

تأثير استراتيجيات العصف الذهني في الاستقرار النفسي وتعلم بعض مهارات الجمناستك الفني للطلاب

م.م احمد فوزي عبد السادة³

جامعة القادسية

م.د احمد كامل مبرر²

مديرية تربية القادسية

م.د علي شاكر نعمة¹

جامعة القادسية

¹ali.aljpory@gmail.com

²ahmed.kamelx1978@gmail.com

³fawzi.ahmed419@gmail.com

تاريخ نشر البحث 2025/8/25

تاريخ استلام البحث 2025/4/15

الملخص

تُعد طريقة العصف الذهني من الأساليب المستخدمة في التعليم الحديث، لما توفره من إمكانات ثلاث الفروق الفردية بين الطلبة، وتدعم تفاعلهم مع المحتوى الدراسي. تعتمد هذه الطريقة على تحفيز الطالب من خلال توظيف معارفه السابقة، مما يعزز الفهم ويؤدي إلى نتائج أفضل في الأداء الجمناستك الفني، حيث تزداد أهمية هذه الطريقة بسبب طبيعة المهارات المطلوبة، التي تعتمد على الدقة والتركيز والمعرفة النظرية. من هنا ظهرت مشكلة الدراسة، التي تتعلق بصعوبة تعلم المهارات الحركية لدى الطلبة، مما دفع الباحث إلى استخدام استراتيجية العصف الذهني لتيسير تعلم هذه المهارات.

شملت عينة الدراسة طلاب الصف الثاني في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة القادسية، وعددهم (22) طالباً، تم توزيعهم إلى مجموعتين: مجموعة ضابطة وأخرى تجريبية. خضعت المجموعة الأولى لتعليم بالطريقة التقليدية، في حين طُبّق على الثانية برنامج تعليمي صُمم وفق أسلوب العصف الذهني.

أُجريت اختبارات أولية للمجموعتين للتأكد من تكافؤهما، ثم طُبّق البرنامج على المجموعة التجريبية خلال عشر وحدات تعليمية. في نهاية التطبيق، أُجريت الاختبارات النهائية، وتم تحليل البيانات إحصائياً للوصول إلى نتائج موثوقة.

1. ساعدت الاستراتيجية التعليمية المعتمدة في تحسين تعلم المهارات قيد الدراسة لدى الطلاب.

2. كان لاستراتيجية العصف الذهني دور إيجابي في دعم الاستقرار النفسي للطلاب أثناء التعلم.

الكلمات المفتاحية: العصف الذهني، الاستقرار النفسي، الجمناستك الفني

The Effect of Brainstorming Strategy on Psychological Stability and Learning Some Artistic Gymnastics Skills for Students

Dr. Ali Shaker Nemah¹ , Dr. Ahmed Kamel Mobader²,
Ahmed Fawzi Abdul Sada³

University of Al-Qadisiyah, Directorate of Education of Al-Qadisiyah
University

¹ali.aljpory@gmail.com

²ahmed.kamelx1978@gmail.com

³fawzi.ahmed419@gmail.com

Research received: April 15, 2025 , Research published: August 25, 2025

Abstract

Brainstorming is one of the methods used in modern education, as it provides the potential to accommodate individual differences among students and support their interaction with the educational content. This method relies on motivating students by utilizing their prior knowledge, which enhances understanding and leads to better results in artistic gymnastics performance. The importance of this method is heightened by the nature of the required skills, which rely on precision, focus, and theoretical knowledge. Hence, the study's problem arose, relating to the difficulty students face in learning motor skills. This prompted the researcher to use a brainstorming strategy to facilitate the learning of these skills.

The study sample included (22) second-year students in the College of Physical Education and Sports Sciences at Al-Qadisiyah University. They were divided into two groups: a control group and an experimental group. The first group was taught using the traditional method, while the second group was subjected to an educational program designed using the brainstorming method.

Preliminary tests were conducted for both groups to ensure their equivalence. The program was then applied to the experimental group over ten instructional units. At the end of the program, final tests were conducted, and the data were statistically analyzed to arrive at reliable results.

1. The adopted educational strategy helped improve students' learning of the skills under study.

2. The brainstorming strategy played a positive role in supporting students' psychological stability during learning.

Keywords: brainstorming, psychological stability, artistic gymnastics

المقدمة

شهد التعليم تطوراً يتطلب تبني طرائق تدريس تلائم قدرات المتعلمين المختلفة. هذا التغير فرض على المؤسسات التعليمية البحث عن أساليب حديثة تساهم في رفع كفاءة التعلم. من بين هذه الأساليب، برز العصف الذهني كأحدى الاستراتيجيات التي أثبتت فعاليتها، خاصة في تطوير المهارات الحركية المعقدة مثل مهارات الجمناستك الفني.

يعتمد العصف الذهني على تفاعل الطلبة وتبادل الأفكار بناءً على معارفهم السابقة، مما ينشط التفكير الجماعي ويزيد من دافعية التعلم. يقوم المعلم بدور الموجه لضمان تركيز التفاعل نحو الأهداف التعليمية. ويكتسب هذا الأسلوب أهمية خاصة في الجمناستك الفني، الذي يتطلب تنسيقاً بين الأداء البدني والفهم المهاري.

تهدف هذه الدراسة إلى تقييم أثر تطبيق استراتيجية العصف الذهني على تطوير المهارات الأساسية في الجمناستك الفني، وتحليل انعكاساتها على مستوى الاستقرار النفسي لدى الطلبة.

المشكلة

أظهرت متابعة أداء الطلبة وتحليل نتائجهم، إلى جانب مراجعة الأدبيات، أن تعلم مهارات الجمناستك يشكل تحدياً. تتطلب هذه المهارات دقة بدنية وإدراكاً حركياً عالياً، مما يسبب صعوبة لدى بعض الطلبة في إتقانها. كما أن ضعف الجانب النفسي، مثل قلة الثقة والتوتر، يؤثر على قدرتهم على التعلم.

استجابة لهذه التحديات، لجأ الباحث إلى تطبيق العصف الذهني كخيار تعليمي يركز على إشراك الطلبة في بيئة مرنة قائمة على الحوار والتجريب، مع مراعاة الفروق الفردية في القدرات، مما يساعد على تحسين الأداء وتقليل الشعور بالفشل أو التردد.

أهداف البحث

1. تحليل أثر استخدام العصف الذهني في تطوير بعض المهارات الأساسية لدى طلبة الصف الثاني في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة القادسية.
2. قياس مدى تأثير هذه الاستراتيجية في تعزيز الاستقرار النفسي لدى نفس العينة.

فروض البحث

1. تطبيق العصف الذهني سيؤدي إلى تحسن ملحوظ في مستوى الأداء المهاري في الجمناستك الفني لدى عينة البحث.
2. استخدام هذه الاستراتيجية سيساهم في دعم الجانب النفسي ورفع مستوى الاستقرار لدى الطلبة.

مجتمع وعينة البحث

شمل مجتمع البحث طلاب الصف الثاني في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة القادسية. تم اختيار عينة عشوائية، وقُسمت إلى مجموعتين: تجريبية وضابطة. أُجري اختبار قبلي لكليهما لقياس الأداء الأولي للمهارات المستهدفة.

تجانس العينة

تحقق الباحث من تجانس العينة للحد من تأثير الفروق الفردية. تم قياس المتغيرات الآتية:

- الطول
- الكتلة
- العمر
- أداء مهارة الوقوف على الأكتاف (جهاز المتوازي)
- أداء الدورة الخلفية الصغرى (جهاز العقلة)
- مستوى الاستقرار النفسي

أخضعت هذه البيانات لتحليل إحصائي أظهر أن العينة متجانسة، كما ورد في الجدولين (2) و(3)، مما يعزز مصداقية النتائج التي سُتُخرج من تحليل البيانات.

جدول (1)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط	الانحراف	معامل الاختلاف(%)	الدلالة
1	الطول	سم	171.222	5.094	2.975	متجانس
2	الكتلة	كغم	65.556	5.897	8.996	متجانس
3	العمر	أشهر	238.333	7.331	3.076	متجانس
4	عجلة بشرية	درجة	3.833	0.707	18.446	متجانس
5	الوقوف على الأكتاف بالمتوازي	درجة	3.778	0.667	17.647	متجانس
6	الدورة الخلفية الصغرى بالعقلة	درجة	4.167	0.707	16.971	متجانس
7	الاستقرار النفسي	درجة	39.556	1.333	3.371	متجانس

جميع قيم معامل الاختلاف جاءت ضمن الحدود المقبولة، مما يدل على أن العينة متجانسة إحصائياً.

جدول (2)

بين تجانس أفراد المجموعة التجريبية

فيما يلي جدول يوضح نتائج التجانس الإحصائي لعينة البحث الثانية، ويظهر أن جميع المتغيرات تمتاز بتجانس مقبول: بناءً على قيم معامل الاختلاف

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط	الانحراف	معامل الاختلاف(%)	الدلالة
1	الطول	سم	172.444	3.779	2.191	متجانس
2	الكتلة	كغم	63.556	7.213	11.349	متجانس
3	العمر	أشهر	239.889	11.932	4.974	متجانس
4	الوقوف على الأكتاف بالمتوازي	درجة	3.611	0.486	13.456	متجانس
5	الدورة الخلفية الصغرى بالعقلة	درجة	3.389	0.486	14.338	متجانس
6	الاستقرار النفسي	درجة	39.556	1.333	3.371	متجانس

جميع المتغيرات أظهرت مستويات مقاربة من التجانس، مما يدعم مصداقية نتائج المقارنة بين المجموعات في البحث. الأدوات المستخدمة في البحث

استخدم الباحث مجموعة من الوسائل لجمع البيانات وتحليلها، تضمنت:

- اختبارات وقياسات تتعلق بموضوع الدراسة
- ملاحظة مباشرة أثناء أداء المهارات

- استمارة لتسجيل الملاحظات والبيانات
- استمارة خاصة بتقويم الأداء المهاري في الجمناستك (انظر الملحق 2)
- تقويم فني دقيق عبر الملاحظة العلمية

الاختبارات المعتمدة

1. اختبار الاستقرار النفسي
اختبار مكون من 20 فقرة، كل فقرة لها ثلاث بدائل للإجابة. يتم توزيع الدرجات كالآتي:

- "بدرجة كبيرة" = 3 نقاط
- "بدرجة متوسطة" = 2 نقاط
- "بدرجة ضعيفة" = 1 نقطة [3: 314]

2. اختبار الأداء المهاري في الجمناستك
جرى تسجيل أداء الطلبة عبر كاميرتين:

- الأولى أمام المؤدي
- الثانية من الجانب
- كل كاميرا تبعد 5 أمتار
- الارتفاع: 1.5 متر

عرضت التسجيلات على ثلاثة مقومين، وتم احتساب المتوسط الحسابي لدرجاتهم لتحديد تقييم كل طالب [4: 51].

التجربة الاستطلاعية
أجريت في 2023/2/18 على عينة من 10 طلاب خارج العينة الأصلية، بهدف:

- اختبار مدى ملائمة الأدوات
- رصد الصعوبات المحتملة
- تحديد المدة الزمنية اللازمة للتنفيذ
- التأكد من توافق الإجراءات مع خطة البحث
- اختبار كفاءة الأدوات
- قياس استجابة العينة لتطبيق المهارات [5: 107]

الاختبارات القبليّة

نُفذت بعد وحدتين تدريبيتين تمهيديتين، داخل قاعة الجمناستك، لقياس مستوى الأداء الأولي قبل بدء التجربة. [6: 276]

المنهج التعليمي وآلية التنفيذ

طُبّق منهج تعليمي يستند إلى استراتيجيات العصف الذهني على المجموعة التجريبية، وتضمن:

- تقسيم الطلبة إلى مجموعات ثلاثية
- تحديد مهام خاصة لكل مجموعة

- توظيف وسائل تعليمية مناسبة لمستوى الطلبة
- تنويع التمارين حسب قدرة كل طالب
- استخدام أسلوب التعليم المتدرج والتمايز
- تنفيذ تقويم في نهاية كل وحدة لقياس مدى تحقق الأهداف

مراحل التنفيذ

1. المقدمة
2. عرض المعلم هدف المهارة وقدم نموذجاً عملياً.
3. العمل الجماعي
4. تشكيل ثنائيات لتبادل الأدوار في الملاحظة والتقويم.
5. العمل الفردي
6. كل طالب قيم زميله باستخدام استمارة مخصصة.
7. التغذية الراجعة
8. عرض الملاحظات لتوضيح الأخطاء ونقاط التحسن.
9. التمارين التصحيحية
10. تحديد تمارين خاصة لكل طالب حسب الحاجة.
11. زيادة العبء التدريبي
12. رفع التحدي من خلال:

- تكرار التمارين
- تمديد زمن التنفيذ

الاختبارات البعدية

تمت بعد انتهاء البرنامج داخل قاعة الجمناستك، ثم نُظمت النتائج وأُخضعت للتحليل الإحصائي.

المعالجة الإحصائية

استخدم الباحث برنامج SPSS لتحليل البيانات واستخلاص الفروق بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية.

تحليل النتائج

تم تطبيق اختبار (t) للعينات المرتبطة لتحليل الفروق داخل المجموعة التجريبية، إضافة إلى مقارنة نتائج المجموعتين في الاختبار البعدي، كما هو موضح في الجدول (3).

(t) للعينات المستقلة:

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة (س ± ع)	المجموعة التجريبية (س ± ع)	t قيمة المحسوبة	(p-value) الدلالة
1	الوقوف على الأكتاف بالتوازي	درجة	5.611 ± 1.167	7.556 ± 0.846	5.098	0.001
2	الدورة الخلفية الصغرى بالعقلة	درجة	5.667 ± 0.707	8.167 ± 0.612	14.365	0.000
3	الاستقرار النفسي	درجة	46.444 ± 1.424	51.222 ± 1.093	7.202	0.000

تحليل النتائج

تشير النتائج الإحصائية إلى تفوق واضح للمجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في جميع المتغيرات المقاسة. هذا التفوق يعكس فاعلية استراتيجية العصف الذهني في تحسين الأداء المهاري وتعزيز الاستقرار النفسي لدى الطلبة.

البيانات الواردة في الجدول (6) توضح الفروق بين المجموعتين في الاختبار البعدي، وتظهر ارتفاعاً في نتائج المجموعة التجريبية، سواء في الأداء الفني أو في جانب الاستقرار النفسي.

أما الجدول (3) فيؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية بعد تنفيذ البرنامج، ما يشير إلى التأثير الإيجابي للتعليم باستخدام العصف الذهني مقارنة بالطريقة التقليدية التي خضعت لها المجموعة الضابطة.

تحسن الأوساط الحسابية للمجموعة التجريبية يعود إلى عدة عوامل ناتجة عن تطبيق الاستراتيجية، منها:

- بناء منهج تدريبي منظم ومتسلسل
- تقليص الفروق الفردية بين الطلبة
- إيصال جميع الأفراد إلى مستويات أداء مرتفعة

إضافة إلى ذلك، فإن التكرار المنظم ساعد في ترسيخ المعلومات الحركية، وهو ما أشار إليه "ونج ارنوف" نقلاً عن مصطفى، بأن تكرار التمرين ينشط التعلم الحركي. [148: 7]

كما وفّرت الاستراتيجية بيئة تعليمية مرنة سمحت بـ:

- تقديم تغذية راجعة مباشرة
- تصحيح الأخطاء لحظة حدوثها
- تكيف التمارين وفق قدرات الطلبة
- تنظيم الأداء عبر أوراق الواجب

وهو ما أشار إليه (عطية) عند تأكيده أهمية الالتزام الزمني واستخدام أوراق العمل لتتبع التمارين [8: 230].

خطة المعلم تضمنت:

- بطاقة متابعة دقيقة
- عدد ثابت من التكرارات
- خطوات واضحة لتعلم المهارات

وهذا ما يتسق مع ما أوضحه (نجاح) حول دور التكرار والممارسة المنتظمة في تحسين التحكم الحركي ودقة التنفيذ. [129: 10]

الاستنتاجات

- العصف الذهني أسهم بفعالية في تطوير المهارات الفنية لدى الطلبة.

- ساعد في تعزيز الاستقرار النفسي خلال العملية التعليمية.
- الجمع بين التفاعل العقلي والدعم النفسي زاد من فعالية البرنامج التعليمي.

التوصيات

- اعتماد أساليب تدريس حديثة تستند إلى التفاعل والمشاركة.
- تعميم استخدام العصف الذهني في تعليم المهارات الرياضية.
- إدماج الجانب النفسي في العملية التعليمية لضمان نتائج أفضل.

المصادر:

1. ريسان مجيد خربيط: مناهج البحث في التربية الرياضية، الموصل، مطابع جامعة الموصل، 1988.
2. وجيه محجوب: طرق البحث العلمي ومناهجه، ط2، بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1988.
3. وفاء يحيى: واقع الاستقرار النفسي لدى طلبة المرحلة الثالثة في أداء المهارات على جهاز حصان القفز، مجلة جامعة ذي قار لعلوم التربية البدنية، المجلد ١، العدد ٤.
4. معيوف ذنون حنتوش(واخرون): المبادئ الفنية والتعليمية للجمباز والتمارين البدنية، جامعة الموصل، 1985.
5. قاسم حسن حسين (واخرون): الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية، الموصل، مطابع لتعليم العالي، 1990.
6. كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين: اللياقة البدنية مكوناتها، الاسس النظرية، الاعداد البدني، طرق القياس، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، .
7. مصطفى محمد الفار: الدليل الى صعوبات التعلم، دار يافا، ط1، 2003.
8. عطية محسن بن علي: الجودة الشاملة والجديد في التدريس، دار صفاء لنشر والتوزيع، عمان. 2009.
9. مرفت علي خفاجة ومصطفى السايح: المدخل الى طرائق تدريس التربية الرياضية، ط1، القاهرة، مصر، 2007.
10. نجاح مهدي شلش، وأكرم صبحي، التعلم الحركي، البصرة، جامعة البصرة، ط2، 2000.

الملاحق

ملحق رقم (1)

مقياس الاستقرار النفسي

ت	الفقرة	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة ضعيفة
1.	امتلك الكثير من الاستقرار داخل قاعة الجمناستك			
2.	احس بالراحة الكبيرة من خلال ما امتلكه من علاقات ايجابية مع زملائي بالدرس			
3.	امتلك القدرة بالتعامل مع أجهزة الجمناستك بكل يسر وراحة			
4.	امتلك علاقات ايجابية مع مدرسي المادة لانهم يزدون من تحفيزهم لدي			
5.	يحفزني مدرس الجمناستك لتأدية المهارات لمطلوبة مني بكل يسر من خلال التشجيع			
6.	راضي عن نفسي من خلال ما قدمته لنفسي من مستوى تدريبي صحيح			
7.	اعمل بجد وبجهد كبير من اجل ان احقق ما تمنى الوصول اليه خلال درس الجمناستك			
8.	تربطني مع زملائي في الدرس علاقات جميل مبنية على اسس الاحترام المتبادل			
9.	يساعدني مدرس الجمناستك في تأدية بعض الحركات الصعبة الجمناستك			
10.	احب ان اساعد زميلائي اثناء الدرس من خلال تقديم المساعدة لهم			
11.	اثق بالأجهزة الموجودة في قاعة الجمناستك لأنها توفر لي الحماية بشكل كبير .			
12.	عائلتي توفر لي حرية التصرف الصحيح على المستوى الجيد الذي يرضيهم			
13.	امتلك حب للدوام في الكلية واعمل على تطوير فسي من تحسين مستوى اللياقة البدنية لدي			
14.	احاول ان اصل الى مستويات اعلى من الذي انه فيه بالشكل الصحيح			
15.	ادي الحركات على أجهزة الجمناستك بكل يسر ودون قلق او خوف من الاصابة			
16.	امتلك الشجاعة الكبيرة في تأدية الحركات على جهاز أجهزة الجمناستك دون قلق			
17.	احاول ان اصل تحقيق العلامة الكاملة في تأدية الحركات على أجهزة الجمناستك بالشكل الصحيح.			

			امتلاك ثقة كبيرة في صحتي البدني وفي تأدية المهارات بشكل صحيح على أجهزة الجمناستك	18
			امتلاك الخوف من تعرضي لإصابات اثناء القيام بالحركات على أجهزة الجمناستك	19
			اشعر بالخوف من ان اتعرض الى اصابه اثناء تأدية حركات أجهزة الجمناستك	20