

تأثير تمارينات التهيئة الذهنية وفقا لأنموذج انتوستل في تنمية دافعية الاداء الحركي وتعلم عدد من المهارات الحركية لجمناستك الطالبات

أ.م.د. علي فنام رشيد العبيدي

alirashed@uomosul.edu.iq

جامعة الموصل/ كلية التربية الاساسية

الملخص

يهدف البحث الحالي الى الكشف عن: تأثير تمارينات التهيئة الذهنية وفقا لأنموذج انتوستل بأنماطه الثلاث في تنمية دافعية الاداء الحركي للطالبات، فضلا عن تأثير تمارينات التهيئة الذهنية وفقا لأنموذج انتوستل بأنماطه الثلاث في تعلم عدد من المهارات الحركية لجمناستك للطالبات، وافترض الباحث بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي بين أفراد مجاميع البحث في تنمية دافعية الاداء الحركي للطالبات، كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي بين أفراد مجاميع البحث في تعلم عدد من المهارات الحركية للطالبات ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة وتم تحديد مجتمع البحث بطريقة عمدية والمتمثلة بطالبات السنة الدراسية الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية بجامعة الموصل للعام الدراسي (٢٠٢٥-٢٠٢٦م)، والبالغ عددهن (٤٢) طالبة من القاعة الدراسية (F)، تم توزيع مقياس نموذج انتوستل عليهن من اجل معرفة انماطهن المفضلة التعلم وبعد جمع الاستبيان وتقريره تبين ان (١٧) طالبة ذو النمط العميق بنسبة (٤٠.٤٧%) و(١٥) ذو النمط السطحي بنسبة (٣٥.٧١%) و(١٠) ذو النمط الاستراتيجي بنسبة (٢٣.٨٠%).. واستنتج الباحث ما يأتي: اظهرت النتائج تفوق طالبات النمط الاستراتيجي على النمطين العميق والسطحي في تنمية دافعية الاداء الحركي وتعلم بعض المهارات الحركية بجمناستك الطالبات.

الكلمات المفتاحية: تمارينات التهيئة الذهنية، نموذج انتوستل، دافعية الاداء الحركي، المهارات الحركية، الجمناستك.

The Effect of Mental Preparation Exercises Based on the Anostel Model on the Development of Motivation for Motor Performance

and the Acquisition of a Range of Motor Skills Among Female Gymnasts

AssistProf. Dr. Ali Fattah Rashid Al-Obaidi

College of Basic Education, University of Mosul

Abstract:

The present study aims to investigate: the effect of mental preparation exercises based on Anostel's model and its three patterns on the development of female students' motivation for motor performance, as well as the effect of mental preparation exercises based on Anostel's model and its three patterns on the acquisition of a number of gymnastic motor skills among female students

The researcher hypothesised that there would be statistically significant differences in the results of the pre- and post-tests among the research groups regarding the development of female students' motivation for motor performance, as well as statistically significant differences in the results of the pre- and post-tests among the research groups regarding the learning of a number of motor skills by female students.

The researcher employed an experimental approach using a matched-pairs design. The research population was selected on a purposive basis, comprising second-year female students in the Department of Physical Education and Sports Sciences at the Faculty of Basic Education, University of Mosul, for the academic year 2025-2026. comprising 42 female students from Lecture Hall F. The Enneagram scale was administered to them to identify their preferred learning styles. After collecting and analysing the questionnaires, it was found that 17 students (40.47%) had a deep learning style, , 15 had a surface learning style (35.71%) and 10 had a strategic learning style (23.80%).. The researcher concluded the following: the results showed that students with the strategic learning style outperformed those with the deep and surface learning styles in developing motivation for motor

performance and learning certain motor skills in the students' gymnastics.

Keywords: Mental Preparation Exercises, Anostel model, motivation for motor performance, motor skills. Gymnastics.

١- التعريف بالبحث:

١- المقدمة وأهمية البحث:

لقد شهد مجال التعلم الحركي تطوراً كبيراً وخصوصاً فيما يتعلق بتهيئة المواقف التعليمية بشكل يستثير دوافع المتعلمين والوصول إلى الهدف من العملية التعليمية، إذ أن عملية التعلم تركز على وسيلة مهمة لنقل المعارف والمعلومات من المدرس إلى المتعلم وهذه الوسيلة هي طريقة التعلم التي كلما كانت مناسبة تمت عملية التعلم بصورة أفضل وأسرع وبجهد أقل، (ان من احدى مبادئ التعلم الحركي هو التأكيد على التعلم المتوازن بين الأداء المهاري والذهني والترابط والتداخل بينهما إذ يعتمد مقدار نسبة التوازن على توقيتات استخدامها وعلى الاختلاف في نوع الفعالية الفرعية أو الفردية وعلى محيط الاداء والاختلافات الفردية للمتعلمين في الانتباه والتركيز والقابلية البدنية والاسترجاع الذهني وغيرها). (المالكي، ١٩٩٨، ٢).

ويعد نموذج أنتوستل من النماذج التعليمية الحديثة التي تستند إلى تصنيفات أنماط التعلم وتركز على أساليب التعلم المختلفة لقدرات المتعلمات، وربط المعرفة الجديدة بالخبرات السابقة، وتشجيع المتعلمات على الفهم والاستيعاب بدلاً من الحفظ والتلقين، مما يساعد على تحسين الأداء الحركي وتثبيت التعلم. كما يسهم هذا النموذج في خلق بيئة تعليمية تفاعلية تعزز دافعية المتعلمات وتدعم مشاركتهن الإيجابية في عملية التعلم.

وتعد دافعية الأداء الحركي من المتغيرات النفسية المهمة المؤثرة في عملية التعلم الحركي، لما لها من دور فاعل في توجيه سلوك المتعلمات وزيادة مستوى الإقبال على التعلم والمثابرة أثناء الأداء، مما يسهم في سرعة اكتساب المهارات الحركية، مما ينعكس إيجابياً على سرعة تعلم المهارات الحركية وسرعة أدائها. ومن هنا برزت الحاجة إلى استخدام نماذج تعليمية حديثة تسهم في إثارة الدافعية وتحسين نواتج التعلم الحركي.

تعد رياضة الجمناستك من الرياضات التي تعتمد بدرجة كبيرة على التحكم في حركة الجسم وإتقان الأداء المهاري، مما يجعل تطوير المهارات الحركية أمراً أساسياً في برامج التربية البدنية الموجهة للطالبات، كما أن تعليم الطالبات على هذه المهارات يساعد على تحسين مستوى الأداء الحركي، ويعزز الثقة بالنفس، ويزيد من القدرة على التحكم بالجسم أثناء أداء الحركات المختلفة مثل الدرجات والوقوف على اليدين والتوازن. لذلك يولي المختصون اهتماماً كبيراً بتعليم المهارات الحركية الأساسية كأساس لتعلم مهارات الجمناستك الأكثر تعقيداً.

وانطلاقاً من أهمية ما تقدم، جاءت هذه الدراسة للكشف على تأثير نموذج أنتوستل في تنمية دافعية الأداء الحركي وتعلم عدد من المهارات الحركية في الجمناستك لدى الطالبات، لما لهذا الموضوع من أهمية علمية وتطبيقية تسهم في تطوير الاساليب تعليم الجمناستك والارتقاء بالمستوى المهاري والنفسي للطالبات إضافة إلى إسهامها في تكوين قاعدة مهارية تساعد الطالبات على تعلم الحركات الجمناستك بطريقة صحيحة وأمنة في مؤسسات التعليم العالي بصورة عامة وفي مجال التربية البدنية بصورة خاصة.

١-٢ مشكلة البحث:

ان الهدف الأساسي الذي تركز عليه عملية التهيئة الذهني هو استحضار الصورة الاولية للمهارات والحركية التي تمت مشاهدتها عن طريق حاستي البصر والسمع سواء من المدرس او الوسائل التعليمية وخبزنها في الذاكرة حيث اكدت معظم الدراسات على ان التعلم الحركي يهدف إلى الوصول إلى حالة الاداء الجيدة من خلال تنمية العمليات العقلية مع زيادة القدرة على اعادة التكرار لتثبيت التحكم في الاداء وتركيز الانتباه من اجل الوصول الى الهدف المنشود.

اذا ان الاساليب المتبعة في تعليم مهارات الجمناستك تعتمد غالباً على الأساليب التقليدية التي قد لا تراعي الفروق الفردية بين الطالبات من الناحيتين الذهني والحركية، ولا تسهم بالشكل الكافي في إثارة الدافعية الداخلية لديهن أو تعزيز مشاركتهن الإيجابية في عملية التعلم. وفي ظل التطور المستمر في نماذج واستراتيجيات التعلم الحركي الحديثة، برز نموذج إنتوستل (بوصفه أحد النماذج التي تركز على أنماط التعلم، وتنشيط دور المتعلمة، وربط الدافعية بأساليب التعلم، مما قد يسهم في تحسين دافعية الأداء الحركي وتعلم المهارات الحركية.

ومن هنا تتحدد مشكلة البحث في التساؤل الرئيس الآتي:

ما تأثير استخدام تأثير تمرينات التهيئة الذهنية وفقاً لنموذج أنتوستل في تنمية دافعية الأداء الحركي وتعلم عدد من المهارات الحركية في الجمناستك لدى الطالبات؟

١-٣ أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي الى الكشف عن:

١-٣-١ تأثير تمرينات التهيئة الذهنية وفقاً لنموذج أنتوستل بأنماطه الثلاث في تنمية دافعية الاداء الحركي لطالبات السنة الدراسية الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الاساسية جامعة الموصل.

٢-٣-١ تأثير تمرينات التهيئة الذهنية وفقاً لنموذج أنتوستل بأنماطه الثلاث في تعلم عدد من المهارات الحركية لجمناستك لطالبات السنة الدراسية الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الاساسية جامعة الموصل.

٣-٣-١ الأفضلية بين الانماط الثلاث في تنمية دافعية الاداء الحركي لطالبات السنة الدراسية الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الاساسية جامعة الموصل.
٣-٣-١ الأفضلية بين الانماط الثلاث في تعلم عدد من المهارات الحركية لجناستك لطالبات السنة الدراسية الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الاساسية جامعة الموصل.

٤-١ فرضيات البحث:

١-٤-١ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي بين أفراد مجاميع البحث في تنمية دافعية الاداء الحركي لطالبات السنة الدراسية الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الاساسية جامعة الموصل.

٢-٤-١ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي بين أفراد مجاميع البحث في تعلم عدد من المهارات الحركية لطالبات السنة الدراسية الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الاساسية جامعة الموصل.

٣-٤-١ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين أفراد مجاميع البحث في تنمية دافعية الاداء الحركي لطالبات السنة الدراسية الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الاساسية جامعة الموصل.

٤-٤-١ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين أفراد مجاميع البحث في تعلم عدد من المهارات الحركية لطالبات السنة الدراسية الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الاساسية جامعة الموصل.

٥-١ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري: طالبات السنة الدراسية الثانية في جامعة الموصل في كلية التربية الاساسية بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة.

٢-٥-١ المجال الزمني: ٢٠٢٦/٢/٨ ولغاية ٢٠٢٦/٤/٨.

٣-٥-١ المجال المكاني: قاعة الجناستك في كلية التربية الاساسية جامعة الموصل.

٦-١ تحديد المصطلحات:

١-٦-١ تمرينات التهيئة الذهنية:

-عرفها Robert. and Daniel (2024) بأنها: "عملية منظمة يستخدم فيها الفرد استراتيجيات عقلية مثل التخيل والانتباه والاسترخاء من أجل تحسين الأداء الحركي والتحكم في الاستجابات النفسية قبل وأثناء النشاط البدني". (Robert. and Daniel.2024.p333)

١-٦-٢- انموذج انتوستل:

-عرفه زاير واخرون (٢٠١٤) بأنه: "نموذج يتمتع بدرجة مرتفعة من الصدق والقدرة على التنبؤ بالتحصيل الدراسي لدى الطلاب في المراحل التعليمية المختلفة" (زاير واخرون، ٢٠١٤، ٤٢٩) ويتضمن ثلاثة أنماط:

١-٦-٢-١ النمط العميق :

"يتسم المتعلمون الذين يفضلون هذا النمط برغبتهم في البحث عن المعنى وعدم تقبلهم الأفكار من دون فحص وتمحيص ومحاولة الربط بين التعلم الجديد والتعلم السابق وقدرتهم على وصف الأفكار وربطها وتكاملها وميلهم لي استخدام الأدلة والبراهين".

١-٦-٢-٢ النمط الاستراتيجي:

"يهتم المتعلمون الذين ينتمون الى هذا النمط بالحصول على الدرجات أكثر من اهتماماتهم لمهمات التعلم لذلك نجدهم".

١-٦-٢-٣ النمط السطحي:

"من سمات المتعلمين الذين يميلون الى هذا النمط انهم يهتمون بحفظ المعلومات التي تتصل بالأسئلة ويعتمدون في تعلمهم على التعليمات الواضحة والأساليب التعلم المنطقية في الوصول إلى المعلومات ويهتمون بحفظ محتوى من حقائق ومفاهيم واستنكارها".

١-٦-٣ دافعية الاداء الحركي:

عرفها (النوري، ١٩٩٠) بانها: "هي مجموعة الظروف الداخلية والخارجية التي تحرك الفرد من اجل إعادة التوازن الذي اختل فالدافع بهذا المفهوم يشير إلى نزعة للوصول إلى هدف معين وهذا الهدف قد يكون إرضاء حاجات داخلية أو رغبات داخلية". (النوري، ١٩٩٠، ١١٣)

١-٢ منهج البحث:

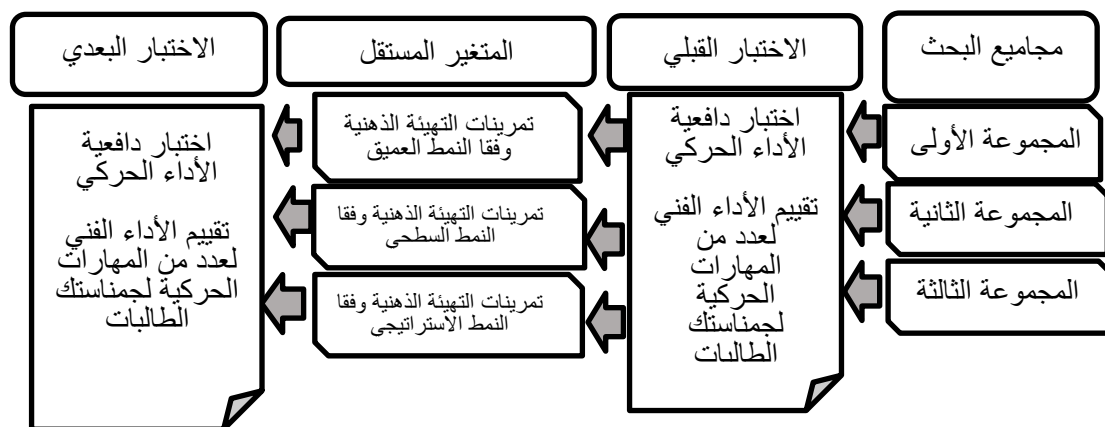
استخدم المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة مشكلة البحث، إذ يعد المنهج التجريبي من أفضل مناهج البحث لحل المشكلات بطريقة علمية. (عودة وملكاوي، ١٩٨٧، ١٠٦)

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بطريقة عمدية والمتمثلة بطالبات السنة الدراسية الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية بجامعة الموصل للعام الدراسي (٢٠٢٥-٢٠٢٦م)، والبالغ عددهن (٤٢) طالبة من القاعة الدراسية (F)، تم توزيع مقياس نموذج انتوستل عليهن من اجل معرفة انماطهن المفضلة للتعلم وبعد جمع الاستبيان وتفرغته تبيّن ان (١٧) طالبة ذو النمط العميق بنسبة (٤٧.٤٠%) و(١٥) ذو النمط السطحي بنسبة (٣٥.٧١%) و(١٠) ذو النمط الاستراتيجي بنسبة (٢٣.٨٠%).

٢-٣ التصميم التجريبي للبحث:

أقدم الباحث على استخدام التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم (تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الملاحظة القبلية والبعدي المحكمة الضبط). (فأن دالين, ١٩٨٤, ٣٨٤).



الشكل (١) يوضح التصميم التجريبي المستخدم في البحث

٢-٤ الملاحظة العلمية:

استخدم الباحث الملاحظة العلمية التقنية لتقييم الأداء المهاري لبعض المهارات الحركية لجمناستك الطالبات، إذ يشير (البناء، ٢٠٠٨) "أنه يمكن قياس التعلم من خلال البناء الظاهري ويتم عن طريق استخدام استمارة تقييم فن الأداء ويستخدمها متخصصون في فن الأداء وحسب الفعالية الرياضية إذ يقومون بإعطاء درجات حسب الأداء المهاري للطالب آخذين بنظر الاعتبار الانسيابية في الحركة وترابط أقسامها". (البناء، ٢٠٠٨، ٩٩)

٢-٥ أدوات البحث:

٢-٥-١ مقياس نموذج انتوستل:

تم الاعتماد على مقياس انتوستل من دراسة (التميمي، ٢٠١٩) ويتكون المقياس من (٢٤) فقرة موزعة ثلاثة اساليب رئيسية للتعلم هي (العميق، والسطحي، والاستراتيجي) ولكل اسلوب (٨) فقرات وامام الفقرات وضعت البدائل (موافق تماما، موافق، متردد، غير موافق، غير موافق بشدة) وعند التصحيح تأخذ الاوزان (٥، ٤، ٣، ٢، ١). والمطبق على البيئة العراقية ويتمتع بالأسس العلمية.

٢-٥-٢ مقياس دافعية الاداء الحركي:

استخدم الباحث مقياس دافعية الأداء الحركي المعد من قبل (خالد، ٢٠٢٠) كما موضح في الملحق (٢) والذي يتكون من (٣٤) فقرة، ذات ثلاث بدائل (دائما، أحيانا، نادرا). وبهذا تكون الدرجة العليا للمقياس (١٠٢) والدنيا (٣٤) والمتوسط الفرضي (٥١).

٢-٥-٣ صدق المقاييسين:

تم عرض مقياس انتوستل ودافعية الأداء الحركي على مجموعة من السادة الخبراء في التعلم الحركي وطرائق التدريس وعلم النفس الرياضي ومدرسي مادة الجمناستك الملحق (١) على صورة استبيانين من اجل ابداء الملاحظات والتعديلات عليه، من حيث سلامة الفقرات لقياس ما وضعت من اجله، وبعد جمع المقياس تمت موافقة جميع السادة الخبراء على جميع الفقرات بنسبة أكثر من (٩٠%) لمقياس انتوستل و(٩٣%) لمقياس دافعية الأداء الحركي.

٢-٥-٤ ثبات المقاييسين:

تم حساب معامل الثبات بطريقة إعادة الاختبار وبفارق زمني قدره أسبوعين وتم حساب معامل الارتباط البسيط بين الاختبارين وكانت (٠,٩٣) لمقياسي انتوستل و(٠,٩١) لمقياس دافعية الأداء الحركي.

٢-٥-٥ موضوعية الاختبارين:

قام الباحث بالتحقق من موضوعية مقياسي انتوستل ودافعية الأداء الحركي من خلال وضوح الفقرات والتعليمات الخاصة وطريقة القياس واحتساب الدرجة ونسبة اتفاق الخبراء على ذلك.

٢-٦ القياسات والاختبارات:

نقصد هنا بالقياسات هي قياس (العمر، الطول، الكتلة)

أما الاختبارات نقصد بها:

- اختبارات الصفات البدنية والحركية.

- اختبار دافعية الأداء الحركي.

- اختبار بعض المهارات الحركية لجمناستك الطالبات.

٢-٧ تجانس عينة البحث: تم التجانس لأفراد عينة البحث في المتغيرات الآتية:

العمر / مقاسا بالشهر .

الطول / مقاسا بالسنتيمتر .

الكتلة / مقاسا بالكيلو غرام.

للتحقق من تجانس أفراد عينة البحث ولتجنب العوامل التي قد تؤثر في نتائج التجربة فقد

أخذت القياسات الخاصة بمتغيرات (العمر، الطول، الكتلة) لأفراد العينة البحث وبيين الجدول

الجدول (١) يبين نتائج تحليل التباين بين المجموعات في متغيرات (العمر، الطول، الكتلة)

ت	المتغيرات الإحصائية	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع الحرة	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) * المحصوية	قيمة sig
١	العمر	شهر	بين المجموعات	١,١٦٨	٢	٠,٥٨٤	٠,٠١٧	٠,٠٩٨٣
			داخل المجموعات	١٣٣٩,٩٧٥	٣٩	٣٤,٣٥٨		
			المجموع	١٣٤١,١٤٣	٤١	٣٤,٣٥٨		
٢	الطول	سم	بين المجموعات	٤١,٣٤٥	٢	٢٠,٦٧٢	٠,٠٠٩	٠,٠٦٠٥
			داخل المجموعات	١٥٨٤,٧٧٥	٣٩	٤٠,٦٣٥		
			المجموع	١٦٢٦,١١٩	٤١	٤٠,٦٣٥		
٣	الكتلة	كغم	بين المجموعات	٠,٠٦٣٠	٢	٠,٠٣١٥	٠,٠٢٠	٠,٠٩٨٠
			داخل المجموعات	٩٠٧,٤٧٥	٣٩	٢٣,٢٦٩		
			المجموع	٩٠٨,٤٠٥	٤١	٢٣,٢٦٩		

يتبين من الجدول (١) وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعات البحث الثلاث في كل من (العمر والطول والكتلة) إذ تراوحت قيمة (sig) على التوالي (٠.٩٨٣، ٠.٦٠٥، ٠.٩٨٠) وهي أكبر من نسبة خطأ $\geq (٠.٠٥)$ مما يشير إلى تجانس عينة البحث في تلك المتغيرات.

ولتطبيق اختبارات الدراسة الحالية فقد استعان الباحث بفريق عمل مساعد متمكن ذي خبرة علمية ودراية في تطبيق هذه الاختبارات.

٢-٨ تكافؤ مجاميع البحث:

عندما يهدف الباحث الى اكتشاف العلاقات السببية، لا يقف دوره عند مجرد ابراز المتغير المستقل وضبط طريقة ظهوره فحسب، وإنما يجب عليه فضلاً عن ذلك، أن يتعرف على المتغيرات والعوامل الاخرى التي تؤثر في المتغير التابع ويثبتها.

لذا يجب على الباحث في أية تجربة أن يحدد خصائص المفحوصين التي يمكن ان تؤثر في المتغير التابع، من مثل الذكاء أو الجنس او الخبرات التربوية أو الأسرية فضلاً عن العوامل الأخرى، ولا يمكنه أن يقدر بدقة كافية أثر المتغير المستقل على المتغير التابع، حتى يجد بعض الوسائل لضبط هذه المتغيرات التي ترجع الى مجتمع العينة. (فان دالين، ١٩٧٧، ٣٨٢).

٢-٨-١ التكافؤ في بعض الصفات البدنية والحركية:

لغرض تحقيق التكافؤ بين مجموعات البحث الثلاث في بعض الصفات البدنية والحركية، استخدم الباحث أسلوب تحليل المحتوى للمصادر العلمية وتم التكافؤ بين المجموعات البحث الثلاث في بعض الصفات البدنية والحركية واختباراتها، وللتأكد من تكافؤ المجموعات الثلاث استخدم الباحث تحليل التباين باتجاه واحد والجدول (٢) يبين ذلك.

الجدول (٢) يبين نتائج تحليل التباين بين المجموعات الثلاث في بعض الصفات البدنية والحركية

ت	المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) * المصوبة	قيمة sig
١	القوة الانفجارية للرجلين	سم	بين المجموعات	٠.٥٤٦	٢	٠.٢٧٣	٠.٠٦٧	٠.٩٣٦
			داخل المجموعات	٢٣٣.٦٣٨	٣٩	٤.٠٩٩		
			المجموع	٢٣٤.١٨٣	٤١			
٢	السرعة الحركية للرجلين	تكرار	بين المجموعات	٠.١٢١	٢	٠.٠٦٠	٠.٠٣٠	٠.٩٧٠
			داخل المجموعات	١١١.٤٧٩	٣٩	١.٩٥٦		
			المجموع	١١١.٦٠٠	٤١			
٣	السرعة الحركية للذراعين	تكرار	بين المجموعات	٠.٠٠٤	٢	٠.٠٠٢	٠.٠٠٧	٠.٩٩٣
			داخل المجموعات	٨.١١٢	٣٩	٠.٢٠٠		
			المجموع	٨.١١٦	٤١			
٤	الرشاقة	ثا	بين المجموعات	١٢.٣٦٧	٢	٦.١٨٣	٠.٩٠٦	٠.٤١٢
			داخل المجموعات	٢٦٦.١٣٣	٣٩	٦.٨٢٤		
			المجموع	٢٧٨.٥٠٠	٤١			
٥	التوافق ما بين العين والرجلين	ثا	بين المجموعات	٠.٢٨٧	٢	٠.١٤٤	٠.٠٦٥	٠.٩٣٧
			داخل المجموعات	٨٦.١١٨	٣٩	٢.٢٠٨		
			المجموع	٨٦.٤٠٥	٤١			
٦	التوافق ما بين العين والذراعين	تكرار	بين المجموعات	٠.٠٦١	٢	٠.٠٣٠	٠.٠٣٣	٠.٩٦٧
			داخل المجموعات	٣٥.٥٨٢	٣٩	٠.٩١٢		
			المجموع	٣٥.٦٤٣	٤١			

*معنوي عند نسبة خطأ $< (٠.٠٥)$ عند درجة حرية (٢-٣٩)
يتبين من الجدول (٢) وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعات البحث الثلاث في بعض الصفات البدنية والحركية إذ تراوحت قيمة (sig) على التوالي (٠.٩٣٦، ٠.٩٧٠، ٠.٩٩٣، ٠.٤١٢، ٠.٩٣٧، ٠.٩٦٧) وهي أكبر من نسبة خطأ $\geq (٠.٠٥)$ مما يشير إلى تكافؤ مجموعات البحث الثلاث.

٢-٩-٢ التكافؤ في دافعية الأداء الحركي:

أقدم الباحث على تطبيق اختبار التكافؤ بمقياس دافعية الأداء الحركي لمجاميع البحث الثلاث، باستخدام تحليل التباين باتجاه واحد والجدول (٣) يبين ذلك.

الجدول (٣) يبين نتائج تحليل التباين بين مجموعات البحث في دافعية الأداء الحركي

المعلم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة(ف)* قيمة(ف) المحسوبة	قيمة sig
مقياس دافعية الأداء الحركي	درجة	بين المجموعات	٠.٤٦١	٢	٠.٢٣٠	٠.٠٠٨	٠.٩٩٢
		داخل المجموعات	١١٦٨.٠١٦	٣٩	٢٩.٩٤٩		
		المجموع	١١٦٨.٤٧٦	٤١			

*معنوي عند نسبة خطأ $< (٠.٠٥)$ عند درجة حرية (٢-٣٩)

يتبين من الجدول (٣) وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعات البحث الثلاث في مقياس دافعية الأداء الحركي إذ بلغت قيمة (sig) (٠,٩٩٢) وهي أكبر من نسبة خطأ $\geq (٠.٠٥)$ مما يشير إلى تكافؤ مجموعات البحث الثلاث في هذا الاختبار وهو بمثابة اختبار

٢-٩-٣ التكافؤ في بعض المهارات الحركية:

للتأكد من تكافؤ المجموعات الثلاث في بعض المهارات الحركية استخدم الباحث تحليل التباين باتجاه واحد والجدول (٤) يبين ذلك

الجدول (٤) يبين نتائج تحليل التباين للاختبارات القبليّة بين المجاميع الثلاث في تعلم بعض المهارات الحركية

بجمناستك الطالبات

ت	المعلم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة(ف)* قيمة(ف) المحسوبة	قيمة Sig	مستوى الدلالة
١	الوقوف على التراس	درجة	بين المجموعات	٠.٢٨٢	٢	٠.١٤١	٠.٣٦٦	٠.٦٩	دال
			داخل المجموعات	١٥.٠٥١	٣٩	٠.٣٨٦			
			المجموع	١٥.٣٣٣	٤١				
٢	الوقوف على التدين	درجة	بين المجموعات	٠.٥٧١	٢	٠.٢٨٥	٠.٤٤٠	٠.٦٤	دال
			داخل المجموعات	٢٥.٢٦٣	٣٩	٠.٦٤٨			
			المجموع	٢٥.٨٣٣	٤١				
٣	العجلة البخيرية	درجة	بين المجموعات	٠.٢٧٥	٢	٠.١٣٨	٠.٤٦٢	٠.٦٣	دال
			داخل المجموعات	١١.٦٢٩	٣٩	٠.٢٩٨			
			المجموع	١١.٩٠٥	٤١				
٤	القفز ضما	درجة	بين المجموعات	٠.٦٣٥	٢	٠.١٣٨	٠.٤٥٣	٠.٦٣	دال
			داخل المجموعات	٢٧.٣٦٥	٣٩	٠.٧٠٢			
			المجموع	٢٨.٠٠٠	٤١				
٥	القفز فتحا	درجة	بين المجموعات	٠.١١٧	٢	٠.٠٥٩	٠.٠٩٤	٠.٩١	دال
			داخل المجموعات	٢٤.٣٥٩	٣٩	٠.٦٢٥			
			المجموع	٢٤.٤٧٦	٤١				

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجتي حرية (٢-٣٩)

من الجدول (٤) يتبين وجود فروق ذات دلالة غير معنوية في نتائج الاختبار القبلية بين مجاميع البحث الثلاث في تعلم بعض المهارات الحركية بجمناستك الطالبات، إذ بلغت قيمة (Sig) لمهارات الدراسة الحالية هي على التوالي (٠,٦٩)، (٠,٦٤)، (٠,٦٣)، (٠,٦٣)، (٠,٩١)، وهي أكبر من نسبة خطأ $\geq (0,05)$ مما يشير الى تكافؤ مجاميع البحث.

٢-١٠ الوحدات التعليمية:

قامَ الباحث بعد الاطلاع على المصادر العلمية، بوضع منهاج تعليمي يتكون من (٨) وحدات تعليمية لتعليم عينة البحث بالاتفاق مع مدرسة المادة، وتم الأخذ بالوحدة التعليمية بعد أن تم عرضها على السادة المختصين في مجال (التعلم الحركي، طرائق التدريس، ومدرسي فعالية الجمناستك) وتم الاتفاق على صلاحيتها واستخدامها مع عينة البحث بعد اجراء بعض التعديلات الطفيفة عليها.

-اقسام وازمنة الوحدة التعليمية لمجاميع البحث الثلاث:

تم تقسيم الوحدة التعليمية الى ثلاثة اقسام من قبل مدرس المادة والباحث على النحو الاتي:

القسم التحضيري (١٥) دقيقة

ويشمل على:

-المقدمة وزمنها (٥) د.

-الاحماء العام وزمنه (١٠) د.

القسم الرئيسي (٦٥) دقيقة

ويشمل على:

-النشاط التعليمي وزمنه (١٥) د.

-النشاط التطبيقي وزمنه (٥٠) د.

القسم الختامي (١٠) دقيقة

ويشمل على:

- نشاط حر تقويمي وزمنه (٥) د.

- تمارين تهدئة وزمنها (٣) د.

- الانصراف وزمنه (٢) د.

٢-١٠-١ تمرينات التهيئة الذهنية:

ان أساس تطبيق تجربة هذه البحث هو استخدام تمرينات التهيئة الذهنية بعد ان تمت تقسيم عينة البحث حسب نموذج انتوستل، يتم مشاهدة أداء الحركات الخاصة بالمهارات الحركية في فعالية الجمناستك في الجزء التعليمي من الوحدة التعليمية، وفي الجزء التطبيقي وقبل البدء بتنفيذ

الأداء المهاري تقوم المتعلمة بتهيئة الذهن من خلال استذكاء واحضار المعلومات التي تمت ملاحظتها وبعد ذلك يبدأ التطبيق العملي وقبل كل تمرين مهاري تحاول المتعلمة تهيئة ذهنها من أجل تطبيق المهارة وهكذا الى ان ينتهي الجزء التطبيقي من الوحدة التعليمية.

١١-٢ التجربة الرئيسية:

تم البدء بتنفيذ الوحدات التعليمية على مجموعات البحث الثلاث يوم الأحد الموافق ٢/٨/٢٠٢٦م وبواقع وحدة تعليمية في الأسبوع الواحد وبلغ زمن الوحدة التعليمية الواحدة (٩٠) د، تم الانتهاء من تنفيذ الوحدات التعليمية لمجموعات البحث الثلاث يوم الاربعاء الموافق ٢٠٢٦/٤/٨م

١٢-٢ الاختبارات البعدية النهائية:

١-١٢-٢ اختبار دافعية الأداء الحركية:

تم اجراء دافعية الأداء الحركي يوم الخميس ٢٠٢٦/٤/٩م صباحا وبنفس وشروط التي تطبق في الاختبار القبلي.

١-١٢-٢ اختبار دافعية الأداء الحركية:

تم اجراء اختبار تقييم الأداء الفني يوم الخميس ٢٠٢٦/٤/٩م مساء وبنفس وشروط التي تطبق في الاختبار القبلي.

١٣-٢ الوسائل الإحصائية:

تمت معالجة البيانات التي توصل إليها الباحث إحصائياً من خلال الحقيبة الاحصائية

(Spss V.20):

١-الوسط الحسابي.

٢- الانحراف المعياري.

٣- معامل الارتباط المتعدد

٤- النسبة المئوية.

٥- تحليل تباين باتجاه واحد.

٦- اختبار (T-test) لعينتين مرتبطتين.

٧- اختبار أقل معنوي (L.S.D)

١-٣ عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

تضمن محتوى هذا الباب عرضاً تفصيلياً كاملاً لنتائج الاختبارات القبليّة والبعدية وتحليل التباين لجميع أفراد مجموعات البحث الثلاث، إذ تم الحصول على هذه النتائج وفقاً لقوانين الإحصاء التي تم اعتمادها من قبل الباحث من أجل تحقيق فروض البحث التي كُتبت تبعاً للأهداف.

٣-١-١ عرض نتائج الفرضية الاولى:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي بين أفراد مجاميع البحث في تنمية دافعية الاداء الحركي لطالبات السنة الدراسية الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الاساسية جامعة الموصل.

الجدول (٥) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة لاختبار دافعية الاداء الحركي لمجموعة النمط العميق

المتغيرات	وحدات القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (T) = القيمة المحسوبة	قيمة Sig	مستوى الدلالة
		س	ع	س	ع			
النمط العميق	درجة	٦٥.٦٤	٤.٩٧	٨٠.١٧	٥.٣٨	*١٠.٢٩	٠.٠٠٠	دال احصائياً

* معنوي عند نسبة خطأ $> (٠,٠٥)$ وأمام درجة حرية (١٦)

يتبين من الجدول (٥) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتوسطات الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة النمط العميق في تنمية دافعية الاداء الحركي ولصالح الاختبار البعدي وهنا يتحقق لنا صحة الفرض الأول، إذ بلغت قيمة نسبة الخطأ (٠.٠٠٠) وهي أصغر من قيمة نسبة خطأ $< (٠,٠٥)$ وأمام درجة حرية (١٦).

الجدول (٦) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة لاختبار دافعية الاداء الحركي لمجموعة النمط السطحي

المتغيرات	وحدات القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (T) = القيمة المحسوبة	قيمة Sig	مستوى الدلالة
		س	ع	س	ع			
النمط السطحي	درجة	٦٥.٤٦	٥.٢٨	٧٤.٥٣	٥.٢٠	*٨.٧٢٢	٠.٠٠١	دال احصائياً

* معنوي عند نسبة خطأ $> (٠,٠٥)$ وأمام درجة حرية (١٤)

يتبين من الجدول (٦) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتوسطات الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة النمط السطحي في تنمية دافعية الاداء الحركي ولصالح الاختبار البعدي وهنا يتحقق لنا صحة الفرض الأول، إذ بلغت قيمة نسبة الخطأ (٠.٠٠١) وهي أصغر من قيمة نسبة خطأ $> (٠,٠٥)$ وأمام درجة حرية (١٤).

الجدول (٧) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة لاختبار دافعية الاداء الحركي لمجموعة النمط الاستراتيجي

المتغيرات	وحدات القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (T) = القيمة المحسوبة	قيمة Sig	مستوى الدلالة
		س	ع	س	ع			
النمط الاستراتيجي	درجة	٦٥.٤٠	٦.٥٠	٨١.٥٠	٤.٩٩	*٧.٩٩٦	٠.٠٠١	دال احصائياً

* معنوي عند نسبة خطأ $> (٠,٠٥)$ وأمام درجة حرية (٩)

يتبين من الجدول (٧) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتوسطات الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة النمط الاستراتيجي في تنمية دافعية الأداء الحركي ولصالح الاختبار البعدي وهنا يتحقق لنا صحة الفرض الأول، إذ بلغت قيمة نسبة الخطأ (٠.٠٠١) وهي أصغر من قيمة نسبة خطأ $> (٠,٠٥)$ وأمام درجة حرية (٩).

ويعزو الباحث الى تنمية دافعية الأداء الحركي لمجاميع البحث الثلاث الى الشرح المتسلسل والواضح وتجزئة الحركات من السهل الى الصعب زاد من دافعية الطالبات نحو ممارسة الحركات نحو تحقيق الهدف من الوحدة التعليمية ويؤكد (الحيلة ، ١٩٩٩) إلى " أن المحتوى التعليمي قد يسير وفق تسلسل يبدأ بعرض المعلومة السهلة أولاً ثم ينتقل تدريجياً إلى المعلومة الأصعب منها فالأصعب إلى ان يتحقق الهدف التعليمي المطلوب" (الحيلة ، ٢٠٠٨ ، ٢١٠) فضلا عن الارتباط ما بين تحقيق الهدف والدافعية التي ازداد عند الطالبات وهذا ويؤكد (moor,2014) بأن "ارتباط الدافعية بشكل كبير لتحقيق الاهداف، فعندما يقوم الأفراد بتحقيق تقدم أتجاه الاهداف المنشودة التي وضعوها لأنفسهم فإن دافعتهم تزداد". (moor,2014,61).

٣-١-٢ عرض نتائج الفرضية الثانية

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي بين أفراد مجاميع البحث في تعلم عدد من المهارات الحركية لطالبات السنة الدراسية الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الاساسية جامعة الموصل.

الجدول (٨) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة في تعلم عدد من المهارات

الحركية لمجموعة النمط العميق

المهارات الحركية	وحدات القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (T) = المحسوبة	قيمة Sig	مستوى الدلالة
		م	ع ±	م	ع ±			
الوقوف على الرأس	درجة	٤.٤١	٠.٦١٨	٧.٠٠	٠.٥٠	١٤.٩٨	٠.٠٠٠	دال احصائياً
الوقوف على اليدين	درجة	٣.٢٩	٠.٨٤	٦.١٧	٠.٦٣	١٧.٠٨	٠.٠٠٠	دال احصائياً
العجلة البشرية	درجة	٣.٧٠	٠.٥٨	٥.٨٢	٠.٧٢	٩.٤١	٠.٠٠٠	دال احصائياً
القفز ضما	درجة	٣.٨٨	٠.٨٥	٥.٢٣	٠.٤٣	٥.٥٩	٠.٠٠٤	دال احصائياً
القفز فتحاً	درجة	٣.٧٦	٠.٧٥	٥.٤١	٠.٥٠	٦.٨١	٠.٠٠٤	دال احصائياً
الصعود على عارضة التوازن	درجة	٤.٣٥	٠.٧٠	٦.١١	٠.٧٨	٦.٠٦	٠.٠٠٠	دال احصائياً
المشي على عارضة التوازن	درجة	٤.٠٠	٠.٧٠	٥.٩٤	٠.٤٢	٨.٢٨	٠.٠٠١	دال احصائياً

* معنوي عند نسبة خطأ $> (٠,٠٥)$ وأمام درجة حرية (١٦)

يتبين من الجدول (٨) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتوسطات الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة النمط العميق في تعلم عدد من المهارات الحركية ولصالح الاختبار البعدي وهنا يتحقق لنا صحة الفرض الثاني، إذ بلغت قيمة نسبة الخطأ على التوالي (٠,٠٠٠٠, ٠,٠٠٠٠, ٠,٠٠٠٤, ٠,٠٠٠٤, ٠,٠٠٠٠, ٠,٠٠٠٠) وهي أصغر من قيمة نسبة خطأ $(٠,٠٥)$ وأمام درجة حرية (١٦)

الجدول (٩) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة في تعلم عدد من المهارات

الحركية لمجموعة النمط السطحي

المهارات الحركية	وحدات القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (T) = المحسوبة	قيمة Sig	مستوى الدلالة
		ع±	س	ع±	س			
الوقوف على الرأس	درجة	٤.٣٣	٠.٦١	٧.٠٠	٠.٥٣	١٤.٢٧	٠.٠٠٠٠	دال احصائياً
الوقوف على اليدين	درجة	٣.١٣	٠.٧٤	٧.٠٠	٠.٥٣	١٧.٩٦	٠.٠٠٠٠	دال احصائياً
العجلة البشرية	درجة	٣.٦٠	٠.٥٠	٦.٢٠	٠.٦٧	١٢.١٦	٠.٠٠٠٠	دال احصائياً
القفز ضمناً	درجة	٤.٠٠	٠.٨٤	٥.٧٣	٠.٧٠	٩.٥٣	٠.٠٠٠٠	دال احصائياً
القفز فتحاً	درجة	٣.٨٠	٠.٧٧	٥.٢٠	٠.٤١	٥.٥٠	٠.٠٠٠٧	دال احصائياً
الصعود على عارضة التوازن	درجة	٤.٤٠	٠.٧٣	٦.٠٠	٠.٧٥	٥.٢٣	٠.٠٠٠١	دال احصائياً
المشي على عارضة التوازن	درجة	٣.٩٠	٠.٧٩	٥.٩٣	٠.٤٥	٧.٢٤	٠.٠٠٠٤	دال احصائياً

* معنوي عند نسبة خطأ $(٠,٠٥)$ وأمام درجة حرية (١٤)

يتبين من الجدول (٩) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتوسطات الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة النمط السطحي في تعلم عدد من المهارات الحركية ولصالح الاختبار البعدي وهنا يتحقق لنا صحة الفرض الثاني، إذ بلغت قيمة نسبة الخطأ على التوالي (٠,٠٠٠٠, ٠,٠٠٠٠, ٠,٠٠٠٧, ٠,٠٠٠٤, ٠,٠٠٠١) وهي أصغر من قيمة نسبة خطأ $(٠,٠٥)$ وأمام درجة حرية (١٤).

الجدول (١٠) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة في تعلم عدد من المهارات

الحركية لمجموعة النمط الاستراتيجي

المهارات الحركية	وحدات القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (T) = المحسوبة	قيمة Sig	مستوى الدلالة
		ع±	س	ع±	س			
الوقوف على الرأس	درجة	٤.٢٠	٠.٦٣	٧.٨٠	٠.٤٢	١٦.٢٨	٠.٠٠٠٠	دال احصائياً
الوقوف على اليدين	درجة	٣.٠٠	٠.٨١	٧.٠٠	٠.٤٧	١٢.٠٠	٠.٠٠٠١	دال احصائياً
العجلة البشرية	درجة	٣.٥٠	٠.٥٢	٦.٤٠	٠.٥١	١٢.٤٢	٠.٠٠٠١	دال احصائياً
القفز ضمناً	درجة	٤.٢٠	٠.٧٨	٦.١٠	٠.٥٦	٥.٤٦	٠.٠٠٠٤	دال احصائياً
القفز فتحاً	درجة	٣.٩٠	٠.٨٧	٦.٦٠	٠.٥١	١٢.٦٥	٠.٠٠٠٠	دال احصائياً
الصعود على عارضة التوازن	درجة	٤.٣٠	٠.٨٢	٦.٧٠	٠.٤٨	٩.٠٠	٠.٠٠٠٩	دال احصائياً
المشي على عارضة التوازن	درجة	٤.١٠	٠.٧٣	٦.٦٠	٠.٥١	١١.١٨	٠.٠٠٠١	دال احصائياً

* معنوي عند نسبة خطأ $> (٠,٠٥)$ وأمام درجة حرية (٩)

يتبين من الجدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتوسطات الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة النمط الاستراتيجي في تعلم عدد من المهارات الحركية ولصالح الاختبار البعدي وهنا يتحقق لنا صحة الفرض الثاني، إذ بلغت قيمة نسبة الخطأ على التوالي (٠,٠٠٠، ٠,٠٠١، ٠,٠٠١، ٠,٠٠٤، ٠,٠٠٠، ٠,٠٠٩، ٠,٠٠١) وهي أصغر من قيمة نسبة خطأ $> (٠,٠٥)$ وأمام درجة حرية (٩).

ويبين الباحث أسباب تفوق المجاميع الثلاث في نتائج الاختبار البعدي مقارنة بنتائج الاختبار القبلي إذا ان تمرينات التهيئة الذهنية أسهمت وبشكل ملحوظ في احداث عملية التعلم من خلال تصور الأداء واستحضار المعلومات من الذاكرة إذ ان التصور الذهني ساعد المتعلمات على فهم النواحي الفنية للمهارات وطبيعتها ومتطلباتها ، وهذا ما يشير اليه (Schmidt, 1991) "ان لتأثير الممارسة الذهنية جوانب متعلقة بالمهارة وهو الجانب المعرفي ، كما انها تساعد المتعلمة على التدريب لأفعال واستراتيجيات مختلفة تسهم في تقدير النتائج المحتملة في الوقت الحقيقي" (Schmidt, 1991, 86) ، في حين يرى (راتب ، ١٩٩٩) "ان من فوائد التصور الذهني هو تحسين التركيز إذ ان التصور الذهني للأشياء التي نريد عملها وكيف يكون رد الفعل في مواقف معينة تساعد على التركيز بشكل افضل وهذا يساعد على منع تشتت الافكار والانتباه". (راتب، ١٩٩٩، ١١٩)

٣-١-٣ عرض نتائج الفرضية الثالثة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين أفراد مجاميع البحث في تنمية دافعية الاداء الحركي لطالبات السنة الدراسية الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الاساسية جامعة الموصل.

الجدول (١١) يبين نتائج تحليل التباين للاختبار البعدي بين المجاميع الثلاث في تنمية دافعية الأداء الحركي

المعالم الإحصائية المتغير	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)*	قيمة Sig	مستوى الدلالة
دافعية الأداء الحركي	درجة	بين المجموعات	٣٧٣,٧٧٢	٢	١٨٦,٨٨٦	*٦,٨٢٠	٠,٠٠٣	دال احصائياً
		داخل المجموعات	١٠٦٨,٧٠٤	٣٩	٢٧,٤٠٣			
		المجموع	١٤٤٢,٤٧٦	٤١				

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ وأمام درجتي حرية (٣٩-٢)

يتبين من الجدول (١١) وجود فروق ذات دلالة معنوية في نتائج الاختبار البعدي بين مجاميع البحث الثلاث في تنمية دافعية الأداء الحركي، إذ بلغت قيمة (Sig) لدافعية الأداء الحركي (٠,٠٠٣)، وهي أصغر من نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$.

ولما كان تحليل التباين لا يشير إلى الفروق بين مجاميع البحث الثلاث ولا لصالح أي منها لجأ الباحث إلى استخدام اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) الذي يستخدم في معرفة الفروقات بين المتوسطات فيما إذا كانت المقارنة بطريقة تحليل التباين معنوية، والجدول (١٢) يبين ذلك.

الجدول (١٢) يبين اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) بين الاختبارات البعدية في متغير البحث

المتغير	وحدة القياس	المجاميع	الفرق المتوسطات في	قيمة Sig	مستوى الدلالة
دافعية الأداء الحركي	درجة	مج ت ١	مج ت ٢	٠,٠٠٤	دال احصائياً
			مج ت ٣	٠,٠٥	دال احصائياً
		مج ت ٢	مج ت ١	٠,٠٠٤	دال احصائياً
			مج ت ٣	٠,٠٠٢	دال احصائياً
		مج ت ٣	مج ت ١	٠,٠٥	دال احصائياً
			مج ت ٢	٠,٠٠٢	دال احصائياً

يتبين من الجدول (١٢) بان افراد النمط الاستراتيجي تفوقوا على افراد النمطين العميق والسطحي ويعزو الباحث سبب هذا التطور وزيادة مستوى دافعية الأداء الحركي لديهم الى الرغبة في فهم التفاصيل الدقيقة للأداء مما عزز وزاد من مستوى الدافعية وهذا ما أكدته (علي وحموك، ٢٠١٣) أن الدافعية " هي حالة داخلية تحفز عقل الفرد وتوجه سلوكه العقلي نحو حل المشكلات التي تواجهه أو تقييم المواقف واتخاذ القرارات باستعمال العمليات العقلية العليا، وتعتبر عن نزعه نحو التفكير، وتتسم هذه الحالة بالثبات والتي تجعل منها عادة عقلية لدى الفرد وتمثل خصائص المفكر الناقد الجيد او المثالي " (علي وحموك، ٢٠١٣، ١٤)

وكذلك تفوق افراد النمط العميق على افراد النمط السطحي يتعلق بالعوامل الداخلية للمتعلم العميق تعد عاملا مهما في تقبل المعلومات وطريقة معالجتها، التي ادت الى التفوق على السطحي والتي تم وصفها بأن (طالبات ذوي النمط السطحي في التعلم لا يسعون إلى فهم المعاني المتضمنة في النصوص الدراسية ولا ربطها بما تعلموه من قبل بالتالي يهتمون بالحد الأدنى المطلوب من التحصيل كي يجتازوا كل مقرر بنجاح وهو مما يؤدي الى انخفاض مستويات التحصيل الدراسي). (الشريف، ٢٠١٩، ٤٢٣)

٣-١-٤ عرض نتائج الفرضية الرابعة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين أفراد مجاميع البحث في تعلم بعض من المهارات الحركية لطالبات السنة الدراسية الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الأساسية جامعة الموصل

الجدول (١٣) يبين نتائج تحليل التباين للاختبارات البعدية بين المجاميع الثلاث في تعلم بعض من المهارات الحركية

ت	المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F) المصوبة	قيمة Sig	مستوى الدلالة
١	الوقوف على الراس	درجة	بين المجموعات	٤.٨٧٦	٢	٢.٤٣٨	*٩,٩٠٥	٠,٠٠٠	دال احصائياً
			داخل المجموعات	٩.٦٠٠	٣٩	٠.٢٤٦			
			المجموع	١٤.٤٧٦	٤١				
٢	الوقوف على اليدين	درجة	بين المجموعات	٥.٠٣٤	٢	٢.٥١٧	*٦,٦٠١	٠,٠٠٣	دال احصائياً
			داخل المجموعات	١٤.٨٧١	٣٩	٠.٣٨١			
			المجموع	١٩.٩٠٥	٤١				
٣	العجلة البشرية	درجة	بين المجموعات	٢.٩٨٢	٢	١.٤٩١	*٣,٢٦٦	٠,٠٠٤	دال احصائياً
			داخل المجموعات	١٧.٨٠٤	٣٩	٠.٤٥٧			
			المجموع	٢٠.٧٨٦	٤١				
٤	القفز ضما	درجة	بين المجموعات	٥.٩٢٧	٢	٢.٩٦٣	*١٣,٨٢٧	٠,٠٠٠	دال احصائياً
			داخل المجموعات	٨.٣٥٩	٣٩	٠.٢١٤			
			المجموع	١٤.٢٨٦	٤١				
٥	القفز فتحا	درجة	بين المجموعات	١٠.٣٢٠	٢	٥.١٦٠	*١٩,٦٣٢	٠,٠٠٠	دال احصائياً
			داخل المجموعات	١٠.٢٥١	٣٩	٠.٢٦٣			
			المجموع	٢٠.٥٧١	٤١				

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ وأمام درجتي حرية (٢-٣٩)

من الجدول (١٣) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية في نتائج الاختبار البعدي بين مجاميع البحث الثلاث في تعلم بعض من المهارات الحركية، إذ بلغت قيمة (Sig) لمهارات هي على التوالي (٠,٠٠٠)، (٠,٠٠٣)، (٠,٠٠٤)، (٠,٠٠٠)، (٠,٠٠٠)، وهي أصغر من نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$.

ولما كان تحليل التباين لا يشير إلى الفروق بين مجاميع البحث الثلاث ولا لصالح أي منها لجأ الباحث إلى استخدام اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) الذي يستخدم في معرفة الفروقات بين المتوسطات فيما إذا كانت المقارنة بطريقة تحليل التباين معنوية، والجدول (١٤) يبين ذلك.

الجدول (١٤) يبين اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) بين الاختبارات البعدية في متغيرات البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجانب	الفرق المتوسطات في	قيمة Sig	مسي الخلالة
١	الوقوف على الزلس	درجة	مج ت١	٢ ت	١.٠٠٠	عير دال احصائياً
				٣ ت	*٨.٠٠٠-	دال احصائياً
			مج ت٢	١ ت	١.٠٠٠	عير دال احصائياً
				٣ ت	*٨.٠٠٠-	دال احصائياً
			مج ت٣	١ ت	*٨.٠٠٠	دال احصائياً
				٢ ت	*٨.٠٠٠	دال احصائياً
٢	الوقوف على البنين	درجة	مج ت١	٢ ت	٠.٠٩١	عير دال احصائياً
				٣ ت	*٨.٠٠٠-	دال احصائياً
			مج ت٢	١ ت	٠.٠٩١	عير دال احصائياً
				٣ ت	*٨.٠٠٠-	دال احصائياً
			مج ت٣	١ ت	*٨.٢٣	دال احصائياً
				٢ ت	*٨.٠٠٠	دال احصائياً
٣	العجلة البشرية	درجة	مج ت١	٢ ت	٠.٠٧٠	عير دال احصائياً
				٣ ت	*٥.٧٦-	دال احصائياً
			مج ت٢	١ ت	٠.٠٧٠	عير دال احصائياً
				٣ ت	*٦.٦٦-	دال احصائياً
			مج ت٣	١ ت	*٥.٧٦	دال احصائياً
				٢ ت	*٦.٦٦	دال احصائياً
٤	القفز صما	درجة	مج ت١	٢ ت	٠.٠٨٣	عير دال احصائياً
				٣ ت	*٨.٦٤-	دال احصائياً
			مج ت٢	١ ت	٠.٠٨٣	عير دال احصائياً
				٣ ت	*٩.٠٠٠-	دال احصائياً
			مج ت٣	١ ت	*٨.٦٤	دال احصائياً
				٢ ت	*٩.٠٠٠	دال احصائياً
٥	القفز فتحا	درجة	مج ت١	٢ ت	٠.٠٧٦	عير دال احصائياً
				٣ ت	*١.١٨-	دال احصائياً
			مج ت٢	١ ت	٠.٠٧٦	عير دال احصائياً
				٣ ت	*١.١٣٣-	دال احصائياً
			مج ت٣	١ ت	*١.١٨	دال احصائياً
				٢ ت	*١.١٣٣	دال احصائياً

من خلال الجدول أعلاه يتبين ان افراد النمط الاستراتيجي تفوقوا افراد النمطين العميق والسطحي وذلك يعود الى طبيعية هؤلاء الافراد لفهم الواجب الحركي وتكراره بشكل فعال مما أثر إيجابيا على تعلمهم للمهارات الحركية ويؤكد (عزيز، ٢٠١٣) ان "يعد التكرار والتدريب وسيلة تعليمية ذات أثر فعال وإيجابي في حصول تعلم المهارات الحركية" (عزيز، ٢٠١٣، ١٤٣)

ويرى الباحث تفوق افراد النمط الاستراتيجي نتيجة لطبيعتهم في فهم واستيعاب الواجب الحركي نتيجة لتمارين التهيئة الذهنية التي كان لها الأثر الكبير في زيادة دافعيتهم نحو التعلم وأداء المهارات الحركية مقارنة بالأنماط الأخرى، وهذا ما أكده (شمعون، ١٩٩٦) الى ان (التصور الذهني أكثر من مجرد الرؤية، فهو خبرة في عيون العقل، وان حاسة البصر تشكل جانبا اساسيا

في عملية التصور، إلا انه يمكن ان يتضمن أحد او مجموعة من الحواس الاخرى مثل اللمس او السمع او تركيبات منها، ويفضل استخدام جميع الحواس كلما أمكن ذلك).

(شمعون، ١٩٩٦، ٢١٨)

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤- ١ الاستنتاجات:

١- أظهرت النتائج أثرا إيجابيا لتمارين التهيئة الذهنية للأنماط الثلاث في تنمية دافعية الأداء الحركي وتعلم بعض المهارات الحركية بجمناستك الطالبات.

٢- تفوقت مجموعة النمط الاستراتيجي على مجموعتي النمطين العميق والسطحي في تنمية دافعية الأداء الحركي وتعلم بعض المهارات الحركية بجمناستك الطالبات.

٤- ٢ التوصيات:

١- التأكيد على استخدام تمارين التهيئة الذهنية لما لها من تأثيرا كبيرا في العملية التعليمية من استحضار للمادة المتعلمة.

٢- ضرورة تطبيق تمارين التهيئة الذهنية لأنها تعد احد الركائز الأساسية في الاعداد المستقبلية للمتعلمين من اجل تنفيذ الحركة بسهولة.

المصادر:

1-البناء، خالد محمد (2008): الكرة الطائرة في الاداء المهاري. كتاب منهجي لطلبة السنة

الدراسية، دار ابن الاثير للطباعة والنشر، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة الموصل.

٢-الحيلة، محمد محمود ومرعي، توفيق أحمد (٢٠٠٨): تكنولوجيا التعليم بين النظرية والتطبيق، ط٢، دار المسيرة للنشر والطباعة، عمان، الاردن.

3-راتب، اسامة كامل (١٩٩٩): علم نفس الرياضة، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة.

4-زاير، واخرون (2014) الموسوعة التعليمية المعاصرة، ج 1، مكتبة نور الحسن، بغداد.

٥-الشريف، خالد حسن بكر (٢٠١٩): نمذجة العلاقات السببية بين اساليب التفكير وأساليب التعلم والتحصيل الدراسي على عينة طلاب كليتي الآداب والتربية بجامعة الملك فيصل، مجلة العلوم التربوية، عدد ٢٣، جزء ٢، جامعتي الاسكندرية والملك فيصل.

٦-شمعون، محمد العربي (١٩٩٦): التدريب العقلي في المجال الرياضي، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة.

7-عزيز، ابراهيم محمد (٢٠١٣): التعليم البنائي والتحصيل المعرفي والحركي للمهارات الحركية بكرة القدم، ط١ جامعة صلاح الدين، اربيل.

8-علي، قيس محمد وحموك، وليد سالم (٢٠١٣): الدافعية العقلية رؤية جديدة، مركز ديونو لتعليم التفكير للنشر، عمان، الأردن.

- ٩- فان دالين، ديوبولد (١٩٨٤): البحث العلمي في التربية وعلم النفس، (ترجمة) محمد نبيل نوفل وآخرون، ط٣، مكتبة الإنجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- 10- المالكي، محمد عبد الحسين (١٩٩٨): أثر التدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- 11- النوري، قيس (1990): الأنثروبولوجي النفسية، مطبعة دار الحكمة للطباعة والنشر، الموصل.

12-Moor Norah M., Munirah Aini & Nurul Lzzati, Hamizan, (2014): Video Auditory and Kinesthetic Learners, perspectives , International conference Teaching and Learning in Computing and Engineering, Dol

13-Robert.S. Weinberg and Daniel, Gold (2024): Fundamentals of Sports Psychology and Physical Exercise, 8th edition.p333.

الملحق (١) أسماء السادة الخبراء والمختصين

ت	اسم المختص	التخصص	مكان العمل
١	أ.د. محمد خضر اسمر/استاذ المتمرس	التعلم الحركي	كلية التربية البدنية- جامعة الموصل
٢	أ.د. عكلة سليمان علي/ استاذ المتمرس	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية- جامعة الحمدانية
٣	أ.د. صفاء ذنون اسماعيل	طرائق التدريس	كلية التربية البدنية- جامعة الموصل
٤	أ.د. قصي حازم محمد	طرائق التدريس	كلية التربية الأساسية- جامعة الموصل
٥	أ.د. نوفل فاضل رشيد	التعلم الحركي	كلية التربية البدنية- جامعة الموصل
٦	أ.م.د. فواز جاسم حمدون	التعلم الحركي	كلية التربية الأساسية- جامعة الموصل
٧	أ.م.د. منهل خطاب سلطان	علم النفس الرياضي	كلية التربية الأساسية- جامعة الموصل
٨	أ.م.د. معتصم طلال عبدالله	علم النفس الرياضي	كلية التربية الأساسية- جامعة الموصل
٩	أ.م.د. فائق يونس علي	طرائق التدريس	كلية التربية الأساسية- جامعة الموصل
١٠	م.م. براء عبدالكريم	بايو ميكانيك	كلية التربية الأساسية- جامعة الموصل

الملحق (٢)

مقياس أساليب التعلم لدى طلبة الجامعة (العميق - السطحي - الاستراتيجي)
الغرض: قياس نمط التعلم السائد لدى الطلبة في ضوء ثلاث توجهات: العميق، السطحي، الاستراتيجي.

طريقة الإجابة: ضع علامة (✓) أمام درجة موافقتك على كل عبارة وفق المقياس الآتي:

الفقرات	لا تنطبق أبداً	تنطبق قليلاً	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق كثيراً	تنطبق تماماً
أولاً: نمط التعلم العميق					
١- أسعى لفهم الأفكار الأساسية للموضوع وليس حفظها فقط.					
٢- أحاول ربط المعلومات الجديدة بخبراتي السابقة.					
٣- أبحث عن تفسير منطقي للمفاهيم التي أدرسها.					
٤- أطرح أسئلة تساعدني على فهم المعنى الحقيقي للمادة.					
٥- أستمتع بمناقشة الأفكار العلمية وتحليلها.					
٦- أحاول رؤية العلاقات بين أجزاء المقرر المختلفة.					
٧- أستخدم مصادر إضافية لفهم الموضوع بعمق.					
٨- أهتم بفهم الأدلة والبراهين قبل قبول المعلومات.					
ثانياً: نمط التعلم السطحي					
٩- أركز على حفظ المعلومات كما هي.					
١٠- هدفي الأساسي هو النجاح في الامتحان فقط.					
١١- أدرس فقط ما أعتقد أنه سيأتي في الاختبار.					
١٢- أفضل حفظ التعريفات دون محاولة تفسيرها.					
١٣- أشعر أن معظم ما أدرسه غير مترابط.					
١٤- أنسى الكثير من المعلومات بعد انتهاء الامتحان.					
١٥- أتعلم المادة على شكل أجزاء منفصلة.					
١٦- أعتمد على التكرار والحفظ أكثر من الفهم.					
ثالثاً: نمط التعلم الاستراتيجي					
١٧- أنظم وقتي الدراسي وفق خطة واضحة.					

				١٨- أتابع متطلبات التقييم بدقة.
				١٩- أحرص على معرفة طريقة وضع الدرجات.
				٢٠- أختار أسلوب الدراسة الذي يساعدني على تحقيق أعلى نتيجة.
				٢١- أراجع المادة بشكل منتظم قبل الاختبارات.
				٢٢- أركز على النقاط التي يؤكد عليها الأستاذ.
				٢٣- أستخدم أساليب مختلفة للمراجعة حسب طبيعة المقرر.
				٢٤- أقيم تقدمي الدراسي وأعدل خطتي عند الحاجة.

طريقة التصحيح

تجمع درجات البنود (١-٨) = درجة التعلم العميق

تجمع درجات البنود (٩-١٦) = درجة التعلم السطحي

تجمع درجات البنود (١٧-٢٤) = درجة التعلم الاستراتيجي

النمط الأعلى درجة يمثل الأسلوب الغالب لدى الطالب.

الملحق (٣) مقياس دافعية الأداء الحركي بصيغته النهائية

ت	الفقرات	دائما	احيانا	نادرا
١	أفضل في مادة الجمناستك مواد تتحدى قدراتي وتضيف الى معرفتي الشيء الجديد			
٢	تجذبني مهارات الجمناستك التي تثيرني حتى وان كانت صعبة			
٣	اختار المهارات التي أستطيع اداؤها حتى وان كانت لا تضمن لي درجة جيدة عندما تعطى فرصة في امتحان مادة الجمناستك			
٤	أفضل ما يرضيني في أداء مهارات الجمناستك هي محاولة فهم محتواها العميق			
٥	اتابع مع زملائي الفيديوهات التعليمية للتعلم المقلوب الخاصة بمهارات الجمناستك باستمرار			
٦	فهمي للجانب النظري في الفيديو الخاص بمهارات الجمناستك يجعلني افكر في كيفية تنفيذ المهارة والاجابة على الأسئلة المطروحة في الفيديو			
٧	أتمكن من فهم ما يصعب على زملائي الاخرين فهمه في مادة الجمناستك وما تحويه من مهارات			

٨	اريد ان اتفوق في أداء مهارات الجمناستك لإظهار قدرتي امام زملائي
٩	اعتمد على زملائي في الإجابة عن الأسئلة المطروحة بفيديو مهارات الجمناستك
١٠	اهتمامي الرئيس في أداء مهارات الجمناستك يتمثل في حصولي على درجات جيدة الثناء من المدرب
١١	اسعى الى ان أكون بمستوى أعلى من زملائي المتفوقين في هذه المادة
١٢	ما يهمني في دراستي لهذه المادة هو النجاح فقط والحصول على الشهادة من المدرب باني الافضل
١٣	مايهمني هو ان اکتسب الأداء الفني لمهارات الجمناستك
١٤	اعتمد المصادر المتنوعة والقريبة من مادة الجمناستك من اجل فهمها جيدا
١٥	أتمكن من أداء مهارات الجمناستك إذا أعطيت بأسلوب تعلم ملائم
١٦	ابحث عن أساليب أخرى تمكنني من تعلم مهارات الجمناستك ولا اکتفي بأسلوب واحد
١٧	أتمكن من مواصلة تعلمي لمهارات الجمناستك حتى في الحالات التي اواجه فيها بعض المشكلات
١٨	انفذ أكبر عدد ممكن من التكرارات حتى وان لم تكن مطلوبة مني
١٩	اختار من الأداء المكلف به الذي أستطيع أن أؤديه فقط
٢٠	احرص على مشاهدة فيديوهات الأداء المهاري في مادة الجمناستك أولاً بأول
٢١	أشارك في الأداء بشكل مستمر من اجل زيادة معرفتي وتعلم المهارة
٢٢	أتمكن من فهم تفاصيل الأداء الفني لمهارات الجمناستك إذا اجتهد بشكل كاف
٢٣	مشاهدتي للفيديو بشكل كاف يمكنني من تعلم مهارات الجمناستك المطلوبة مني
٢٤	إذا تعلمت لمهارات الجمناستك فيرجع ذلك أساسا الى فيديوهات الأداء الحركي
٢٥	لم أتمكن من تأدية مهارات الجمناستك بسبب صعوبتها البالغة
٢٦	انا على يقين انني أستطيع فهم أصعب ما تتضمنه مقررات هذه المادة من مهارات ومواد نظرية
٢٧	انا واثق من أن بإمكانني ان اتفوق في الاختبارات المقررة لمهارة الجمناستك
٢٨	أفضل مناقشة زملائي في أي موضوع ومهارة عدا مواضيع ومهارات الجمناستك

٢٩	عندما لا أستطيع فهم وتعلم احدى المهارات فأنني اتركها نهائيا		
٣٠	ترشدني فيديوهات التعلم المقلوب الى كيفية تنفيذ الأداء الفني لمهارات الجمناستك بشكل صحيح ومتكامل		
٣١	اكتفي بتعلم ما موجود من مادة نظرية لمهارات الجمناستك داخل الفيديو ولا اريد المزيد		
٣٢	استفيد ما يسمح به من غياب التدريبات في مادة الجمناستك		
٣٣	عندما اجلس للامتحان فأنني أفكر في ضالة ما قدمت مقارنة باللاعبين		
٣٤	تجذبني مهارات الجمناستك التي تثيرني حتى وان كانت تحتاج لبذل جهد وفيها صعوبة		