhythmic gymnastics * Small saliva * Plank exercises * Creative thinking * Free skills

The study aims to prepare the number of plank exercises and their effect on developing creative thinking and learning some free skills with rhythmic gymnastics for students of the first stage, College of Physical Education and Sports Science / Dhi Qar University, and the research community consists of (48) students, then the students of the research sample were identified after excluding the absent students and their number (2) A female student, and the defendants are (1) a student, and the participants in the exploratory experience are (5) students, the remaining number is (40) students divided into two control and experimental groups, the researcher reached a set of conclusions, the most important of which was the nature of fun and play that characterized it Small toys, Pmt Rennes Alblanc by the researcher contributed directly to increased desire and motivation for learning among members of the experimental group, Moral differences emerged between the pre and post tests in favor of the post test and for the experimental group, where creative thinking developed as well as learning the free skills that are the subject of research, as the plank exercises positively affected the development of all research variables.

1-التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

يتميز العصر الحديث بالتقدم العلمي في كثير من مجالات رعاية الطلبة والاهتمام بهم، ولا غرابة في أن تهدف التربية الحديثة إلى تربية متكافئة جسمياً وعقلياً وروحياً، ولقد ركزت الدراسات والبحوث الحديثة التي تعنى بمكونات العملية التعليمية، على الاهتمام بنجاح هذه العملية كونها الوسيلة الناقلة للعلم والمعرفة إلى الطالب من خلال الابتعاد عن أساليب التقليدية التي تتحدد دور الطالب باستقبال المعلومات، ومحاولة التعرف على الوسائل والأسس والطرائق التعليمية التي تؤكد على ميل الطالب في الحصول على الخبرات التي يهيئها له الموقف التعليمي الذي ينقل محور الاهتمام من المدرس إلى الطالب لتحقيق الأهداف المطلوبة، لذا أوجب هذا التطور على القائمين على العملية التعليمية ضرورة تطوير أساليب تقديم المعلومات وتصميم الطرائق المناسبة لاستخدام التطبيقات الحديثة التي تناسب عمليتي التدريس والتعليم ومنها الألعاب الصغيرة بتمارين البلاستيك الملائمة لقدرات وقابليات المتعلم وتنمية التفكير الإبداعي والتي من شأنها الوصول بالمتعلم إلى درجة عالية من التعلم والكفاءة التي تنمي في الطالب المرونة في التفكير الإبداعي والقدرة على التعامل مع المواقف المختلفة، وفقاً لظروف وإمكانيات معينة، وتؤثر الألعاب الصغيرة بتمارين البلاستيك في إثارة العديد من الانفعالات الإيجابية لدى الفرد المتعلم، فهي تبعث المرح والسرور والتفاعل التي بدورها تنثر الحيوية والحماس والمتعة والتي من الممكن أن تؤدي إلى أن مهارات الفرد المتعلم تتميز بالانسيابية وسهولة الأداء والأبداع، مما يجعله محباً للأنشطة التي يؤديها وبذلك تتحقق رغباته وطموحاته، وبالتالي يحقق الطلاب أكبر فائدة مما يجعل المادة التعليمية مثيرة للتعلم ومشوقة، والجمناستك الإيقاعي يُعد واحداً من الألعاب الرياضية التي تدرس ضمن مناهج كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة التي تتمتع بمهارات وحركات عديدة، ونظراً لما تتطلبه هذه اللعبة من مستوى عالٍ بالأداء المهاري، بات من الضروري استخدام تصاميم تدريسية جديدة تلائم تعليم تلك المهارات والحركات التي تعتمد في تصميمها على مشاركة الطالبة بصورة إيجابية في عمليتي التعلم والتعليم، فالغاية هنا ليس تزويد عقل المتعلمة بالمعلومات فقط، وإنما في مساعدتها على تنمية التفكير العلمي والإبداعي لها من خلال تنوع النشاطات والمعلومات التي تحصل عليها الطالبة خلال الدرس ومن مصادر مختلفة، وهذا يعني الاستفادة الكاملة من الألعاب الصغيرة بتمارين البلاستيك المتمتع والجديدة للاستغلال وقت الدرس المحدد وزيادة استثمار الجهد المبذول بمستوى ملائم لقدرتها لتحقيق مستوى أداء مهاري أعلى من خلال المتعة التي ترافق عملية التعلم، ومن هنا تظهر أهمية البحث في تصميم الألعاب الصغيرة باستخدام تمارين البلاستيك وتأثيرها في تنمية التفكير الإبداعي وتعلم بعض المهارات الحرة بالجمناستك الإيقاعي لطالبات لتكون طريقة جديدة وممتعة لمساعدة من يعمل في مجال التربية البدنية بشكل عام والجمناستك الإيقاعي بشكل خاص.

1 - 2 مشكلة البحث

ومن هنا تبرز أهمية البحث والحاجة إليه من خلال استخدام الألعاب الصغيرة بتمارين البلاك لرفع مستوى التعلم والتفكير الإبداعي في تعلم المهارات الحركية للألعاب بصورة عامة والجمناستك الإيقاعي بصورة خاصة، أن مهارات الجمناستك الإيقاعي من المهارات الجديدة والصعبة على الطالبات ولم يتم دراستها مسبقاً ولهذا يصعب عليهن أداء المهارات الحرة بشكل صحيح وكذلك صعوبة التوافق ما بين أداء المهارات والسيطرة على الأداة والتناغم مع الإيقاع الموسيقي ولكوني تدريسية لاحظت عدم وصول الطالبات للمستوى المطلوب في أداء المهارات الحرة، وترى الباحثة أن سبب ذلك هو ضعف القدرات البدنية والحركية والتفكير الإبداعي لطالبات لكون أغلب المقبولات في كلية التربية البدنية هن غير ممارسات لرياضة من قبل لذلك يصعب تطبيق هذه المهارات من قبلهن، وقلة الوحدات التعليمية المخصصة لهذه الرياضة وباللغة وحدة تعليمية واحدة في الأسبوع، وكذلك أن الأساليب المتبعة في تعلم مهارات الجمناستك الإيقاعي هي أساليب تقليدية، ومن خلال الاطلاع على العديد من البحوث والتخصصات العلمية والتربوية لوحظ عدم تطرق أي من الباحثين لموضوع تمارين البلاك كوسيلة تعليمية تؤثر في الفعاليات الرياضية، وإن قدرات التفكير الإبداعي لديهن غير ظاهرة خلال الدرس كما لاحظت عدم استعمال الألعاب الصغيرة بشكل مباشر في الجزء التحضيري من الدرس وفي عملية تعليم الطالبات على المهارات الحركية واقتصار الدرس على استخدام هذه الألعاب كجزء تكميلي في الجزء الختامي من الدرس فضلاً عن حاجة المتلمات إلى أساليب بعيدة عن النمط التقليدي تبعد الملل عنهن وتزيد من دافعيتهن نحو التعلم وتظهر إبداعهن في الدرس ولا سيما الألعاب الصغيرة إذ تتيح للطالبات الفرصة المناسبة للتعبير عن أفكارهن ورغباتهن وميولهن فضلاً على تحسين التعلم والأداء، ارتأت الباحثة إلى استخدام الألعاب الصغيرة باستخدام تمارين البلاك كوسيلة تعليمية تعمل على تبسيط وتنمية الصفات البدنية والحركية والتفكير الإبداعي وبالتالي تسهل عملية تعلم الأداء الصحيح للمهارات الحرة بالجمناستك الإيقاعي، لذا ارتأت الباحثة استخدام هذه التمارين لتنفيذ أداء مهارات الجمناستك بطريقة ممنهجة ومدرسة وبالتالي زيادة فاعلية العملية التعليمية والارتقاء بالأداء الرياضي للمهارات.

1 - 3 أهداف البحث

- 1- اعداد ألعاب صغيرة باستخدام تمارين البلاك وتأثيرها في تنمية التفكير الإبداعي وتعلم بعض المهارات الحرة بالجمناستك الإيقاعي.
- 2- التعرف على تأثير الألعاب الصغيرة باستخدام تمارين البلاك في تنمية التفكير الإبداعي وتعلم بعض المهارات الحرة بالجمناستك الإيقاعي بين الاختبارات القبليّة والبعديّة
- 3- التعرف على الفروق في تنمية التفكير الإبداعي وتعلم بعض المهارات الحرة بالجمناستك الإيقاعي بين مجموعتي البحث (التجريبية، الضابطة) في الاختبارات البعديّة.

1 - 4 فروض البحث:

- 1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية باستخدام تمارين البلاנק وتأثيرها في تنمية التفكير الإبداعي وتعلم بعض المهارات الحرة بالجمناستك الإيقاعي بين الاختبارات القبلية والبعدية.
- 2- هناك فروق ذات دلالة إحصائية باستخدام تمارين البلاנק وتأثيرها في تنمية التفكير الإبداعي وتعلم بعض المهارات الحرة بالجمناستك الإيقاعي للاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية.

1 - 5 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ذي قار.
- 1-5-2 المجال الزمني: المدة من (2-1-2018) إلى (9-4-2019).
- 1-5-3 المجال المكاني: القاعة المخصصة لمادة الجمناستك الإيقاعي في كلية التربية البدنية / جامعة ذي قار.

2- الدراسات النظرية:

- 1- تمارين البلاנק: هو تمرين من تمارين القوة التي تقوم على تقوية عضلات الجسم بصورة عامة وعضلات البطن بصورة مباشرة والظهر والكتف وأصابع القدمين واليدين بصورة غير مباشرة لرفع مستوى القدرات البدنية والحركية وهي تشبه وضعيات تمارين اليوجا. ممكن تنفيذها عن طريق الألعاب الصغيرة: " تلك الألعاب المصممة للتدريس والمرح ويمكن أن يمارسها الأفراد لتطوير المهارات المستخدمة وتمتعهم بالمرح والسرور في الوقت نفسه" (1: 3)، أي يمكن لهذه الألعاب من تخفيف صعوبة التمارين وقوتها وتناسي التعب بالمرح والتنافس.

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

- 1-3 منهج البحث:- استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين المتكافئتين لملاءمته طبيعة البحث.

- 2-3 مجتمع البحث وعينته: تم تحديد مجتمع البحث طالبات المرحلة الثانية / كلية التربية البدنية - جامعة ذي قار للعام الدراسي 2018/2019، والبالغ عددهن (48) طالبة موزعات إلى شعبتين (أ - ب)، وقد استبعدت الباحثة عدد من الطالبات للأسباب الآتية: * (1) طالبة مؤجلة * (2) طالبات تغيبن عن أداء الاختبار * (5) طالبات عينة تجربة استطلاعية، ليكون بذلك العدد النهائي لعينة البحث (40) طالبة ومن كلا الشعبتين وبواقع (20) طالبة من كل شعبة ويشكلن نسبة (83%) من مجتمع الأصل، قسمن إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) حيث كانت طالبات شعبة (أ) تمثل المجموعة الضابطة وطالبات شعبة (ب) تمثل المجموعة التجريبية، وقد اعتمدت الباحثة الطريقة العشوائية وبأسلوب القرعة في جميع مراحل التقييم.

- 1-2-3 تجانس العينة :- من أجل ضبط بعض المتغيرات التي تؤثر على دقة نتائج البحث أرادت الباحثة أن تتأكد من تجانس كلتا العينتين عند هذه المتغيرات، وكما مبين في الجدول (1).

جدول (1) يبين نتائج تجانس العينة بمتغيرات البحث

ت	المعالم الإحصائية الاختبارات والحركات	المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية	قيمة (ف) المحسوبة	قيمة (ف) الجدولية *	الدلالة الإحصائية
1	العناصر البدنية والحركية *	0.1681	0.1225	1.37	2.15	غير معنوي
2	وثبة المقص	0.62	0.33	1.92		غير معنوي
3	وثبة الغزالة	0.37	0.47	1.27		غير معنوي
4	خطوة الفالس الأمامية	0.33	0.27	1.22		غير معنوي
5	خطوة الفالس الخلفية	0.09	0.1	1.11		غير معنوي
6	وثبة القطة	0.21	0.25	1.19		غير معنوي
7	وثبة الخطوة	0.49	0.25	1.96		غير معنوي

قيمة (ف) الجدولية (2.14) عند درجتي حرية (19.19) ومستوى دلالة (0.05)

* وتبين الباحثة أنها حولت الدرجات الخام إلى معيارية لجميع الاختبارات ثم جمعت هذه الدرجات وقسمتها على عدد الاختبارات فحصلت على النتيجة الممثلة لعناصر اللياقة البدنية والحركية وهي حصيلة (6) اختبارات لكل طالبة.

3-2-2 تكافؤ العينة: - لغرض التأكد من تكافؤ أفراد عيني البحث في (عناصر اللياقة وبعض المهارات الحرة واختبارات التفكير الابداعي) قامت الباحثة بأجراء التكافؤ باستخدام اختبار (T-test)، والجدول (2 و 3) يبين تكافؤ أفراد العينة.

جدول (2) يوضح تكافؤ مفردات العينتين في المتغيرات البحث

ت	المعالم الإحصائية الاختبارات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية *	الدلالة الإحصائية
		ع	س	ع	س			
1	عناصر اللياقة	4.85	0.41	5	0.35	1.25	2.02	غير معنوي
2	وثبة المقص	3	0.79	3.15	0.57	0.68		غير معنوي
3	وثبة الغزالة	3.15	0.61	3.28	0.69	0.65		غير معنوي
4	خطوة الفالس الأمامية	2.9	0.58	3	0.52	0.58		غير معنوي
5	خطوة الفالس الخلفية	3	0.31	3.1	0.32	1.11		غير معنوي
6	وثبة القطة	2.7	0.46	2.8	0.5	0.67		غير معنوي
7	وثبة الخطوة	1.8	0.7	2	0.5	1.05		غير معنوي

* قيمة (ت) الجدولية (2.02) عند درجة حرية (38) ومستوى دلالة (0.05) .

الجدول (3)

يوضح تكافؤ مفردات العينتين في اختبارات التفكير الإبداعي

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة t المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية *	الدلالة الإحصائية
		ع	س	ع	س			
أجتيار الحواجز	درجة	12.38	1.60	13.13	1.46	0.327	2.02	غير معنوي
دحرجة الكرة	درجة	12.25	1.04	13.13	0.83	1.861		غير معنوي
طبطة الكرة	درجة	12.38	1.30	12.13	1.25	0.392		غير معنوي
التحرك مع الطوق	درجة	12.63	1.19	12.25	1.39	0.580		غير معنوي
دوران الطوق	درجة	12.00	1.60	12.50	1.20	0.707		غير معنوي
دحرجة الطوق	درجة	12.63	1.06	12.25	1.49	0.580		غير معنوي

* قيمة (ت) الجدولية (2.02) عند درجة حرية (38) ومستوى دلالة (0.05).

3-3 الأجهزة والأدوات والوسائل المساعدة:-

الأجهزة:- كاميرا فيديو نوع ((Sony))، جهاز عرض تلفاز ((LG))، شريط تسجيل، ميزان طبي.

الأدوات:- ساعة توقيت، كراسي، أطواق، شاخص، حبال، ورق مقوى ملون، شريط معدني، طباشير،

صافرة، شريط قياس، حصان قفز، عارضة توازن، عارضة خشبية، مانع، صندوق القفز، كرة مطاطية.

وسائل جمع المعلومات:- المصادر العربية والأجنبية - شبكة المعلومات - المقابلات الشخصية -

اختبارات التفكير الإبداعي - استمارة تسجيل النتائج- فريق العمل المساعد *

3-4 اختيار قدرات التفكير الإبداعي:- بعد الملاحظة والاطلاع على المصادر العربية والمقابلات الشخصية

بالمختصين اختارت الباحثة اختبارات التفكير الإبداعي (لأميرة عبد الواحد، (2: 97)، للوقوف على قدرات

التفكير الإبداعي (الطلاقة - المرونة - الأصالة) وذلك بأسلوب يمكن التغلب على المشكلات التي تواجهها

غالبا اختبارات التفكير الإبداعي عند الطالبات وتمثل هذه الاختبارات بعض الطرائق المهمة التي تستخدمها

الطالبات في التعبير عن قدراتهن الإبداعية عن طريق التنوع في الاستجابات الحركية.

3-4-1 اختبارات التفكير الإبداعي:- وتتضمن ما يأتي:-

الاختبار الأول / اسم الاختبار:- ((أجتيار الحواجز))، **الغرض من الاختبار:-** قياس مكونات التفكير

الإبداعي (الطلاقة والمرونة والأصالة). **الأدوات المستخدمة:-** حصان قفز (مهر) وعارضة توازنومانع

وعارضة خشبية وصندوق خشبي وساعة توقيت وشريط قياس. **مواصفات الأداء:-** توضع الأجهزة المذكورة

بشكل دائري المسافة بين جهاز وآخر (3م)، وعند الإشارة تتحرك المختبرة بطرائق مختلفة (القفز والوثبات

والسير والدحرجات والعبور ... الخ) على وفق استطاعتها من جهاز إلى جهاز وفق خط سير محدد في مواصفات الأداء. **التسجيل:** - تحتسب عدد الاستجابات الحركية ضمن الوقت المخصص للاختبار وقدره دقيقة.

-الاختبار الثاني /اسم الاختبار :-((درجة الكرة مع تحريك الجسم بأوضاع مختلفة)) . الغرض من الاختبار:- قياس مكونات التفكير الإبداعي (الطلاقة والمرونة والأصالة). **الأدوات المستخدمة:** - حائط وكرة مطاطية عدد 2 وشريط قياس وساعة توقيت. **مواصفات الأداء:** - يرسم خط البداية على الأرض الذي طوله (2م) وعرضه (1سم) على بعد (2.5م) عن الحائط توضع الكرتان قرب خط البداية، وعند الإشارة تقوم المختبرة بدحرجة الكرة إلى الحائط على وفق استطاعتها ويجب إن تستمر الكرة بالتدحرج عندما تمس الحائط وكل ما تفعله المختبرة لدحرجة الكرة مسموح به وبأي وضع من أوضاع جسمها، بشرط إن تبقى المختبرة خلف خط البداية ولا تتعداه. **التسجيل:** - تحتسب عدد الاستجابات الحركية ضمن الوقت المخصص للاختبار وقدره دقيقة.

-الاختبار الثالث /اسم الاختبار :- ((طبطة الكرة مع تحريك الجسم بأوضاع مختلفة)). الغرض من الاختبار :- قياس مكونات التفكير الإبداعي (الطلاقة -المرونة - الأصالة). **الأدوات المستخدمة :-**كرة مطاطية وشريط قياس وساعة توقيت. **مواصفات الأداء:** - ترسم دائرة على الأرض نصف قطرها (1.5م)، وعند سماع الإشارة تتحرك المختبرة في الدائرة وذلك بالطبطة وبطرائق مختلفة وبأي جزء من أجزاء جسمها. **التسجيل:** - تحتسب عدد الاستجابات الحركية ضمن الوقت المخصص للاختبار وقدره دقيقة واحدة. **-الاختبار الرابع / اسم الاختبار : ((التحرك مع الطوق)). الغرض من الاختبار :-** قياس مكونات التفكير الإبداعي (الطلاقة والمرونة والأصالة). **الأدوات المستخدمة :-** طوق خشبي، شريط قياس، ساعة توقيت. **مواصفات الأداء :-** ترسم دائرة على الأرض نصف قطرها (1.5م) تحمل المختبرة الطوق بشكل عمودي مفتوح بحيث يلمس الأرض، عند سماع الإشارة تتحرك المختبرة داخل الدائرة بطرائق مختلفة (الوثبات والقفزات والدورانات مرجحة الرجلين والدحرجات ... الخ) وعلى وفق استطاعتها من جانب إلى آخر، ويتحرك الطوق بحيث يبقى ملامسا الأرض بشكل عمودي. **التسجيل:** - تحتسب عدد الاستجابات الحركية ضمن الوقت المخصص للاختبار وقدره دقيقة واحدة.

-الاختبار الخامس /اسم الاختبار :- ((دوران الطوق مع تحريك الجسم بأوضاع مختلفة)). الغرض من الاختبار :- قياس مكونات التفكير الإبداعي (الطلاقة والمرونة والأصالة) . **الأدوات المستخدمة :-** طوق خشبي وشريط قياس وساعة توقيت. **مواصفات الأداء:** - ترسم دائرة على الأرض نصف قطرها (1.5م) عند سماع الإشارة تقوم المختبرة بتدوير الطوق حول أي جزء من أجزاء جسمها وبطرائق مختلفة على وفق استطاعتها وذلك بان يستمر الطوق بالدوران وتغيير الحركة من جزء إلى آخر من الجسم عندما يثبت بسرعة. **التسجيل:** - تحتسب عدد الاستجابات الحركية ضمن الوقت المخصص للاختبار وقدره دقيقة واحدة.

-الاختبار السادس/ اسم الاختبار: - ((درجعة الطوق على الأرض بطرائق مختلفة)). الغرض من الاختبار:
- قياس مكونات التفكير الإبداعي (الطلاقة والمرونة والأصالة). الأدوات المستخدمة: - طوق خشبي وشريط قياس وساعة توقيت. مواصفات الأداء: - يرسم خطان على الأرض عرض كل منهما (1م) طوله (2م) البعد بينهما (12م)، وعند سماع الإشارة تقوم المختبرة بدرجعة الطوق على الأرض من خط البداية إلى خط النهاية ثم العودة إلى خط البداية مرتين متتاليتين، تتحرك المختبرة بطرائق مختلفة (القفز فوقه ومن جانبه والدخول من خلاله والدرجات بالجسم... الخ) على وفق استطاعتها. التسجيل: - تحتسب عدد الاستجابات الحركية ضمن الوقت وقدره دقيقة واحدة.

3-5 إجراءات البحث الميدانية:

3-5-1 تحديد المهارات الحرة: - تم الاعتماد في تحديد المهارات الحرة على مفردات مادة الجمناستك الإيقاعي المنهجية المقررة لطالبات المرحلة الأولى في كليات التربية البدنية، واستطلاع آراء مجموعة من المتخصصات في رياضة الجمناستك الإيقاعي، وتم اختيار (6) مهارات حرة، وتم تحديد اختبارات للمهارات الآتية:

1- (اسم الاختبار): وثبة المقص. (الغرض من الاختبار): قياس الأداء المهاري لوثبة المقص بالجمناستك الإيقاعي. (الأدوات المستخدمة): بساط إسفنجي. (شروط الأداء): تقوم اللاعبة بالوقوف مع اخذ خطوة بإحدى قدميها ثم مرجحة الرجل القاعدة بسرعة وقوة للأعلى بمستوى الورك تتبعها الرجل الأخرى بحيث تتعكس بالهواء كالمقص ثم الهبوط بالرجل القائدة تتبعها الرجل الأخرى. (طريقة التسجيل): لكل طالبة محاولتان وتحتسب المحاولة الأفضل.

2- (اسم الاختبار): وثبة الغزالة. (الغرض من الاختبار): قياس الأداء المهاري لوثبة الغزالة بالجمناستك الإيقاعي. (الأدوات المستخدمة): بساط إسفنجي. (شروط الأداء): تقوم اللاعبة بالوقوف وذراعين تخفض ثم القفز للأعلى بقوة وسرعة عالية وأثناء الطيران تمد رجل اليسار للخلف تقابلها ثني رجل اليمين ثم رجوع إلى الوضع الابتدائي أثناء الهبوط. (طريقة التسجيل): لكل طالبة محاولتان وتحتسب المحاولة الأفضل من (10) درجات.

3- (اسم الاختبار): خطوة الفالس الأمامية. (الغرض من الاختبار): قياس الأداء المهاري ل خطوة الفالس الأمامية بالجمناستك الإيقاعي. (الأدوات المستخدمة): بساط إسفنجي. (شروط الأداء): تقوم اللاعبة بالوقوف والرجلين مضمومة ثم اخذ ثلاث خطوات خفيفة ورشيقة للأمام نبدأ برجل اليسار للأمام تتبعها اليمين جانبا تتبعها اليسار جانبا مع تحريك اليدين بنفس الاتجاه. (طريقة التسجيل): لكل طالبة محاولتان وتحتسب المحاولة الأفضل من (10) درجة.

4- (اسم الاختبار): خطوة الفالس الخلفية. (الغرض من الاختبار): قياس الأداء المهاري ل خطوة الفالس الخلفية بالجمناستك الإيقاعي. (الأدوات المستخدمة): بساط إسفنجي. (شروط الأداء): تقوم اللاعبة بالوقوف

والرجلين مضمومة ثم اخذ ثلاث خطوات خفيفة ورشيقة للخلف نبدأ برجل اليمين للخلف تتبعها اليسار جانبا تتبعها اليمين جانبا مع تحريك اليدين بنفس الاتجاه. (طريقة التسجيل): لكل طالبة محاولتان وتحتسب المحاولة الأفضل من (10) درجة.

5- (اسم الاختبار): وثبة القطة. (الغرض من الاختبار): قياس الأداء المهاري لوثبة القطة بالجمناستك الإيقاعي. (الأدوات المستخدمة): بساط إسفنجي. (شروط الأداء): تقوم اللاعبة بالوقوف ومد اليدين للأمام ثم اخذ خطوة بإحدى قدميها ثم سحب الرجل القاعدة بسرعة وقوة للأعلى وهي مثنية بمستوى الورك تتبعها الرجل الأخرى بحيث تأخذ خطوة بالهواء ثم الهبوط بالرجل القائمة تتبعها الرجل الأخرى. (طريقة التسجيل): لكل طالبة محاولتان وتحتسب المحاولة الأفضل من (10) درجات.

6- (اسم الاختبار): وثبة الخطوة. (الغرض من الاختبار): قياس الأداء المهاري لوثبة الخطوة بالجمناستك الإيقاعي. (الأدوات المستخدمة): بساط إسفنجي. (شروط الأداء): تقوم اللاعبة بالوقوف ثم تأخذ عدة خطوات بالهرولة ثم القفز للأمام الأعلى مع فتح الرجلين بحث تشكل زاوية 180 درجة أو اقل بقليل حسب مرونة الطالبة ثم الهبوط بالرجل القائمة تتبعها الرجل الأخرى. (طريقة التسجيل): لكل طالبة محاولتان وتحتسب المحاولة الأفضل من (10) درجات.

3-5-2 تقييم الأداء لمهارات الجمناستك موضوع البحث :- تم اعتماد الباحثة في تقويم الأداء على ذوات الخبرة والاختصاص في الجمناستك الإيقاعي حصرا، حيث تكونت اللجنة من أربعة محكمات وكانت الدرجة النهائية للأداء من (10) درجات والتي اعتمد فيها على البناء الظاهري للمهارة وتم استخراجها بعد حذف أعلى وأدنى درجة ثم استخراج الدرجة النهائية بتطبيق الوسط الحسابي بين الدرجة الثالثة ودرجة رئيسة اللجنة، لغرض تقييم الأداء الفني لكل طالبة وتم اختيار استمارة لمهارات الجمناستك الإيقاعي، موحدة للمهارات الحرة موضوع البحث ملحق (5).

3-5-3 التجربة الاستطلاعية: أجريت التجربة استطلاعية للاختبارات الخاصة بقياس العناصر البدنية والحركية والمهارات الحرة في يوم الثلاثاء بتاريخ 2-4 / 1 / 2018 وكانت التجربة تهدف إلى التعرف على:

- الصعوبات التي قد تواجه الباحث وفريق العمل المساعد.
 - تعزيز الإيجابيات وتجاوز السلبيات قبل إجراء التجربة الرئيسية.
 - ملائمة الأجهزة والأدوات المستخدمة لطبيعة الاختبارات ومستوى مفردات عينة البحث
 - كفاءة فريق العمل المساعد في تنفيذ الاختبارات واستخدام الأدوات.
 - معرفة مواصفات أداء كل اختبار من الاختبارات وطريقة أدائه.
- اذ تم تطبيق الاختبارات على عينة من طالبات المرحلة الأولى والبالغ عددهن (5) طالبات من اجل استخراج المعاملات العلمية لها والمتمثلة بالصدق والثبات والموضوعية.

3-5 - 4 الاختبارات القبليّة: -تم إجراء الاختبارات القبليّة لتفكير الإبداعي والمهارات الحرة لعينة البحث يوم الثلاثاء المصادف 9-11 / 1 / 2018، في تمام الساعة العاشرة والنصف صباحا للمجموعتين التجريبيّة والضابطة، لمدة يومين وكما يأتي:

اليوم الأول: لاختبارات التفكير الإبداعي للمجموعتين التجريبيّة والضابطة.

اليوم الثاني: اختبار المهارات الحرة بالجمناستك الإيقاعي للمجموعتين التجريبيّة والضابطة.

وقد تم مراعاة تثبيت الظروف المتعلقة بالاختبارات والمتمثلة بالمكان والزمان والأجهزة والأدوات المستخدمة وطريقة تنفيذ الاختبارات، بهدف محاولة إيجاد الظروف نفسها قدر المستطاع في الاختبارات البعديّة.

3 - 6 المنهج التعليمي:- بهدف التأكد من صحة الأسس العلميّة المتبعة في القسم الرئيسي من المنهج التعليمي المعتاد للمدرس، تم وضع القسم الرئيسي بصيغته النهائيّة إذ تضمن (10) وحدات تعليميّة*، ولمدة (10) أسابيع وبواقع وحدة واحدة أسبوعيا كل يوم الاثنين وحسب الجدول للمجموعتين، حيث تأخذ المجموعة التجريبيّة المنهاج الجديد المعد من قبل الباحثة أما الضابطة تأخذ المنهاج المعتاد للمدرس، وامتد المنهج التعليمي من يوم الثلاثاء 16-1-2018 ولغاية يوم الثلاثاء 20-3-2018، إذ كان الزمن الكلي للمنهج هو (720) د، وكان حصة القسم الرئيسي منه هو (60) دقيقة أسبوعيا من اصل (90) د.

3 - 7 الاختبارات البعديّة :- بعد الانتهاء من تطبيق المنهج، قامت الباحثة بإجراء الاختبارات البعديّة لكلا المجموعتين التجريبيّة والضابطة مع مراعاة الظروف نفسها، تم إجراء الاختبارات البعديّة للمدة من 21-22-2018 وليومين متتاليين الأربعاء والخميس ونفس الية الاختبارات القبليّة.

3 - 8 الوسائل الإحصائيّة:- تم استخدام الحقيبة الإحصائيّة للعلوم الاجتماعيّة (SPSS)

4 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

4 - 1 عرض نتائج اختبارات (T-test) وتحليلها ومناقشتها: -

4-1-1 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة لتفكير الإبداعي للمجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها:

-لغرض معرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لتفكير الإبداعي، وللمجموعة الضابطة، قامت

الباحثة باستخدام اختبار (T-test) للعينات المترابطة، وكما مبين في الجدول (5).

الجدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعة الضابطة في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في اختبارات التفكير الإبداعي

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية (*)	مستوى الخطأ	الدلالة
	س -	ع +	س -	ع +				
أجتياز الحواجز	12.38	1.60	26.25	2.60	11.842	2.093	0.000	معنوي
دحرجة الكرة	12.25	1.04	26.00	2.07	15.972		0.000	معنوي
طبطة الكرة	12.38	1.30	23.13	4.02	7.907		0.000	معنوي
التحرك مع الطوق	12.63	1.19	24.88	2.75	10.281		0.000	معنوي
دوران الطوق	12.00	1.60	21.38	1.19	11.110		0.000	معنوي
دحرجة الطوق	12.63	1.06	26.75	2.55	14.536		0.000	معنوي

(*) قيمة (ت) (*) قيمة (ت) الجدولية (2.093) عند درجة حرية (19) ومستوى دلالة (0.05).

من خلال جدول (5) ظهر أن قيمة الأوساط الحسابية في الاختبارات القبلي للمجموعة الضابطة في (الاختبارات الستة) أن قيمة (T) المحتسبة أكبر من قيمة (T) الجدولية عند درجة حرية (19) ومستوى دلالة (0.05)، وهذا يدل على وجود فروق معنوية في جميع الاختبارات القبلي والبعدي ولصالح الاختبارات البعدي.

4-1-1 مناقشة نتائج اختبار (T) بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات

التفكير الإبداعي: - يتبين من الجدول (5) وجود فروق معنوية في اختبارات التفكير الإبداعي للمجموعة الضابطة بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي، وتعزو الباحثة ذلك إلى الأسلوب الأمري المتبع من قبل مدرسة المادة الذي طبق من خلال التمارين المتنوعة التي اتسمت بالطابع الجماعي إذ إن هذا الأسلوب يؤكد على تكرار الأداء بغض النظر عن مستوى تقويمها الذاتي، وهذا بدوره سوف يطور من تفكير الطالبات ولكن هذا التطور بشكل نسبي وبحدود المهارة ذاتها " فالتطور النسبي الذي يحصل في التفكير الإبداعي سواء في الطلاقة و المرونة و الأصالة يعود إلى الأسلوب الأمري الذي تتبعه المدرسة من حيث انه لا يتيح الفرصة للطالبات على إيجاد ما هو جديد ومبتكر من الحركات المختلفة " (8 : 228)، كما إن التفاوت في مستوى التفكير الإبداعي للمجموعتين الضابطة والتجريبية يعود اختلاف إلى الأسلوب الأمري الذي يؤدي إلى تزويد الطالبات بحقائق علمية أساسية حددتها فقرات المنهج.

4-1-2 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لتفكير الإبداعي للمجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها:

- لغرض معرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لتفكير الإبداعي، وللمجموعة التجريبية، قامت الباحثة باستخدام اختبار (T-test) للعينات المترابطة، وكما مبين في الجدول (6).

الجدول (6)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في اختبارات التفكير الإبداعي

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية (*)	مستوى الخطأ	الدالة
	س -	ع +	س -	ع +				
أجتيانز الحواجز	13.13	1.46	43.13	1.37	32.807	2.093	0.000	معنوي
دحرجة الكرة	13.13	0.83	42.00	2.73	27.695		0.000	معنوي
طبطة الكرة	12.13	1.25	36.88	3.00	20.030		0.000	معنوي
التحرك مع الطوق	12.25	1.39	35.00	2.51	19.593		0.000	معنوي
دوران الطوق	12.50	1.20	35.38	1.30	37.466		0.000	معنوي
دحرجة الطوق	12.25	1.49	36.50	1.77	23.932		0.000	معنوي

(*) قيمة (ت) الجدولية (2.093) عند درجة حرية (19) ومستوى دلالة (0.05).

من خلال جدول (6) ظهر أن قيمة الأوساط الحسابية في الاختبارات القبلية للمجموعة التجريبية في (الاختبارات الستة) أن قيمة (T) المحتسبة أكبر من قيمة (T) الجدولية عند درجة حرية (19) ومستوى دلالة (0.05)، وهذا يدل على وجود فروق معنوية في جميع الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية.

4-1-2-1 مناقشة نتائج اختبار الفروق (T) بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لاختبارات التفكير الإبداعي:

- تشير نتائج الفروق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في الجدول (6) إلى وجود فروق ذات دلالة معنوية في اختبارات التفكير الإبداعي للمجموعة التجريبية، ويعود ذلك إلى زيادة تفكير الطالبات بتنمية الإبداع في أداء المهارات الحرة من خلال استخدام الألعاب الصغيرة بتمارين البلاستيك الذي ساعد الطالبات في المجموعة التجريبية على أداء يختلف عن أداء الطالبات في المجموعة الضابطة إذ تميزت المجموعة التجريبية بارتفاع درجات التفكير الإبداعي وهذا يزيد من رغبة الطالبات في أداء حركات جديدة باستخدام الألعاب الصغيرة التي أعطت الشيء الجديد وغير مألوف لدروس الإيقاعية ويؤكد روشكا " بأن طموح المدرسة الأساس هو رفع إبداع الطالبات من خلال تطور أداءهن المهارى وفق قدراتهن الإبداعية " (3:

(54)، ومن خلال ما تقدم فإن استخدام الألعاب وفق تمارين البلايك له تأثير إيجابي وفعال في التفكير الإبداعي وتحسينه هو أكثر تأثيراً من الأسلوب الأمري المتبع في المجموعة الضابطة.

4-1-3 عرض نتائج الاختبارات البعدية لتفكير الإبداعي للمجموعة الضابطة وال تجريبية وتحليلها ومناقشتها: - قامت الباحثة باستخدام اختبار (T-test) للعينات المتناظرة، وكما مبين في الجدول (7).

الجدول (7)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي في اختبارات التفكير الإبداعي

الاختبارات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية (*)	مستوى الخطأ	الدلالة
	ع +	س -	ع +	س -				
أجتيانز الحواجز	26.25	2.60	43.13	1.37	15.272	2.02	0.000	معنوي
درجة الكرة	26.00	2.07	42.00	2.73	13.222		0.000	معنوي
طبطة الكرة	23.13	4.02	36.88	3.00	7.762		0.000	معنوي
التحرك مع الطوق	24.88	2.75	35.00	2.51	7.698		0.000	معنوي
دوران الطوق	21.38	1.19	35.38	1.30	22.464		0.000	معنوي
درجة الطوق	26.75	2.55	36.50	1.77	8.881		0.000	معنوي

* قيمة (ت) الجدولية (2.02) عند درجة حرية (38) ومستوى دلالة (0.05).

من خلال جدول (7) نجد فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات التفكير الإبداعي ولصالح المجموعة التجريبية.

4-1-3 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات التفكير

الإبداعي: - يتبين من الجدول (7) وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات التفكير الإبداعي ولصالح المجموعة التجريبية، وهذا يرجع إلى الألعاب الصغيرة وفق تمارين البلايك التي طبقت على المجموعة التجريبية وساعد هذا الألعاب الطالبات على بث لروح التنافس والحماس بشكل يمكنهن من إتقان المهارة عن طريق اللعب محبة وذات طابع مرح وتنافس وهذا بدوره يؤدي إلى تسهيل وإتقان التعلم وترى الباحثة أن تعلم مهارات الجمناستك الإيقاعي على شكل ألعاب صغيرة يعد أسلوباً أو طريقة جديدة بالنسبة لعينة ويشير (قاسم لزام) إلى "أن التنوع والتجديد في استخدام طرائق تدريس التربية الرياضية هي الأكثر ملاءمة في خلق أجواء التشويق والإثارة والمتعة لدى المتعلم ومن ثم تحقيق تعلم واكتساب سريع للحركات

والفعاليات الرياضية ' كما أن " (6: 60)، فضلاً عن ذلك أن تكرار الألعاب الصغيرة وما تتخلله من حركات إبداعية كالقفزات والدورانات والوثبات وكثرة تنوعها وتكرارها ساعدت الطالبات على التخلص من النمط المتبع في التفكير وبذل الجهد لإنتاج أكبر قدر من الاستجابات المتنوعة.

4-1-4 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمهارات الحرة للمجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها:
- باستخدام اختبار (T-test) للعينات المترابطة، وكما مبين في الجدول (8).

جدول (8)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة للاختبارين القبلي والبدي للمجموعة الضابطة

المهارات	الاختبار القبلي		الاختبار البدي		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية (*)	الدالة
	س -	ع +	س -	ع +			
وثبة المقص	3	0.79	5.9	0.61	11.98	2.093	معنوي
وثبة الغزالة	3.15	0.61	5.95	0.71	12.47		معنوي
الفالس الأمامية	2.9	0.58	5.59	0.7	15.64		معنوي
الفالس الخلفية	3	0.31	6.2	0.8	24.15		معنوي
وثبة القطة	2.7	0.46	6.15	0.7	17.85		معنوي
وثبة الخطوة	1.8	0.7	4.63	0.9	17.8		معنوي

(*) قيمة (ت) الجدولية (2.093) عند درجة حرية (19) ومستوى دلالة (0.05).

من خلال جدول (8) ظهر قيمة الأوساط الحسابية في الاختبارات القبليّة للمجموعة الضابطة في (المهارات الستة) وقيمة (T) المحتسبة أكبر من قيمة (T) الجدولية عند درجة حرية (19) ومستوى دلالة (0.05)، وهذا يدل على وجود فروق معنوية في جميع الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية.

4-1-4 مناقشة نتائج (T-test) للاختبارات (القبليّة - البعدية) للمهارات الحرة للمجموعة الضابطة: - من خلال النتائج المعروضة في الجدول (8) يتضح لنا أن المجموعة الضابطة للبحث قد حققت هدفها في التأثير المعنوي بين الاختبارات القبليّة والبعدية في تعلم مهارات البحث، وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى فاعلية التعلم باستخدام المنهاج الأمري المتبع في الكلية لتعلم مهارات موضوع البحث، لذا ظهرت فروقات معنوية واضحة للمنهاج التعليمي المعتاد والمتبع في الكلية والمطبق على المجموعة الضابطة، وقد أكد القطبان "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" (7: 12).

3-1-5 عرض نتائج الاختبارات القبليّة البعديّة للمهارات الحرة للمجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها:
- استخدام اختبار (T-test) للعينات المترابطة، وكما مبين في الجدول (9).

جدول (9)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

المهارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية (*)	الدالة
	س -	ع +	س -	ع +			
وثبة المقص	3.15	0.57	7.8	0.69	34.19	2.093	معنوي
وثبة الغزالة	3.28	0.69	8.2	0.48	24.6		معنوي
الفالس الأمامية	3	0.52	7.94	0.85	19.35		معنوي
الفالس الخلفية	3.1	0.32	8.43	0.55	33.75		معنوي
وثبة القطه	2.8	0.5	8.13	0.16	31.88		معنوي
وثبة الخطوة	2	0.5	6.78	0.84	26.72		معنوي

(*) قيمة (ت) الجدولية (2.093) عند درجة حرية (19) ومستوى دلالة (0.05).

من خلال جدول (9) ظهر أن قيمة الأوساط الحسابية في الاختبارات القبليّة للمجموعة التجريبية في (المهارات الستة) أن قيمة (T) المحتسبة أكبر من قيمة (T) الجدولية عند درجة حرية (19) ومستوى دلالة (0.05)، وهذا يدل على وجود فروق معنوية في جميع الاختبارات القبليّة والبعديّة ولصالح الاختبارات البعديّة.

4-1-5-1 مناقشة نتائج (T-test) للاختبارات (القبليّة - البعديّة) للمهارات الحرة للمجموعة التجريبية:

من خلال النتائج المعروضة في الجدول (9) يتضح لنا أن مجموعة البحث التجريبية قد حققت هدفها في التأثير المعنوي بين الاختبارات القبليّة والبعديّة في تعلم المهارات الحرة، وهذا ما يحقق الفرض الثاني للبحث وهو هناك فروق ذات دلالة إحصائية معنوية باستخدام الألعاب الصغيرة باستخدام تمارين البلاستيك في تنمية التفكير الإبداعي وتعلم بعض المهارات الحرة بالجمناستك الإيقاعي بين الاختبارات القبليّة والبعديّة، وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى أسباب متعددة منها فاعلية التعلم باستخدام الألعاب الصغيرة باستخدام تمارين البلاستيك في تعلم مهارات موضوع البحث، لذا ظهر هناك فروقات معنوية واضحة للمنهاج التعليمي ل لألعاب الصغيرة

باستخدام تمارين البلاستيك الذي تم تطبيقه على المجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمهارات الحرة، إذ إن الهدف الذي تسعى إليه هذه البرامج، هو تطوير مستوى الأداء وتحسينه وتسريع عملية التعلم، من خلال إتباع الأسس العلمية الصحيحة عند تصميم هذه البرامج.

4-1-6 عرض نتائج الاختبارات البعدية للمهارات الحرة لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية وتحليلها ومناقشتها: -استخدام اختبار (T-test) للعينات المتناظرة، وكما مبين في الجدول (10).

جدول (10)

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

الدالة الإحصائية	قيمة T المحتسبة	الاختبار البعدي		المعالجة الإحصائية		ت
		(ع±)	(س±)	المجموعة	المهارة	
معنوي	9.5	0.61	5.9	الضابطة	وثبة المقص	1
		0.69	7.8	التجريبية		
معنوي	11.84	0.71	5.95	الضابطة	وثبة الغزالة	2
		0.48	8.2	التجريبية		
معنوي	7.96	0.7	5.59	الضابطة	خطوة الفالس ا الأمامية	3
		0.85	7.94	التجريبية		
معنوي	13.94	0.8	6.2	الضابطة	خطوة الفالس الخلفية	4
		0.55	8.32	التجريبية		
معنوي	9.9	0.7	6.15	الضابطة	خطوة القطة	5
		0.61	8.13	التجريبية		
معنوي	7.96	0.9	4.63	الضابطة	وثبة الخطوة	6
		0.84	6.78	التجريبية		

* قيمة (ت) الجدولية (2.02) عند درجة حرية (38) ومستوى دلالة (0.05).

من خلال جدول (10) نجد فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في المهارات الحرة بالجمناستك الإيقاعي ولصالح المجموعة التجريبية.

4-1-6-1 مناقشة نتائج (T-test) للاختبارات (البعدية) للمهارات الحرة للمجموعتين (الضابطة

والتجريبية): -من خلال النتائج المعروضة في الجدول (10) يتضح لنا أن مجموعتي البحث قد حققنا هدفهما في التأثير المعنوي بين الاختبارات القبلية والبعدية في تعلم المهارات الحرة، على الرغم من ظهور تباين في نسب التعلم بين المجموعتين، أي أن هناك تطوراً ذا دلالة معنوية عالية قد حدث على الرغم من اختلاف أسلوب التعلم التي اتبعتها المجموعتين، لذا ف الألعاب الصغيرة باستخدام تمارين البلاستيك الذي وضع لتنمية التفكير الإبداعي وتعلم المهارة أدى إلى إعطاء نتائج أفضل وبالتالي ساعد على إثراء العملية التعليمية وإغناء المحتوى التعليمي المدروس، لذا يمكن التأكيد على مدى فاعليتها في النتائج المميزة للمجموعة التجريبية، ك ما أن "الألعاب الصغيرة تزيد من درجة ميل الفرد نحو ممارسة النشاط الرياضي وتعمل على الارتقاء بمستوى قدراته" (5: 20)، التدرج في صعوبة الألعاب الصغيرة عند الانتقال من لعبة إلأخرى بما يتناسب مع المستوى العمري والإدراكي لعينة البحث ساعد على تطور مستوى الأداء ويؤكد في ذلكعباس بقوله "يشترط في الانتقال من لعبة إلأخرى أن يكون الانتقال متدرجاً وفق خطة منتظمة حتى لا يصبح الانتقال فجائياً فتتعدم فيه الفائدة ويقل شوق الطلاب إلى العمل" (4: 173).

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

- 1- أن لكلا المنهجين المنهج الذي أعدته الباحثة باستخدام الألعاب الصغيرة بتمارين البلاستيك والمنهج للأمر المتبع من قبل مدرسة لهما تأثير إيجابي وفعال في تنمية التفكير الإبداعي وتعلم بعض المهارات الحرة بالجمناستك الإيقاعي.
 - 2- أسهمت الألعاب الصغيرة بتمارين البلاستيك التي طبقت على أفراد المجموعة التجريبية بشكل واضح وكبير في تنمية التفكير الإبداعي وتعلم بعض المهارات الحرة بالجمناستك الإيقاعي للطلالبات.
 - 3- أظهرت النتائج تفوقا واضحا وكبيراً لأفراد المجموعة التجريبية في الاختبارات البعدية على أفراد المجموعة الضابطة في تنمية التفكير الإبداعي وتعلم بعض المهارات الحرة بالجمناستك الإيقاعي للطلالبات.
 - 4- أن لطابع المرح واللعب الذي امتازت به الألعاب الصغيرة بتمارين البلاستيك من قبل الباحثة ساهمت بشكل مباشر في زيادة الرغبة والدافعية للتعلم لدى أفراد المجموعة التجريبية.
- 5-2 التوصيات: -

- 1- اعتماد الألعاب الصغيرة بتمارين البلاستيك في المراحل كافة لما له من تأثيره إيجابي والفعال في تنمية التفكير الإبداعي وتعلم بعض المهارات الحرة بالجمناستك الإيقاعي للطلالبات.
- 2- إعادة النظر بالمنهاج المتبع في ضوء النتائج الواضحة في مجال تنمية التفكير الإبداعي وتعلم بعض المهارات الحرة بالجمناستك الإيقاعي على المجموعة الضابطة.

3- اتباع الخطوات نفسها التي استخدمتها الباحثة بإجراء بحوث على مراحل أخرى لم تتناولها الباحثة وعلمتغيرات وأدوات ومهارات أخرى لم تتناولها الباحثة.

المصادر:

1- إبراهيم السيد حجاب: اثر تدريس المقرر التربية البدنية للأطفال على مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية لطلاب كلية التربية الرياضية بالمدينة المنورة ، مؤتمر البحوث العربية وطموحاتها المستقبلية، دولة الإمارات العربية، جامعة الإمارات العربية، 1999.

2- أميرة عبد الواحد: الجمناستك الإيقاعي وعلاقته بتنمية القدرة على التفكير الإبداعي، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد ، 1986.

3-الكسندرو روشكا: الإبداع العام والخاص، (ترجمة)، غسان عبد الحي أبو فخر، الكويت، مطابع السياسة ١ سلسلة علم المعرفة 44، 1989.

4-عباس احمد صالح السامرائي: طرائق تدريس التربية الرياضية ، ج 1، ط 2، الموصل، دار الكتب للطباعة، 1987.

5 - عمرو أبو المجد وجمال إسماعيل النمكي: الألعاب التكتيكية والترويحية الحديثة لتطوير برامج التدريب للكبار والناشئين في كرة القدم، ط 1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.

6-قاسم لزام: موضوعات في التعليم الحركي، بغداد، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2005.

7-محمد علي القط: وظائف أعضاء التدريب الرياضي، مدخل تطبيقي ، ط 1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1999.

8 - منى محمود عبد الحليم عمر: ديناميكية نمو القدرة على الابتكار الحركي في الجمناز الإيقاعي لتلميذات المرحلة السنية (9-12)، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد 18 ، جامعة الإسكندرية، 2000.

نموذج وحدة تعليمية لتطوير التفكير الإبداعي وتعلم بعض المهارات الحرة

المرحلة والشعبة: طالبات المرحلة الثانية/ب الزمن: 90 د الوحدة التعليمية: (1) المهارة: وثبة المقص. عدد الطالبات: 20 طالبة. الهدف التربوي: - تشجيع الطالبات على الثقة بالنفس. الهدف التعليمي: - تعلم وثبة المقص باستخدام العاب صغيرة وفق تمارين البلاנק.

ت	القسم	الزمن	التشكيلات والتفاصيل	الإخراج والتنظيم	الملاحظات
1	التحضيرية المقدمة الإحماء العام الإحماء الخاص		الوقوف نسق واحد لتسجيل الغياب وأداء تحية بداية الدرس سير-هرولة-هرولة برفع الركبتين عاليا-هرولة وعند الصافرة مس الأرض (يمين، يسار)-هرولة مع قتل الجذع للجانبين-هرولة مع تدوير الذراعين للأمام-هرولة مع تدوير الذراعين للخلف-سير-وقوف+	الوقوف خط واحد	
		34د	(2د) شرح اللعبة الصغيرة رقم (1) وعرضها من لدن مدرسة المادة. -(8د) تطبيق اللعبة رقم (1). وقوف الطالبات على الخط بين كل طالبة وأخرى (1م) بعد سماع الصافرة تأخذ وضع الاستناد الأمامي الكامل، وعند سماع صافرة واحدة تقدم الرجل اليمين أماما أما عند سماع صافرتين متتاليتين تقدم رجل اليسار للأمام، وتتغير الصافرات حسب ما تريده المدرسة، وإخراج الطالبة التي تخطأ بالرجل المطلوبة إلى أن تبقى آخر طالبة في المجموعة.		- (تكرر اللعبة 2) مرة وإعطاء (1د) راحة بين التكرار مع التأکید على سحب الرجل أسفل الصدر.
		5د	(2د) شرح اللعبة الصغيرة رقم (2) وعرضها من لدن مدرسة المادة. -(8د) تطبيق اللعبة رقم (2). وقوف الطالبات على الخط بين كل طالبة وأخرى (1م) بعد سماع الصافرة تأخذ وضع الاستناد الأمامي على الساعد، عند سماع صافرة يدور الجسم جانبا على ساعد يد اليمين وعند سماع صافرة ثانية تدور الطالبة على الظهر وتستقر جانبا على ساعد يد اليسار وعند سماع صافرة ثالثة ترجع إلى الوضع الأول الأمامي وهكذا تستمر وكلما تصل طالبة لنهاية تنهض مهرولة إلى الجهة الأخرى إلى نهاية وقت التمرين.		- راحة بين الألعاب (3د)
		24د	(2د) شرح اللعبة الصغيرة رقم (2) وعرضها من لدن مدرسة المادة. -(8د) تطبيق اللعبة رقم (2). وقوف الطالبات على الخط بين كل طالبة وأخرى (1م) بعد سماع الصافرة تأخذ وضع الاستناد الأمامي على الساعد، عند سماع صافرة يدور الجسم جانبا على ساعد يد اليمين وعند سماع صافرة ثانية تدور الطالبة على الظهر وتستقر جانبا على ساعد يد اليسار وعند سماع صافرة ثالثة ترجع إلى الوضع الأول الأمامي وهكذا تستمر وكلما تصل طالبة لنهاية تنهض مهرولة إلى الجهة الأخرى إلى نهاية وقت التمرين.		- (تكرر اللعبة 2) مرة وإعطاء (2د) راحة بين التكرار مع التأکید على عدم ثني الجذع أثناء تدوير الجسم. راحة (3د)
2	الرئيسي	50د	تعليم الطالبات مهارة وثبة المقص من خلال شرح وعرض المهارة من قبل مدرسة المادة.		التأکید على الأداء الصحيح مع إعادة تطبيق الألعاب بتمارين البلاتك لتسهيل التعلم ورفع روح المرح والسرور
	نشاط تعليمي	15د	تطبيق الطالبات مهارة المقص من خلال أوضاع وتشكيلات مختلفة من قبل الطالبات.		
	نشاط تطبيقي	30د	تطبيق الطالبات مهارة المقص من خلال أوضاع وتشكيلات مختلفة من قبل الطالبات.		
	النشاط التقويمي	5د	تطبيق الطالبات الخط الأول وثبة المقص وتصحيح الأخطاء وتقويمهن من لدن الطالبات الخط الثاني ثم تعكس العملية.	1***** المدرسة * 2*****	تحت إشراف وملاحظات مدرسة المادة
3	الختامي	6د	إعطاء الملاحظات وإنهاء الدرس.		