



The effect of a Zumba-based exercise program to learning the skill of passing overhand volleyball and developing interactive thinking for students (11-12) years old

Safaa Moath Gerges^{*1} , Asst. Prof. Dr. Shaza Hazem Korkis² ,

Asst. Prof. Dr. Intizar Farouk Elias³ 

^{1,2,3} University of Mosul. College of Education for Women. Department of Physical Education and Sports Sciences, Iraq.

*Corresponding author: Safa.23gep23@student.uomosul.edu.iq

Received: 13-06-2025

Publication: 28-10-2025

Abstract

Every institution has a specific system, including educational institutions that adopt the foundations of the educational system. This system begins with kindergarten and ends with academic study in universities. This system depends on important components, namely (curriculum - student - teacher). This system cannot succeed without the success of these three elements and the extent of their integration and connection with each other. The curriculum is taught, the teacher teaches, and the student studies. Providing integrated, balanced, and flexible curricula that are capable of development imposed upon them by the variables and developments in the field of education and teaching, and that meet the needs of students and instill in them human and sporting values and principles. The process of evaluating a curriculum depends on collecting information and data that indicate its strengths and weaknesses. This process can involve a single party, such as students, teachers, parents, educational supervisors, and administrators, or the evaluation can be joint among these parties.

Keywords: Zumba Workouts, Learning Passing Skills, Volleyball.



أثر برنامج قائم على تمارينات الزومبا في تعلم مهارة المناولة من الأعلى بكرة الطائرة وتنمية التفكير
التفاعلي للتلاميذ (11-12) سنة

صفا معاذ جرجيس ، أ.م.د. شذى حازم كوركيس ، أ.م.د. انتظار فاروق الياس
العراق. جامعة الموصل. كلية التربية للبنات. قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

Safa.23gep23@student.uomosul.edu.iq

تاريخ استلام البحث 2025/6/13 تاريخ نشر البحث 2025/10/28

الملخص

أن لكل مؤسسة نظام معين ومنها المؤسسات التربوية التي تعتمد أسس النظام التربوي التعليمي وهذا النظام الذي يبدأ من رياض الأطفال وتنتهي بالدراسة الأكاديمية في الجامعات وهذا النظام يعتمد على مفاصل مهمة ألا وهي (المنهج - التلميذ - المعلم) ولا يمكن نجاح هذا النظام ألا بنجاح هذه العناصر الثلاثة ومدى تكاملها وارتباطها ببعض فبالمنهج يدرس والمعلم يدرس والتلميذ يدرس ان توفير مناهج دراسية متكاملة و متوازنة ومرنة قابلة للتطوير الذي تحتمه عليها المتغيرات والمستجدات في مجال التربية والتعليم وتلبي حاجات الطلبة وترسخ القيم والمبادئ الإنسانية والرياضية لديهم ان عملية تقويم المنهج تعتمد على جمع المعلومات والبيانات التي تشير إلى نواحي القوة والضعف فيه ويمكن ان تشترك في هذه العملية جهة واحدة مثل الطلبة أو المدرسين أولياء الأمور أو المشرفين التربويين والإداريين أو يكون التقويم مشترك بين هذه الأطراف.

الكلمات المفتاحية تمارينات الزومبا، تعلم مهارة المناولة، كرة الطائرة.

1-المقدمة:

تعد تمارينات الزومبا هي تمارينات لياقة بدنية كولومبي أحدثه بيتو بيريز في التسعينات، ويعتمد على الرقص اللاتيني والتمارين الرياضية. ويتلقى حوالي 14 مليون شخص دروساً أسبوعية في الزومبا في 14 ألف مكان فيما يفوق 150 دولة وقد ابتدأت عام 1990 وكانت على يد الكولومبي البيرتو بيريز "بيتو" وهي حركات رقص لاتينية تمثل مجموعة من أنواع الرقص اللاتيني (كالسامبا- سالسا-ريقتون-كومبيا- مير ينغي- بيلي دانس) وهي من أسرع أنواع التمارين الرياضية انتشاراً في العالم، وهي عبارة عن مجموعة من الرقصات لكل رقصة تصميم معين على إيقاع الألحان اللاتينية وبإمكان الزومبا حرق ما بين 500 إلى 800 سعرة حرارية في الساعة، بالإضافة إلى أنها تقضي على الاكتئاب. وتعد فوائد رياضة الزومبا من أنواع الرياضة التي تعزز صحة القلب وتنشط الأوعية الدموية والقدرة على التحمل بفضل الحركات الإيقاعية التي تساعد على ضخ الدم في القلب وتوزيع الأكسجين بكفاءة أكثر في الجسم، ما يؤدي إلى تحسين مستويات اللياقة البدنية لديك عامةً وتقوية القلب أكثر خاصةً. وتقدم الزومبا فوائد صحية عدّة بالإضافة إلى تحسين اللياقة البدنية، إذ إنها من التمارين الرياضية الفعالة في حرق السرعات الحرارية والدهون، فتساعد في فقدان الوزن وتتحيف البطن وتعمل أيضاً على تعزيز التوازن (العويري، 2015، 42)

وتعد مهارة المناولة من الأعلى من أكثر أشكال المناولات استعمالاً بالنسبة للمبتدئين وضمنها لسهولة أدائها وهي أساس لجميع أشكال المناولات (التمريرات) بالكرة الطائرة، إذ يتوقف عمل أغلب المدربين للعملية التدريبية على كيفية تعليمها وإتقانها للاعبين لأنها تساعد على إتقان أشكال التمريرات جميعها ، لذلك يجب إعطاؤها الوقت الكافي في عملية تعليمها وتدريبها للاعب مع ضرورة تصحيح الأخطاء التي تظهر في أثناء الأداء في بداية تعلمها، فضلاً عن ذلك يجب التأكيد عند أداء هذه المهارة على الارتفاع والمسافة (البعد) والاتجاه حتى يكون لدى اللاعب القدرة على مواجهة كافة الظروف والمتغيرات التي يتعرض لها في أثناء اللعب. (الدليمي وآخرون، 2014، 54-55)

وتعد مهارات التفكير النقدي الطريقة المثلى في استمطار الأفكار وتوليدها حيث إن الأفكار المتفاعلة والمتلاحقة تأتي بأفكار جديدة تختلف عن الأفكار الأولى، وتساعد في إيجاد حلول إبداعية لمشكلة مستعصية حيث إن النظر للمشكلة بعينين أفضل من النظر إليها بعين واحدة، وفي هذه الطريقة تتحدى الأفكار المختلفة والتي سيتم مناقشتها من قبل المتعلمين بغض النظر عن مدى الاختلاف أو الاتفاق بينهم. (محمد، وآخرين، 2018، 320)

وان تنمية مهارات التفكير التفاعلي لدى التلاميذ يجعلهم قادرين على حل المشكلات واتخاذ القرارات والفهم الجيد للمواقف المختلفة وذلك بتهيئة الأنشطة وتنظيم المواقف التعليمية التي تتطلب من التلميذ الوصول إلى النتائج من خلال فحص ومعالجة المعلومات الخاصة بهذه المواقف، وتشجيع التلميذ على استدعاء الأفكار التي ترتبط بحل المشكلة المعروضة عليهم والقيام بالمناقشات الجماعية، كذلك يساهم في إكساب المتعلم فهما أعمق للمحتوى المعرفي للمادة الدراسية، ويعمل على تنشيط ذهنه باستمرار؛ مما يؤدي إلى إحداث تعلم فعال؛ مما يجعل المتعلم يطور خبراته وأبنيته المعرفية، ويساعده على توليد الأفكار (محمد ، 2020 ، 8)

وتكمن أهمية البحث من خلال التعرف على برنامج قائم على تمارين الزومبا في تعلم المناولة من الأعلى وتنمية التفكير التفاعلي لدى تلاميذ بأعمار 11-12 سنة.

ان ممارسة تمارين الزومبا يحقق تطويرا في المهارات الأساسية لكونها تحتوي على تمارين مختلفة تشمل جميع أعضاء الجسم وبمصاحبة موسيقية وتبعث على الراحة والسرور في الوقت نفسه، وأن عملية تطوير المناهج الدراسية ضرورية كي يستطيع النظام التعليمي ان يواجه المسؤوليات الملقة على عاتقه ولبناء أجيال يمكنها التكيف بسهولة مع متغيرات العصر ويجب ان يرتبط هذا التطور باليات نقل المعرفة للأفراد لابد ان تساهم محتوى الدراسة المتطور . في البلدان المتقدمة تكثر ظاهرة التقييم للمناهج من وقت لآخر وتكثر بالتالي عمليات تطوير المناهج نتيجة لعمليات التقييم هذه بالتالي إدخال ما تراه مناسبا من برامج ومناهج تعليمية. وللمكانة المهمة للمحتوى في المنهج كونه يتكون من مهارة وخبرات مباشرة وغير مباشرة فمن المفيد القيام بالتقويم لهذا العنصر لمواكبة التطورات لمكونات النظام المعرفي وكذلك قواعد وقوانين اللعبة بما يتلاءم مع قدرات وإمكانيات التلاميذ وتشخيص نقاط القوة والضعف يقصد اقتراح الحلول التي تصحح مسارها وكيف يمكن التعرف على ما بلغناه من نجاح في تحقيق الأهداف التي نسعى إلى تحقيقها بحيث يكون عوناً على تحديد المشكلات وتشخيص الأوضاع ومعرفة العقبات والمعوقات بقصد تحسين العملية التعليمية ورفع مستواها ومساعدتها على تحقيق أهدافها لذا ارتأت الباحثون الخوض في مجال تغيير الجزء الإعدادي إلى تمارين بمصاحبة الموسيقى لترى مدى استجابة التلاميذ بهذه الأعمار لهذه التمارين كونها على تماس مباشر معهم من خلال عملها. ويعاني العديد من تلاميذ المرحلة الابتدائية من ضعف في التفاعل مع المواقف التعليمية اليومية نتيجة الاعتماد على بعض أساليب التدريس التقليدية التي لا تنمي مهارات التفكير النشط أو التفاعلي. ومع ذلك، تزداد أهمية التعليم النشط وتنمية التفكير في سن مبكرة، وتبرز الحاجة إلى فهم أثر تنمية مهارات التفكير التفاعلي في تحسين القدرة على الفهم، والتعلم، والمشاركة الصفية. ومن هنا تتحدد مشكلة البحث في السؤال الرئيسي التالي: ما أثر تنمية مهارات التفكير التفاعلي في تحسين مستوى التعلم لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية؟ ويتبادر في ذهن سؤال ان البرنامج القائم على تمارين الزومبا في تعلم المناولة من الأعلى بكرة الطائرة لدى تلاميذ بأعمار 11-12 سنة.

ويهدف البحث الى:

1-الكشف عن أثر تمرينات الزومبا في تعلم مهارة المناولة من الأعلى بكرة الطائرة للتلاميذ بأعمار (11-12) سنة.

2-الكشف عن أثر تمرينات الزومبا في تنمية التفكير التفاعلي للتلاميذ بأعمار (11-12) سنة.

2- إجراءات البحث:

1-2 منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي للمجموعتين التجريبية والضابطة المتكافئتين ذو الاختبارين القبلي والبعدي لملائمته لطبيعة مشكلة.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

تمثل مجتمع البحث بتلاميذ الصف الخامس الابتدائي بمدرسة سيناء الابتدائية للبنين من عمر (11-12) للعام الدراسي (2024-2025) والبالغ عددهم 100 تلميذ مقسمين على شعبتين (أ-ب) والجدول (1) يبين ذلك.

1-عينة التجربة الاستطلاعية: تم اختيار 10 تلميذاً من عدد من التلاميذ المتبقي من مجتمع البحث وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية وكما هو مبين بالجدول (1).

2-عينة إعداد مقياس التفكير التفاعلي: تم اختيار 50 تلميذاً من عدد التلاميذ المتبقي من مجتمع البحث ممن لم يشتركوا في عينة البحث الرئيسية كما مبين في الجدول (1).

3- عينة البحث الرئيسية (عينة التجربة): تم اختيار (40) تلميذ تمثيل المجتمع تمثيلاً صادقاً وحقيقياً وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية بأسلوب (القرعة)، وتم توزيع عينة البحث الرئيسية بالتساوي على شعبتين كالآتي:

20- تلميذ من شعبة (أ) يمثلون المجموعة التجريبية التي ستدرس تمرينات الزومبا ومقياس التفكير التفاعلي.

20- تلميذ من شعبة (ب) يمثلون المجموعة الضابطة التي ستدرس بالأسلوب المتبع من قبل المعلم ومقياس التفكير التفاعلي.

جدول (1) يبين طبيعة توزيع مجتمع البحث وعيناته والنسب المئوية لها

ت	الشعب	العدد الكلي	عينة التجربة الاستطلاعية	عينة أعداد المقياس	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة
-1	أ	50	5	25	20	
-2	ب	50	5	25		20
	العدد الكلي	100	10	50	20	20
	النسب المئوية	%100	%10	%50	%20	%20

- تكافؤ عينة البحث:

تكافؤ مجموعتي البحث: " ينبغي على الباحث تكوين مجموعات متكافئة في الأقل فيما يتعلق بالمتغيرات التي لها علاقة بالبحث. (فانداين، 1984، 398)

- التكافؤ بالعمر والوزن والعمر للمجموعتين التجريبية والضابطة:

جدول (2) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحتسبة بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في الطول والوزن والعمر

المتغير	وحدة القياس	المجموعة الضابطة س	المجموعة التجريبية س	قيمة (ت) المحتسبة	قيمة Sig
الطول	سم	139.45	142.55	2.075	0.063
الوزن	كغم	35.887	35.297	0.358	0.722
العمر	سنة	11.25	11.4	0.975	0.324

* مستوى دلالة $0,05 \geq$

يتبين من الجدول (2) ان بلغت قيمت (ت) المحسوبة لمتغيرات الطول والوزن والعمر بين المجموعة الضابطة والتجريبية لـ ... (2.075، 0.358، 0.975) على التوالي، وبلغت قيم الدلالة (Sig) (0.063، 0.722، 0.324) وهي جميعها أكبر من مستوى الدلالة (0.05) وهذا يعني وجود فروق غير معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لمتغيرات الطول والوزن والعمر لـ ...، عليه يتبين أن المجموعتين متكافئتين ...

– التكافؤ في عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في تعلم أهم المهارات الأساسية للكرة الطائرة والاختبارات المناسبة لها:

بعد أن حصل الباحثون على أهم عناصر اللياقة البدنية والحركية واختباراتها، وحسب الأهمية النسبية في الترتيب والتسلسل المنطقي لتنفيذها من وجهة نظر السادة المختصين في مجال القياس والتقييم والتعلم الحركي ومدرسي المادة قامت الباحثون بإجراء عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث وذلك في بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في الأداء الفني للمهارات الأساسية للكرة الطائرة وعناصر اللياقة البدنية والحركية التي رشحتها واختباراتها.

وقد قام الباحثون باستخدام اختبار (ت) لعينين مستقلتين للتأكد من تحقيق التكافؤ بين مجموعتي البحث في اختبارات اللياقة البدنية والحركية المختارة وعلى ضوء النتائج المبينة في الجدول (3).

جدول (3) يبين نتائج اختبار "ت" بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في اختبارات بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية المختارة

المتغير	وحدة القياس	التجريبية		الضابطة		قيمة (ت)	قيمة	الدلالة
		س	ع ⁺	س	ع ⁺	المحتسبة	Sig	
عدو 30م	ثانية	7.279	0.762	7.445	0.39	0.866	0.392	غير معنوي
رمي كرة طبية زنة (1 كغم) من فوق الرأس من وضع الجلوس	متر	3.268	0.333	3.237	0.38	0.274	0.785	غير معنوي
الوثب الطويل من الثبات	متر	1.528	0.223	1.463	0.157	1.073	0.29	غير معنوي
ثني الذراعين ومدهما من وضع الاستناد الأمامي خلال (10) ثواني	ثانية	12.25	1.996	11.25	1.743	1.687	0.1	غير معنوي
وقوف على رجل واحدة	ثانية	0.952	0.66	1.16	0.731	0.98	0.333	غير معنوي
الحجل اقصى مسافة ممكنة في (10) ثواني	ثانية	19.745	0.732	19.618	0.698	0.559	0.579	غير معنوي
ركض شكل 8	ثانية	7.279	0.762	7.445	0.39	0.866	0.392	غير معنوي
قياس المدى الحركي للكتفين من وضع المد الكامل للذراعين	سم	48.7	7.63	49.2	5.97	0.231	0.819	غير معنوي

* مستوى دلالة $0,05 >$

– التكافؤ في المناولة من الأعلى:

جدول (4) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحتسبة بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في الأداء الفني للمناولة من الأعلى

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية س	المجموعة الضابطة س	قيمة (ت) المحتسبة	قيمة Sig
المناولة من الأعلى	درجة	3.300	3.250	0.444	0.216

3-2 وسائل جمع المعلومات والبيانات:

– المصادر والمراجع العلمية العربية والأجنبية.

– الاختبارات والمقاييس

– المقابلات الشخصية

2-4 أداة البحث (المقياس التفكير التفاعلي):

مقياس التفكير التفاعلي حرصت الباحثون على الرجوع إلى الكثير من الدراسات المحلية والعربية لتعيين مقياس يتوافق مع أهداف البحث، وبعد البحث تم الاستقرار على المقياس المعد من قبل خضير (2020) والذي يتضمن (30) فقرة، يقابل كل فقرة من فقرات المقياس ثلاثة بدائل هي (دائماً، أحياناً، إطلاقاً) تم عرضه على الخبراء وتم أسقاط (10) فقرات من فقرات المقياس واختيار بدائل (نعم، لا) لتناسب عينة البحث.

2-4-1 المواصفات العلمية للمقياس:

أولاً: صدق الظاهري للمقياس:

تم التأكد من صدق المقياس باستخدام الصدق الظاهري، عن طريق تصميم استبيان خاص بمقياس التفكير التفاعلي، وتوزيعه على الخبراء في اختصاص (كرة الطائرة، الاختبارات والقياس، طرائق التدريس، والتعلم الحركي) لتأكيد صلاحيته على عينة البحث، وبعد جمع الاستمارات تبين للباحثة أن نسبة اتفاق الخبراء كانت (100%).

الجدول (5) يبين النسبة المئوية لآراء الخبراء والمختصين حول صلاحية فقرات مقياس التفكير التفاعلي

ت	الفقرات	الموافقون	غير الموافقون	النسبة المئوية
1	اسعد بالمشاركة مع تلاميذ صفي بالتفكير.	11	0	%100
2	انتبه وأتفاعل مع أفكار تلاميذ صفي.	9	2	%81
3	أصر على فكري في وضع حل مناسب للمشكلة التعليمية حول أي مهارة من مهارات كرة الطائرة.	9	2	%81
4	أسعى لأتواصل مع تلاميذ صفي لحل المشكلة.	9	2	%81
5	استعمل العبارات التالية مع تلاميذ صفي "ما رأيك، اتفق معك، دعونا نلعب معا."	11	0	%100
6	في حالة تعرضي لمشكلة ما اطلب المساعدة من زملائي في حلها.	10	1	%90
7	أتعاون مع تلاميذ صفي وأطرح الأفكار المختلفة وخصوصا عند تعلم مهارة بكرة الطائرة.	9	2	%81
8	استمتع بالعمل الجماعي مع زملائي عند ممارسة كرة الطائرة.	11	0	%100
9	أتعاون وأشارك بطرح الأفكار المختلفة التي تخص مهارات كرة الطائرة.	9	2	%81
10	استمتع بالعمل الجماعي أكثر من العمل الفردي.	11	0	%100
11	أحب ان أفكر وحدي للحصول على الحل الصحيح.	9	2	%81
12	أفضل الجلوس وعدم مشاركة تلاميذ صفي عند تعلم مهارات كرة الطائرة.	9	2	%81
13	انجز الأنشطة التعليمية والتمارين الخاصة بالمهارة بشكل أفضل عندما أكون لوحد.	9	2	%81
14	اكتسب مهارات جديدة حول مهارات كرة الطائرة عند الحوار مع تلاميذ صفي.	11	0	%100
15	أشارك بأفكاري مع تلاميذ صفي.	9	2	%81
16	لدي القدرة على التعبير عن أفكاري ومناقشتها مع تلاميذ صفي.	9	2	%81
17	عندما اعمل لوحد داخل الصف اشعر بالضيق.	9	2	%81
18	أجد صعوبة في تنظيم أفكاري من اجل الأداء الأفضل إذا كنت بمفردي.	9	2	%81
19	اسأل التلاميذ عن مهارات كرة الطائرة التي لا افهمها حتى تتضح الفكرة.	9	2	%81
20	أتعلم أحسن عندما أتعاون مع الآخرين	11	0	%100

ثانيا: قياس صدق وثبات الاستبيان بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار:

يعرف الثبات بأنه قدرة أداة الاستبيان على إعطاء نفس النتائج إذا تم تكرار القياس على نفس العينة في نفس الظروف وهناك عدة طرق لقياس الثبات منها (طريقة الاختبار وأعادته الاختبار، طريقة التجزئة النصفية ، معامل الفا كرو نباخ)، يقتضي التحقق من الثبات بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار، في توزيع الاستبيان على عينة من المبحثن مرتين وبفارق زمني مناسب كأن يكون مثلاً (أسبوعان) ، وفي دراستنا قمنا بتوزيع الاستبانة على (50) تلميذ وبعد أسبوعين قمنا بتوزيع نفس الاستبانة على نفس التلاميذ، وبعد الحصول على البيانات تم اخذ المعدل للفقرات، وبعد ذلك تم حساب معامل الارتباط في الفترتين ، والنتائج مبينة في الجدول (6) ، حيث تبين لدينا وجود علاقة ارتباط قوية وذلك بدلالة قيمة معامل الارتباط والتي بلغت (0.956) وإن هذه العلاقة معنوية بدلالة القيمة الاحتمالية والتي بلغت (0.000) وهي اقل من (0.05) ، أي ان هناك ثبات بالاستبيان .

الجدول (6)

P-value	معامل الارتباط	الفقرات البعدي		الفقرات القبلي		العبارات	المتغير
		المعدل	المجموع	المعدل	المجموع		
0.000	**0.956	1.276	1276	1.212	1212	Q1-Q20	مقياس التفكير التفاعلي

ثالثاً: قياس الاتساق الداخلي:

يعرف الاتساق الداخلي هو مدى ترابط كل فقرة من فقرات الاستبانة مع الدرجة الكلية، حيث تؤثر النتائج المبينة في الجدول (7) إلى ارتباط كل فقرة بشكل معنوي مع الدرجة الكلية لمقياس التفكير التفاعلي وذلك بدلالة قيمة معامل الارتباط والتي ظهرت جميع قيمه موجبة وان هذا الارتباط ذات دلالة معنوية بموجب القيمة الاحتمالية المرافقة له والتي بلغت اعلى قيمة فيها (0.029) وهي اقل من (0.05).

جدول (7)

المحور	الفقرة	قيمة الارتباط	P-value
مقياس التفكير التفاعلي	Q1	0.597	0.000
	Q2	0.609	0.000
	Q3	0.425	0.002
	Q4	0.515	0.000
	Q5	0.392	0.004
	Q6	0.425	0.002
	Q7	0.459	0.001
	Q8	0.372	0.007
	Q9	0.306	0.029
	Q10	0.442	0.001
	Q11	0.588	0.000
	Q12	0.486	0.000
	Q13	0.483	0.000
	Q14	0.386	0.005
	Q15	0.458	0.001
	Q16	0.343	0.014
	Q17	0.332	0.017
	Q18	0.450	0.001
	Q19	0.515	0.000
	Q20	0.609	0.000

2-5 البرنامج التعليمي:

استخدم الباحثون الخطوات التي يتضمنها البرنامج التعليمي لدرس التربية الرياضية (مادة الطائرة) والمقررة للتلاميذ (11-12) أعمار للسنة الدراسية 2024-2025 والذي يتضمن المهارات الأساسية، إذا قاموا الباحثون بأعداد برنامج ل وحدات تعليمية على وفق التمرينات الزومبا وأسلوب التدريس المتبع من قبل المعلم. إذا تضمن البرنامج التعليمي (4) وحدة تعليمية وبواقع (2) وحدات لتمرينات الزومبا (2) لأسلوب التدريس المتبع من قبل المعلم كما موضح بالجدول أدناه:

- المجموعة التجريبية (شعبة أ) درست على وفق التمرينات الزومبا.
- المجموعة الضابطة (شعبة ب) درست على أسلوب التدريس المتبع من قبل المعلم.

2-6 التجربة الاستطلاعية:

2-6-1 التجربة الاستطلاعية الأولى الخاصة بتطبيق تمرينات الزومبا:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية لتمرينات الزومبا في يوم الأحد (2024/10/20) على مجموعة من التلاميذ الصف الخامس الابتدائي وعددهم (5) بهدف التعرف على اهم المعوقات التي ترافق عملية تطبيق تمرينات الزومبا ومدى ملائمتها للتلاميذ.

2-6-2 التجربة الاستطلاعية الخاصة بتطبيق مقياس التفكير التفاعلي:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية لمقياس التفكير التفاعلي في يوم الاثنين (2024/10/21) على مجموعة من التلاميذ الصف الخامس الابتدائي وعددهم (5) كان الهدف منها التعرف على مدى وضوح فقرات المقياس والتعرف على زمن الإجابة.

2-6-3 التجربة الاستطلاعية للأداء الفني للمناولة من الأعلى:

قام الباحثون ومعلم المادة وبمساعدة فريق العمل المساعد بتجربة استطلاعية على (10) من التلاميذ في عملية تصوير الأداء الفني للمناولة من الأعلى بالكرة الطائرة وذلك يوم الأحد 2024/10/20 الموافق كان الهدف من التجربة الآتي:

- معرفة بعد وارتفاع آلة التصوير عن مكان منطقة الأداء الفني.
- التعرف على كيفية وضع آلة التصوير ثابتة أم متحركة والأخطاء المحتملة عند تنفيذ الأداء الفني للمناولة من الأعلى بالكرة الطائرة.
- كفاية فريق المساعد.

كان من نتائج التجربة التعرف على المسافة بين موقع التلميذ المؤدي ومكان وضع آلة التصوير فكانت على بعد (4) م من مكان الأداء، والتعرف على ارتفاع عدسة آلة التصوير البالغة (140) سم ووضع آلة التصوير الثابتة

2-7 الاختبار القبلي:

تم إجراء اختبار الأداء الفني الخاص بمهارة المناولة من الأعلى للتلاميذ المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بتاريخ 2024/10/27 يوم الثلاثاء بساحة مدرسة سيناء الابتدائية للبنين وكاميرا نوع (سوني) وتم تحضير شبكة وكرات عدد (10) تخطيط ملعب كرة الطائرة على ساحة المدرسة. وأجراء اختبار قبلي بتوزيع استبيان التفكير التفاعلي للتلاميذ يوم الخميس المصادف 2024/10/29 للتلاميذ الصف الخامس المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة أي شعبة (أ-ب).

2-8 تنفيذ البرنامج التعليمي:

تم تنفيذ البرنامج التعليمي للمجوعتين التجريبية والضابطة في يوم الأحد 2024/11/3 ولغاية 2024/12/26 إذ استخدمت المجموعة التجريبية تمارين الزومبا الخاصة بمهارة المناولة من الأعلى واستخدمت المجموعة الضابطة أسلوب المعلم المتبع ولكل مجموعة وحدتين تعليميتين.

2-9 الاختبار البعدي:

إجراء اختبار الأداء الفني الخاص بمهارة المناولة من الأعلى للتلاميذ المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بتاريخ 2024/12/29 يوم الاثنين بساحة مدرسة سيناء الابتدائية للبنين وكاميرا نوع (سوني) وتم تحضير شبكة وكرات عدد 10 تخطيط ملعب كرة الطائرة على ساحة المدرسة. وأجراء اختبار بعدي بتوزيع استبيان التفكير التفاعلي للتلاميذ يوم الأربعاء المصادف 2024/12/30 للتلاميذ الصف الخامس المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة أي شعبة (أ-ب).

2-10 الوسائل الإحصائية: استخدم البرنامج الإحصائي (SPSS) (29) في معالجة نتائج البحث:

3- عرض النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لمجموعتي البحث ومناقشتها:

3-1-1 عرض نتائج الاختبار (القبلي. البعدي) للمجموعة التجريبية ومناقشتها:

الجدول (8) يبين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة t	قيمة sig	الدلالة
	س	ع	س	ع			
المناولة من الأعلى	3.300	0.470	7.100	1.020	16.905	0.001	معنوي
التفكير التفاعلي	38.9	1.41	37.85	1.089	2.622	0.017	معنوي

معنوي عند نسبة خطأ 0.05 يتبن لنا من الجدول بان القيمة الاحتمالية sig اصغر من 0.05 مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين للمجموعة التجريبية والضابطة ولصالح الاختبار البعدي ويؤكد الباحثون سبب هذا التحسن هو اعتماد تمارينات الزومبا ، في تدريس هذه المجموعة وتأثيره على تحسن نتائجها، بالإضافة إلى التمارينات المختارة في الجزء الإعدادي من الخطة، اذ اسهم كل منهما في إثارة التلميذ وإخراج كل قدراته وإمكانيات ومهاراته ومعارفه السابقة التي بدورها أثمرت في تحسين وتطوير المهارة المختارة وأدائها بالجزء الختامي لهذه الدراسة لدى التلاميذ، فضلا عن ذلك ترى الباحثون ان اعتبار التلميذ مركز للعملية التعليمية والعناية به وإسناده مسؤولية إدارة تعلمه وتقويمه في عملية التعلم يعتبر عاملا مهما وأساسيا في التقدم في عملية التعلم بشكل أسرع وأكثر اقتصادا بالجهد والوقت وهذا ما تم التماسه بصورة واضحة عند استعمال تمارينات الزومبا، اذا يرى الربيعي (2011) "أن التعلم الذي يخلق لدى الطالب روح العمل وتحمل المسؤولية والاعتماد على النفس وفق ما مرسوم ومتفق عليه وفق أهداف محددة هو من أنواع التعلم الناجحة في التربية الرياضية"

(الربيعي، 2011، 36)

كما يؤكد الباحثون أن الوسائل التعليمية الحديثة كان لها الأثر البالغ على تطور الأداء في الاختبار البعدي، وهذا يؤيد مع ما ذكره (زغلول، وآخرون) "أن الأسلوب الذي تستخدم فيه الوسائل التعليمية الحديثة وما فيها من إمكانيات متنوعة يمكن أن تزيد من فعالية الطريقة التعليمية المستخدمة وأيضاً تزيد من إيجابية الطالب نحو الدرس وتشويق وأثارة لدى المتعلمين وتحفزهم على اكتساب خبرات ومعارف بصورة أكثر فاعلية حيث أنها تجعل الدرس أكثر حيوية وبالتالي تنعكس على التلاميذ بصورة خبرات مختلفة ومتراكمة". (زغلول، وآخرون، 2001، 32)

3-1-2 عرض نتائج الاختبار (القبلي. البعدي) للمجموعة الضابطة ومناقشتها:

الجدول (9) يبين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة t	قيمة Sig	الدلالة
	ع	س	ع	س			
المناولة من الأعلى	0.444	3.250	0.470	4.700	12.704	0.001	معنوي
التفكير التفاعلي	0.598	37.6	1.225	37.65	0.149	0.883	غير معنوي

معنوي عند نسبة خطأ 0.05 يتبن لنا من الجدول بان القيمة الاحتمالية sig اصغر من 0.05 مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين للمجموعة التجريبية والضابطة ولصالح الاختبار البعدي، وتعزو الباحثون وجود الفروق المعنوية في مستوى الأداء لصالح الاختبار البعدي إلى تأثير أسلوب مدرس المادة في عرض المادة التعليمية في (التفكير التفاعلي وتعلم المناولة من الأعلى)، والذي اتسم في الإثارة والتشويق وكذلك من خلال التمارين المستخدمة في الجزء التطبيقي من الخطة الدراسية المعدة لهذه المجموعة على وفق مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب لتطوير المتغيرات ، هذا يتفق مع (نصيف، 2000) "في أن إعطاء التمرينات المنظمة والعلمية له تأثير كبير في تطوير الأداء". كما يؤكد (شلش ومحمود، 1994) "إن تعلم المهارة يتم عن طريق الممارسة والتدريب المنظم وفقاً لخطوات تعليمية بسيطة ثم الانتقال التدريجي من السهل إلى الصعب"

(شلش ومحمود، 1994، 130)

كل ذلك أدى إلى تطور الأداء في الاختبار البعدي لهذه المجموعة ولكن ليس بمستوى التطور الذي وصلت اليه المجموعة التجريبية. وعلى وفق كل ما ذكر تقبل الفرضية الأولى للبحث والذي تنص: "على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم المناولة من الأعلى بكرة الطائرة وتنمية التفكير التفاعلي للتلاميذ ولصالح الاختبار البعدي".

3-1-3 عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (10) بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية والضابطة

المتغيرات	التجريبية		الضابطة		قيمة t	قيمة sig	الدالة
	س	ع	س	ع			
المناولة من الأعلى	7.100	1.020	4.700	0.470	9.550	0.001	معنوي
التفكير التفاعلي	38.45	0.998	31.3	1.78	15.667	0.000	معنوي

معنوي عند نسبة خطأ 0.05 يتبين لنا من الجدول بأن القيمة الاحتمالية sig اصغر من 0.05 مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين للمجموعة التجريبية والضابطة ولصالح الاختبار البعدي، وتعزو الباحثون أن السبب الإيجابي لهذا التفوق يعود إلى تعليمهم تمارينات الزومبا التي تبث فيهم روح الحماس والمنافسة للأداء افضل حيث اسهم ذلك وبصورة واضحة إنجاح عملية التعلم من خلال تقديم فرص تعليمية أكبر ومجال أوسع للتلاميذ باعتبارهم محور عملية التدريس، لاكتساب الخبرة وتهيئة ظروف فعالة ومناسبة لكل تلميذ داخل المجموعة خلال الوقت المخصص للدرس والذي يعكس وإيجاباً على حصول التلميذ على تفاصيل مهمة ودقيقة للمهارات المختارة، وكذلك من خلال التأكيد على ما يمتلكه التلميذ من معلومات سابقة عن المهارة ودعمها بمعلومات جديدة تساعد على تسهيل عملية التعلم، وتعزيزاً لما ذكره تتفق الباحثون مع ما ذهب إليه (ميثاق، 2016) "بأن التحسن الذي حدث للمجموعات التجريبية في أداء المهارات يعود إلى أن المتعلم يعتمد على الخبرات المكتسبة والتكرار وصولاً إلى مرحلة إتقان المهارة وفاعلية العمل الجماعي للمتعلمين وتبادل الآراء والأفكار من أجل التوصل على فهم جيد للمهارات المعنية بالتعلم من الخطوات المهمة التي تعزز العملية التعليمية". (ميثاق، 2016، 98)

وتعقياً على النتائج أعلاه ودلالاتها تؤكد الباحثون على أن تطور مستوى طلاب المجموعة التجريبية التي وتفوقهم على المجموعة الضابطة، سببه إيجابية أعداد وتخطيط الوحدات التعليمية الخاصة بالمجموعة التجريبية والتي أتاحت للمعلم تقديم وعرض المادة بصورة تفصيلية وممتعة أكثر من المجموعة الضابطة، وربطها بالمعلومات والخبرات السابقة للتلاميذ، كما تعزو الباحثون ذلك أيضاً إلى البيئة الإيجابية التي امنها المدرس خلال تطبيق البرنامج تمارينات الزومبا وما احتوته من خطوات واضحة ومعلومات دقيقة ومركزة، والتي أثمرت في تطوير الجانب الذهني التفكيرى وبشكل كبير لدى التلاميذ، وتتفق هذه النتيجة مع (الهادي، 2005). من أن البيئة الإيجابية تعمل على خلق روح الأبداع وتحفز المتعلمين على التفكير وتحمل المسؤولية.

(الهادي، 2005، 32)

كذلك يعزو الباحثون هذا التحسن إلى كفاءة التمرينات المناسبة والمتنوعة والتي تم اختيارها بدقة لتعليم المهارات، والتي أثرت وبشكل إيجابي على جعل الدرس أكثر واقعياً وحيوياً وتشويقاً، مما انعكس ذلك على التفاعل الإيجابي للتلاميذ واندفاعهم لأداء المهارات وتطبيقها بصورتها الصحيحة بكل رغبة ومتعة، إذا ان التنوع والتجديد في استخدام التمرينات والطرق والأساليب عند تدريس المهارات الرياضية هو الأكثر ملائمة في إيجاد أجواء تنسم بالتشويق والأثارة والمتعة لدى التلميذ فيسهم في تعلم واكتساب سريع للحركات والفعاليات الرياضية.

وفي نفس الصدد أشار (عدنان، 2007) في أن تنظيم التمرينات المهارية وتنوعها وزيادة عدد محاولاتها مع استعمال أدوات التدريبية مساعدة يساهم في إضفاء جو جديد يثير لدى المتعلم نوعاً من المتعة والاندفاع نحو أداء هذه التمرينات وتكرارها من دون أن تثير لديه مشاعر الملل أو الضجر.

(عدنان، 2007، 141)

كما رجح الباحثون أفضلية تلاميذ المجموعة التجريبية إلى اعتماد المدرس الوسائل التعليمية: (الداتا شوا والموسيقى مع تمرينات الزومبا والتي أسهمت في جذب انتباههم. ورغبته في التعلم من خلال نقل الصور الحقيقية للأداء المهاري والذي إتاحة المجال أمام التلاميذ لتعديل معارفهم وأفكارهم السابقة واكتساب معلومات وأفكار جديدة. وهذا ما أكدته (الأطوي، 2009، 92) أن الوسائل التعليمية تنمي قدرة التلميذ على التأمل ودقة الملاحظة واتباع التفكير العلمي للوصول إلى حل المشكلات. وهذا الأسلوب يؤدي بالضرورة إلى تحسين نوعية التعلم ورفع الأداء عند التلاميذ بالإضافة إلى مساعدتها على تنويع أساليب التعليم لمواجهة الفروق الفردية بين المتعلمين. (الأطوي والزبيدي، 2009). كما تشير النتائج في الجدول أعلاه، إلى التفوق الواضح للمجموعة التجريبية التي تعلمت وفقاً لتمرينات الزومبا على المجموعة الضابطة في التفكير التفاعلي، فتعزو الباحثون سبب هذا التفوق إلى تأثير تمرينات الزومبا وما تتضمنه من تفعيل للمهارات العقلية العليا التي من شأنها تنمي مهارات التفكير التفاعلي، والتي بدورها تفسح المجال أمام التلاميذ للتفكير في المشكلة ومناقشتها، وأبداء الآراء، والربط بينها، والبحث عن الأجوبة التي تدعم آراءهم ونقدها، وهذا ما أكدته (جمال، 2020) "ان التنمية مهارات التفكير التفاعلي لدى التلاميذ يجعلهم قادرين على حل المشكلات واتخاذ القرارات والفهم الجيد للمواقف المختلفة، وذلك بتهيئة الأنشطة وتنظيم المواقف التعليمية التي تتطلب من التلاميذ الوصول إلى النتائج من خلال فحص ومعالجة المعلومات الخاصة بهذه المواقف، وتشجيع التلميذ على استدعاء الأفكار التي ترتبط بحل المشكلة المعروضة عليهم، والقيام بالمناقشات الجماعية، كذلك يساهم في إكساب المتعلم فهماً أعمق للمحتوى المعرفي للمادة الدراسية، مما يؤدي إلى إحداث تعلم فعال.

(جمال، 2020، 8)

وبهذا تتحقق الفرضية الثانية للبحث والتي تنص على توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم المناولة من الأعلى بكرة الطائرة وتنمية التفكير التفاعلي للتلاميذ ولصالح المجموعة التجريبية.

4-الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

1-تفوق المجموعة التي تعلمت تمرينات الزومبا على المجموعة الضابطة في تعلم التلاميذ لمهارة المناولة من الأعلى وتنمية التفكير التفاعلي

2-ان البرنامج القائم على تمرينات الزومبا وما تضمنته من التشويق والأثارة أتاحت فرصة جيدة للتلاميذ للتفاعل النشط والتنافس فيما بينهم وبطريقة مرغوبة لديهم، مما ساعد ذلك على تحسن مستوى التلاميذ في مهارة المناولة من الأعلى والتفكير التفاعلي.

3-ان التدريس التلاميذ تمرينات الزومبا وتطبيقها في مواقف جديدة مما يجعل دورهم إيجابيا في تعلم مهارة المناولة من الأعلى وتحقيق مستوى أعلى في تنمية التفكير التفاعلي.

4-2 التوصيات:

1-اعتماد تمرينات الزومبا في أثناء تعليم مهارة المناولة من الأعلى بكرة الطائرة للتلاميذ المدارس الابتدائية

2-دعوة لكليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات والمؤسسات التربوية العراقية إدخال تمرينات الزومبا لإضفاء روح المرح والحماس لدى تلاميذ وطلاب المدارس الابتدائية والثانوية وطلاب الجامعات لما لها من طابع جديد في تعلم التمارين ولتحقيق أفضل النتائج في تعلم المهارات الرياضية المختلفة.

المصادر

- العويري، نداء دياب ديب، (2015): أثر برنامج الزومبا على دهنيات الدم وتركيب الجسم والتمثيل الغذائي خلال الراحة والجسم وتقدير الذات لدى الإناث من أعمار (18-25)، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- عطية، عليم حسن، (2008): المناهج وطرائق التدريس التربية، دار المناهج للنشر والتوزيع، الأردن.
- محمد، محمد جمال صالح، أحمد، سامية جمال حسين، عبد الراضي، علاء الدين أحمد (2018): تنمية مهارات التفكير التفاعلي ضرورة حتمية لمواجهة تحديات العصر الرقمي، مجلة كلية التربية، جامعة أسوان، العدد (33).
- محمد، محمد جمال صالح، (2020): مدى تضمين مهارات التفكير التفاعلي في منهج التاريخ للصف الأول الثانوي (دراسة وصفية تحليلية)، مؤتمر شباب الباحثين الثاني بجامعة أسوان للفترة (16-18) أبريل 2020، جامعة أسوان، المجلد (1).
- كوستا، آرثر، كاليك، بيتا، (2003): تقويم عادات العقل وإعداد تقارير عنها، ترجمة مدارس الظهران الأهلية بالمملكة العربية السعودية، ط1، الدمام، دار الكتاب التربوي للنشر والتوزيع.
- الاطوي، وليد وعد الله، والزيدي، قصي حازم (2009): طرائق تدريس التربية الرياضية، دار ابن الأثير للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
- الربيعي، محمد صبحي (2011): التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضة، ط1، دار الضياء للطباعة والتصميم، النجف الأشرف.
- زغلول، محمد سعد، وآخرون (2001): تكنولوجيا التعليم وأساليبها في التربية الرياضية، ط1، (مركز الكتاب للنشر).
- 9- شلش، نجاح ومحمود، وأكرم، محمد صبحي (1994): التعلم الحركي، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة البصرة.
- لزوم، وآخرون (2005): أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم، (ب، ت، بغداد).
- ميثاق، غازي محمد، ويونس، أسراء عبد الرضا (2016): تأثير منهج بايبي البنائي في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة الطائرة على طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. (مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية، جامعة البصرة، العدد 18).

- نصيف، محسن علي (2000): منهج تدريبي مقترح لتطوير بعض الصفات البدنية الخاصة في اختبار كوبر لحكام كرة القدم، (رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية).
- الهادي، محمد (2005): نظم المعلومات التعليمية-الواقع والمأمول، الدار المصرية اللبنانية للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
- فاندالين، ديوبولد (1984): مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ترجمة (محمد نبيل نوفل وآخرون) ط3، 398، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- L. S.Brennan.Reliability. R. L. (1989) In R. L. Linn (Ed.) ، Source: Feldt Educational *measurement* (pp. 105–146). Macmillan Publishing Co، Inc ; American Council on Education.