

## تأثير برنامج تعليمي باستخدام استراتيجية الأبعاد السادسة (PDEODE) ومصاحب ببرمجية في تعلم رفعتي "الخطف-الكليين والنظر" لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية

أ.م.د. زين العابدين الخولي

أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية

- جامعه طنطا

شهدت العقود الأخيرة من القرن العشرين مجموعة من التغيرات والتحويلات التي طرأت علي شتي جوانب الحياة الاجتماعية والاقتصادية والسياسية والتربوية ،مما دفع بمؤسسات التعليم المختلفة باستخدام وسائل تكنولوجية حديثة الامر الذي انعكس علي العملية التعليمية ، وفي ظل هذا التغير الكبير ظهرت الكثير من الإستراتيجيات والأساليب التدريسية التي تعتمد على تطبيق مبادئ وأسس مستمدة من نظريات التعلم بغرض تحسين العملية التعليمية وخاصة قدرات المتعلم، وفي هذا الصدد يذكر (طربية ٢٠٠٨، ص ٣٤) أنه نظرا للتقدم العلمي وابتكار أنماطا حديثة في التعليم، أصبح من أولويات التربية المعاصرة تعليم المتعلم كيف يفكر ويبدع ويبتكر ، ويكون فيها المعلم موجها ومرشداً ، كما يشير العليان، نرجس قاسم مرزوق (٢٠١٩) أن منظومة التعليم الحديثة تسعى لإكساب المتعلم المعارف والمهارات ، وامداد المعلم بالتقنيات الحديثة التي تمكنه من دمجها لتعليم المهارة للمتعلم بواسطة عدة أنشطة منها التطبيق العملي، النقاش الجماعي. وفي الأونة الأخيرة زاد الاهتمام باستراتيجيات التدريس وتحديثها، ومن ثم تطويرها، لكي تتوافق مع نظريات التعلم البنائية المعاصرة ، وتطويعها مع متطلبات التعلم الذاتي، والفردي، والتعاوني، وتبادلية التفاعل بين المعلم، وطلابه، وبين الطلاب وقرانهم ، لذلك وجب علينا تعليم الطالب كيفية التفكير المستقل الذي يركز علي الفهم وكيفية التعلم وفي هذا الصدد يشير كل من (على وآخرون ٢٠١٣، ص ٢٤١، إبراهيم ٢٠٠٧، ص ٤٥) ؛الي أن نظريات التعلم البنائي (Theory Constructivism) تسعى الى تقليص دور الحفظ والتلقين وابرار دور الفهم من خلال استخدام الاستراتيجيات البنائية ، فهي تجعل المتعلم نشطاً باحثاً عن المعرفة والتعلم وتطوير معلوماته. فنجد أنها تقوم علي تفاعل نشط بين ثلاثة عناصر في الموقف التعليمي هي الخبرات السابقة، والمواقف التعليمية المقدمة للمتعلم، والمناخ البيئي الذي تحدث فيه عملية التعلم، وذلك من أجل بناء وتطوير معارف جديدة، تمتاز بالشمولية والعمومية مقارنة بالمعارف السابقة، واستخدامها في معالجة مواقف بيئية جديدة

**ويضيف (قطامي ٢٠١٣، ص ٣٨٤ )** أن استراتيجية الابعاد السداسية (PDEODE) إحدى استراتيجيات التعلم النشط التي انبثقت من النظرية البنائية وقد أظهرت تأثيراً إيجابياً في الجانب المعرفي للمتعلمين حيث ساعدت على فهم المهارة، وتغطية كافة أفكار المقرر الدراسي، وإتاحة المعلومة للمتعلم طبقاً لقدراته علي الاستيعاب، وفي الوقت والمكان المناسبين له، وتمكين المتعلم من تحليل المهارة ومعالجتها أو مشاركتها مع الآخرين، وتقييم أداء الطالب ومتابعة تقدمه. **وفي هذا الصدد يؤكد عطية (٢٠١٩) ، ص ٢٧** على فاعليتها في التدريس ومساعدة المتعلمين علي فهم المهارة ، واعطاء الفرصة للمتعلمين ومساعدتهم علي الابتكار وايجاد أفضل الحلول ، ومراعاتها للفروق الفردية وتوفير الوقت والجهد. ،لذا كان من الضروري الإستفادة منها كامتداد منطقي للتطور الكبير الحادث في نظريات واساليب وطرق التدريس لخلق بيئه تفاعلية بين المعلم والمتعلم ،وعلي حد علم الباحث فان هناك ندرة في استخدامهما مجال تعلم الانشطة الرياضية،أما في مجال رياضة رفع الأثقال فلم تتطرق أي دراسة في تطبيقها

وتدعم البرمجيات مبادئ التعلم البنائي عندما يكون المعلم أكثر نشاطاً ويحقق المبادئ التي تقوم عليها النظرية البنائية في التدريس مثل "الانتقال من التدريس الي البنائي- ومن الطاعة الي الاستقلالية- ومن الالزامية الي التعاونية"كما تجعل مخرجات التعلم مرتبطة بالقدرة علي الفاعلية وإلستمارية في التعلم، **ويؤكد زاهر ، الغريب (٢٠٠١)** أن فن برمجة المواد التعليمية التي يتم عرضها من خلال الحاسب الآلي يتم صياغتها في بعض الاحيان علي هيئة مشكلات ،ويتم تدريب الطالب علي استراتيجيات لحلها، بحيث يتم وضعه في حالة تأمل للمعرفة ومحاولة الوصول الي حلول ،مما دفع الباحث لتجريب فن برمجة مقرر رفع الأثقال من خلال استراتيجية الابعاد السداسية (PDEODE) علي حل المشكلة وذلك لايجاد بيئه جديدة يتم عن طريقها تعليم رفعة الكلين والنظر.

تتميز رياضة رفع الأثقال عن باقي الرياضات الأخرى بمهاراتها ذات الصعوبة في الأداء ولقد تطورت تطوراً سريعاً نتيجة لتطرق العديد من الخبراء المهتمين بها لدراسة الجوانب المكونة لها والعمل علي معالجة مشاكلها المختلفة بالأساليب العلمية المقننة، وهذا التطور أضفى عليها مزيداً من الإثارة والتشويق، وتعتمد تعلم رفعتي اقيد البحث علي استراتيجيات تعليمية ذو مواصفات معينة ، لذا فمن الأهمية بمكان استحداث العديد من الاستراتيجيات الحديثة التي تساعد علي تعلمها من خلال التعلم القائم على التجربة والتطبيق، ولذلك يجب أن تفرد لها عناية خاصة في التعليم والتدريب ، لأنها لم تدرس في مرحلة التعليم ما قبل الجامعي، الامر الذي يزيد من صعوبة تعلمها فالأداء الغير سليم يظهر بشكل يفتقد للتناسق والتوافق،بالإضافة إلى إشراك عدد من المجموعات

العضلية التي ليس لها علاقة بالحركة ما يعيق المسار الحركي الصحيح. "International Olympic Committee Power lifting Rules and Regulations" (45) والجديد في هذا البحث أنه سوف يتم دمج الاستراتيجية ببرمجية تعليمية .

ومن خلال انتداب الباحث بتدريس مقرر رفع الأثقال لاحظ وجود خلط لدى طالبات الفرقة الرابعة شعبة التعليم حول كيفية تحليل وتنظيم وتقييم المراحل الفنية لرفعة الكلين والنظر أثناء المحاضرات النظرية، مما يجعلهم في إحتياج لترتيب المراحل الفنية للرفعة وتنظيمها بحيث تغطي كافة أفكار المقرر الدراسي بطريقة تسهل الفهم وإتاحة المعلومة طبقاً للفروق الفردية وتزيد القدرة على الإستيعاب واسترجاع المعلومات وقت الحاجة إليها، وقد يرجع ذلك الي استخدام الطريقة التقليدية المتبعة في التدريس والتي تعتمد علي "الشرح واداء النموذج"، بالإضافة الي عدم تواجد أي مقرر لتلك الرياضة في الفرق الدراسية الثلاث السابقين الامر الذي أدى إلي صعوبة تقدم الطالبات للرفعتين قيد البحث في المستوي المعرفي وشكل الاداء الفني وخاصة عندما تصل الطالبة إلى درجة الإتقان للأداء الحركي، وهناك العديد من الدراسات التي أكدت علي وجود قصور في تدريس رفع الأثقال بالطريقة التقليدية كدراسة كل من الخولي، زين العابدين معروف و زغلول، ميلودي محمد زغلول، ميلودي محمد سعد . (٢٠٢٠)، الخولي، زين العابدين معروف و زغلول، ميلودي محمد سعد . (٢٠٢٠)، الخولي، زين العابدين معروف (٢٠٢٢) . وهذا يتفق مع أهداف تدريس الأنشطة الرياضية التي تتطلب وجوب مساعدة الطالبات علي إكتساب المهارات بصورة تطبيقية، وأن تدريس رفع الأثقال لم تحظ بالقدر الكافي بالإمكانيات التي إتاحتها التكنولوجيا بطريقة منهجية لكي تواكب التقدم الحادث في الأنظمة التعليمية المتطورة، مما أسترع الانتباه إلي إمكانية الاستفادة من استراتيجية الابعاد السداسية المدعمة ببرمجية تعليمية التي لم تستخدم من قبل في تعلم الرفعه قيد البحث، واستخدمت في المجال التربوي كدراسة كل من الأحمدى، مريم محمد. (٢٠١٥) ، صالح، مدحت محمد حسن. (٢٠١٥) ، السلامات، محمد خير محمود. (٢٠١٦) والتي أكدت نتائجها مدي فاعليتها علي تقدم مستوي الطالب من خلال تقديم المحتوى التعليمي من خلالها بما يتمشى مع قدراته واستعداداته وميوله وبالتالي يتحقق الهدف المنشود من عملية التعلم واستخدمت بشكل محدود في المجال الرياضي الآخري كدراسة عبد المنعم، هبة سعيد (٢٠٢١) والتي أكدت نتائجها علي مساعدة الطالبات على التفكير العلمي المنظم وجعلتهم يسيروا في العملية التعليمية وفقاً لقدراتهم مما يدفعهم إلى الشعور بذاتهم ودورهم الإيجابي في العملية التعليمية واستيعابهم وإدراكهم للحقائق والمعارف المرتبطة بالكفايات التدريسية وزيادة دوافعهم نحو التعلم، مما دفع الباحث الى استخدامها بالإضافة الي أنه قد تم ادخال ركيزة جديدة في استخدامها تعتمد علي

النواحي التعاونية بين الطالبات مصاحبة ببرمجية تعليمية تطبق لأول مرة في مجال تعلم الأنشطة الرياضية انطلاقاً من أن تلك الاستراتيجية تعتمد علي النظرية البنائية وذلك من خلال التعرف على تأثير برنامج تعليمي باستخدام استراتيجية الأبعاد السداسية (PDEODE) ومصاحب ببرمجية في تعلم بعض جوانب رفعة الكليين والنظر لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية ومن خلال كل ما سبق تكمن مشكلة هذا البحث في الاجابة علي التساؤل التالي: ما هو دور استخدام استراتيجية الأبعاد السداسية (PDEODE) مصاحبة ببرمجية في تعلم رفعتي "الخطف -الكليين والنظر" لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية؟

**أهمية البحث والحاجة اليه:** تتمثل أهمية البحث من وجهة نظر الباحث في :

- البحث الأول من نوعه في مجال التربية الرياضية يستخدم فن برمجة المقرر من خلال استراتيجية الابعاد السداسية ( PDEODE ) .
- الاستخدام الاول لتطبيق AZ Screen Recorder الخاص بتسجيل الشاشة فيديو مع الصوت للاستفادة منه للاستفادة الكبرى من استراتيجية الابعاد السداسية ( PDEODE ) .
- إدخال التعلم التعاوني علي استراتيجية الابعاد السداسية (PDEODE) لأول مرة في مجال العلوم التربوية بصفة عامة والتربية الرياضية بصفة خاصة
- التطبيق الأول لإستراتيجية الابعاد السداسية ( PDEODE ) في رياضة رفع الاثقال
- إدخال البرمجيات علي دعم كافة البرامج التعليمية الالكترونية لتحقيق فاعليتها مما يساعد علي تحقيق اهدافها
- يساعد الطالبات علي التواصل التكنولوجي والوقوف علي المستحدثات المعلوماتية لمواكبة التطور التكنولوجي حول العالم
- مسايرة الاتجاهات العالمية المعاصرة في توظيف المستحدثات التكنولوجية في عمليتي التعليم والتعلم
- يعتبر إطاراً مرجعياً يمكن الاعتماد عليه في إثراء عملية التعلم، وذلك للتغلب علي القصور في طرق التدريس التقليدية

### هدف البحث :

- بناء برنامج تعليمي باستخدام استراتيجية الأبعاد السداسية ( PDEODE ) ومصاحب ببرمجية في تعلم رفعتي "الخطف - الكلين والنظر" ومعرفة تأثيره في:
- مستوى شكل الاداء الفني للرفعتين قيد البحث في مقرر رفع الاثقال.
- التحصيل المعرفي في تعلم الرفعتين قيد البحث من خلال استراتيجية الأبعاد السداسية (PDEODE).
- آراء وانطباعات الطالبات نحو البرنامج التعليمي المدعم ببرمجية تعليمية واستخدام استراتيجية الأبعاد السداسية (PDEODE) كمدخل له في تعلم الرفعتين قيد البحث.

### فروض البحث :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث التجريبية في شكل الاداء الفني للرفعتين قيد البحث لصالح القياس البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث التجريبية في مستوى التحصيل المعرفي للرفعتين قيد البحث لصالح القياس البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الموافقين وغير الموافقين في الآراء والانطباعات للطالبات نحو البرنامج التعليمي باستخدام استراتيجية الأبعاد السداسية (PDEODE) ومصاحب ببرمجية تعليمية في تعلم الرفعتين قيد البحث لصالح الموافقين.

### المصطلحات :

#### استراتيجية الأبعاد السداسية ( PDEODE ) :

هي عبارة عن استراتيجية تقوم على مبادئ النظرية البنائية وتوجهاتها ، وهي عبارة عن اجراءات تدريسية تفاعلية تتضمن سلسلة من العمليات المتتابعة تهدف إلى أن يكون الطالب ومراقباً للأفكار الخاصة به من خلال خطوات منظمة وحقيقة تؤدي إلى إحدا السلوك المرغوب فيه لدى المتعلم بصفته أيقونة العملية التعليمية وهي كما يلي : ( التنبؤ - Prediction المناقشة Discuss -التفسير - Explain الملاحظة- Observe المناقشة - Discuss التفسير -Savander

Ranne, C., & Kolari, S. (2003).

إحدى استراتيجيات التعلم البنائي، التي تؤكد على تفعيل الدور الإيجابي للمتعلم داخل الحجرة الدراسية، والذي يظهر عندما يتعرض المتعلم لحالة عدم اتزان بين خبراته السابقة، والخبرات الجديدة المعطاة إليه من قبل المعلم؛ فيقوم بالبحث، والتفسير، والتحليل، وجمع

المعلومات؛ وذلك ومن خلال سلسلة من الإجراءات المتتابعة، تتلخص في المراحل الست الآتية :  
التنبؤ (Prediction)، المناقشة (Discuss)، التفسير (Explain)، الملاحظة (Observe)،  
المناقشة (Discuss)، التفسير (Explain) بهدف تنمية مهارتي قيد البحث. (تعريف اجرائي)  
البرمجية التعليمية:

هي تتضمن مجموعة من الاسئلة (المهام) التي تتعلق بتعلم رفعة الكلين والنظر ويشترك الطالب بصورة تعاونية من خلال مجموعات في الاجابة علي تلك الاسئلة، وقد تم وضعها في اسطوانة مدمجة بطريقة خطية مع اضافة بعض اللقطات لمسابقات رياضة رفع الاثقال، ولم تتضمن الافلام أي شئ يتعلق بمهارتي قيد البحث، حتي لاتتعرف الطالبة علي الحلول (تعريف اجرائي)

#### منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام مجموعة واحدة وذلك لمناسبته لطبيعة البحث.

#### مجتمع وعينة البحث :

يشتمل مجتمع البحث على طالبات الفرقة الرابعة شعبة التعليم بكلية التربية الرياضية بالمنوفية للعام الجامعي ٢٠٢١ / ٢٠٢٢، وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية وبلغ عددها (٤٠) أربعون طالبة، وذلك من إجمالي مجتمع البحث البالغ عددها (44) أربعة وأربعون طالبة، وقد قسمت العينة إلى : المجموعة التجريبية عددها (٢٠) عشرون طالبة، عينة المعاملات العلمية (٢٠) عشرون طالبة

مواد المعالجة التجريبية وتشتمل علي :

١. وسائل جمع البيانات.
٢. البرنامج التعليمي المقترح.
٣. استراتيجية استراتيجية الأبعاد السداسية (PDEODE).

١. وسائل جمع البيانات : وتشتمل ما يلي

أولاً . معدلات النمو :

الطول "أقرب سم" - الوزن "أقرب كجم" - السن "أقرب شهر"

ثانياً : اختبار الذكاء المتقدم "ADVANCED IQ TESTS" ملحق ( أ )

احتوي علي (٤٤) سؤالاً يتدرج في الصعوبة وتحتوي العبارات علي " صور - مواقف ..... " وانه يطبق علي المرحلة العمرية ( ١٨ : ٢٣ عام ) ، ويتضمن عينات مختلفة من الوظائف الذهنية

المعاملات العلمية لاختبار الذكاء المتقدم "ADVANCED IQ TESTS"

- صدق الاختبار :

تم حساب الصدق الذاتي لاختبار الذكاء عن طريق تعيين الجذر التربيعي لمعامل الثبات وبلغ ٠.٩١ مما يشير إلى الصدق الذاتي لاختبار الذكاء المتقدم "ADVANCED IQ TESTS" من خلال إختيار عينة عشوائية عددها ( 20 ) عشرون طالبة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية للبحث وذلك يوم ١٩ / ٢ / ٢٠٢٢

جدول ( ١ )

دلالة الفروق بين متوسطي الارباعي الأعلى والارباعي الأدنى  
لاختبار الذكاء لبيان معامل الصدق

ن=٢٠

م	المتغير	الارباعي الاعلى ن=٥		الارباعي الادنى ن=٥		فروق المتوسطات	قيمة ت	ايتا ٢	معامل الصدق
		س	ع±	س	ع±				
١	اختبار الذكاء	١٢٦.٩٧٥	٢.٧٣٧	١١٧.٨٣٥	٢.٠٢٨	٩.١٤٠	٥.٣٦٤	٠.٧٨٢	٠.٨٨٦

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٣٠٦

يتضح من جدول (١) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين متوسطي الارباعي الأعلى و الارباعي الأدنى لدى عينة التقنين لاختبار الذكاء قيد البحث كما يتضح حصول الاختبار على قوة تأثير وصدق عالية

- ثبات الاختبار :

لإيجاد ثبات الاختبار قام الباحث باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة التطبيق على عينة استطلاعية عددها (٢٠) عشرون طالبة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية وتم إجراء التطبيق الأول في ٢٦ / ٢ / ٢٠٢٢ وإعادة التطبيق تحت نفس الظروف في ٥ / ٣ / ٢٠٢٢ وإيجاد معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني، ويوضح جدول (٣) ذلك

جدول (٢)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لاختبار الذكاء

لدى عينة التقنيين لبيان معامل الثبات

ن = ٢٠

م	المتغير	التطبيق		إعادة التطبيق	
		س	ع±	س	ع±
١	اختبار الذكاء	١٢٢.٤٠٥	٣.٤٢١	١٢٢.٤٥٠	٢.٨٩٧
					٠.٩٦٢

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٥ = ٠.٤٢

يتضح من جدول (٢) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني (إعادة تطبيق الاختبار) في اختبار "ADVANCED IQ TESTS" لدى عينة التقنيين عند مستوى معنوية ٠.٥ مما يشير إلى ثبات الاختبار.

ثالثاً : القدرات البدنية :

لتحديد عناصر اللياقة البدنية للرفعتين قيد البحث قيد البحث:

من خلال الإطلاع على الدراسات التي أجريت في مجال رياضة رفع الأثقال ومنها دراسة كل من (رمضان، محمود حامد. ٢٠١٦) و(لطيف، نبراس علي. ٢٠١٦) و(عباس، حسين حسون. ٢٠١٧) و(حمادي، لؤي فوزي. ٢٠١٧) و(الخولي، زين العابدين. ٢٠١٨) و(الخولي، زين العابدين. ٢٠١٩) و(حلويش، علاء محمد والخولي، زين العابدين ومحمد، نبيلة إبراهيم. ٢٠٢٠)، والمراجع العلمية ومنها (عبادة، خالد عبد الرؤوف. ٢٠١٢) و(الجرواني، شريف والخولي، زين العابدين. ٢٠١٥)، زين العابدين ومحمد، نبيلة إبراهيم. ٢٠٢٠). ملحق (ب)

الاختبارات البدنية: ملحق (ب)

بعد تحديد عناصر اللياقة البدنية المرتبطة للرفعتين قيد البحث وفقاً للدراسات والمراجع العلمية، تم اختيار الاختبار المناسب لكل عنصر بدني من خلال المراجع العلمية المتخصصة والدراسات السابقة وتتمثل في دراسة كل من (رمضان، محمود حامد. ٢٠١٦) و(لطيف، نبراس علي. ٢٠١٦) و(عباس، حسين حسون. ٢٠١٧) و(حمادي، لؤي فوزي. ٢٠١٧) و(الخولي، زين العابدين. ٢٠١٨) و(الخولي، زين العابدين. ٢٠١٩) و(حلويش، علاء محمد والخولي، زين العابدين ومحمد، نبيلة إبراهيم. ٢٠٢٠) والمراجع العلمية ومنها (عبادة، خالد



عبدالرؤف (٢٠١٢) و(الجرواني، شريف والخولي، زين العابدين. ٢٠١٥)، زين العابدين  
 ومحمد، نبيلة ابراهيم. (٢٠٢٠)

### إعتدالية البيانات لأفراد عينة البحث:

قام الباحث بإجراء اعتدالية البيانات لأفراد عينة البحث في المتغيرات الأساسية قيد البحث،  
 وجدول (٣) يبين ذلك.

### جدول (٣)

الدلالات الإحصائية لتوصيف العينة في المتغيرات الأساسية قيد البحث لبيان اعتدالية البيانات

ن=٤٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التفطح	الالتواء
١	معدلات دلالات النمو						
-	السن	سنة/شهر	١٨.٥٥	١٨.٥٥٠	١.٣١٧	٠.٩٥٢-	٠.٤٠٨-
-	طول	سم	١٦٤.٦٥٠	١٦٥.٥٥٠	٣.٣٩٢	٠.٢٣٦-	٠.٠٦١-
-	الوزن	كجم	٦٧.٤٥٠	٦٨.٥٥٠	٤.٠٩٦	٠.٢٩٣-	٠.٠١٧-
٢	القدرات العقلية "الذكاء"	درجة	١٢١.١٩٠	١٢١.٥٥٠	٢.٧٧٨	١.٠٣٩-	٠.١٥٠-
٣	الاختبارات البدنية						
-	قوة عضلات القبضة لليد اليمني.	(كجم)	٣٤.٣٨٧	٣٥.٥٥٠	٣.٢٤١	٠.٥٨٢-	٠.٥٦٧-
-	قوة عضلات القبضة لليد اليسرى.	(كجم)	٢٦.٢٥١	٢٦.٥٥٠	٢.١٧٣	٠.٢٣٦-	٠.٣٤٧-
-	قوة عضلات الظهر باستخدام الدينامو ميتر	(كجم)	١٢٨.٩٧٨	١٢٩.٥٥٠	٣.٣٩٣	٠.٨٥٥-	٠.٠١٩-
-	ضغط البار الحديدي باليدين لأعلى من وضع الوقوف	(كجم)	٤٧.٨٢٥	٤٧.٥٥٠	٢.٣٢	٠.٧٨٣-	٠.٤٢٠-
-	رمى جلة للخلف عبر الرأس باليدين	سم	٥.٩٨١	٦.٥٥٠	٠.٥٨٦	٠.٨٤٣-	٠.٠٩٧-

٠.١٢٧	١.١٦	٠.٢٨٤	٠.٨٠٠	٠.٨١٢	%	القوة النسبية للجسم	-
٠.١٩٦-	٠.٧٣٧	١.٧٣١	٢٤.٥٠٠	٢٤.٣٨٧	سم	مرونة الكتف والرسغ	-
٠.١٤٣	١.١١	١.٢٦٢	٦.٥٠٠	٦.٥٦	عدد	سرعة فتح الرجلين أماماً وخلفاً من وضع الوقوف (١٠ث)	-
٠.٣٦٦	٠.٦٦٦-	٢.٢٦٤	١٥.٠٠٠	١٥.٢٧٦	عدد	الانبطاح المائل من الوقوف	-
٠.٥٥٨-	٠.٢٣٣-	٠.٨٩٣	٨.٥٠٠	٨.٣٣٤	ث	الوقوف علي مشط القدم	-
						شكل الاداء الفني	٤
٠.٣٤٩	٠.٨٥-	١.٠٧٥	٨.٠٠٠	٨.١٢٥	درجة	رفعة الخطف	-
٠.٥٤٢	١.٣٠٧-	١.٤٧٨	١٠.٠٠٠	١٠.٢٦٧	درجة	رفعة الكلين والنظر	-
٠.٣٦٦-	٠.٢٧٦	١.٨٤٦	٦.٥٠٠	٦.٢٧٥	درجة	اختبار التحصيل المعرفي من خلال استراتيجية الابعاد السداسية) ( PDEODE	٥

الخطأ المعياري لمعامل الالتواء=٠.٣٤٣

حد معامل الالتواء عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٦٧٣

يوضح جدول (١) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لدى افراد عينة البحث في المتغيرات الاساسية قيد البحث ويتضح ان قيم معامل الالتواء قد تراوحت ما بين  $(\pm 3)$  وهي اقل من حد معامل الالتواء مما يشير الى اعتدالية البيانات وتمائل المنحنى الاعتدالي مما يعطى دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات الغير اعتدالية

المعاملات العلمية لاختبارات اللياقة البدنية قيد البحث

صدق الاختبارات :

تم استخدام صدق المقارنة الطرفية بحساب الأرباع الأعلى والأدنى وذلك لإيجاد معامل صدق اختبارات عناصر اللياقة البدنية في رياضة رفع الأثقال على عينة عددها (٢٠) عشرون

طالبة من نفس المجتمع ومن خارج عينة البحث الأساسية من طالبات الفرقة الرابعة وذلك يوم ٢٠٢٢/٢/٢٤ والجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

دلالة الفروق بين متوسطي الارباعي الأعلى والارباعي الأدنى فى الاختبارات البدنية لبيان معامل الصدق

ن=٢٠

م	الاختبارات البدنية	وحدة القياس	الارباعي الاعلى ن=٥		الارباعي الادنى ن=٥		فروق المتوسطات	قيمة ت	ايتا ٢	معامل الصدق
			ع±	س	ع±	س				
١	اختبار قوة عضلات القابضة لليد اليمنى.	(كجم)	٢.٧٤٦	٤١.٩٨٥	٢.١٦٥	٣٠.٤٣٥	١١.٥٥	٦.٦٠٦	٠.٨٤٥	٠.٩١٩
٢	اختبار قوة عضلات القابضة لليد اليسرى.	(كجم)	١.٨٦٤	٣٢.٨٧٣	١.٥٤٧	٢٣.٢٤٧	٩.٦٢٦	٧.٩٤٨	٠.٨٨٨	٠.٩٤٢
٣	اختبار قوة عضلات الظهر باستخدام الديناموميتر	(كجم)	٥.٧٤٦	١٣٢.٧٦٤	٤.٦٢٣	٩٨.٥٦٦	٣٤.١٩٨	٩.٢٧٤	٠.٩١٥	٠.٩٥٧
٤	ضغط البار الحديدي باليدين لأعلى من وضع الوقوف	(كجم)	٣.٣٨٧	٥٤.٩٣٨	٢.٠٨٢	٤٠.٠٤٢	١٤.٨٩٦	٧.٤٩٣	٠.٨٧٥	٠.٩٣٦
٥	رمى جلة للخلف عبر الرأس باليدين	سم	٠.٤٢٣	٦.٢١٣	٠.٣٢٩	٤.٥٦٥	١.٦٤٨	٦.١٥١	٠.٨٢٥	٠.٩٠٩

٠.٩٢٨	٠.٨٦١	٧.٠٤٠	٠.١٣٨	٠.٠٢٤	٠.٧٨٤	٠.٠٣١	٠.٩٢٢	%	اختبار القوة النسبية للجسم	٦
٠.٩٣٥	٠.٨٧٤	٧.٤٦٠	٩.٠٩٨	٢.١٤٣	٢٨.٧٥١	١.١٦٥	١٩.٦٥٣	سم	اختبار مرونة الكتف والرسغ	٧
٠.٩٥٥	٠.٩١١	٩.٠٦٠	١.٢١٦	٠.٢١٧	٦.١٤١	٠.١٥٨	٧.٣٥٧	عدد	اختبار سرعة فتح الرجلين أماماً وخلفاً من وضع الوقوف (١٠ ث)	٨
٠.٩٦٦	٠.٩٣٣	١٠.٥٣١	٧.٨٤٢	٠.٧٨٦	١١.١٢٥	١.٢٦٥	١٨.٩٦٧	عدد	اختبار الانبساط المائل من الوقوف	٩
٠.٩٤٧	٠.٨٩٨	٨.٣٧٠	٤.٠٤٤	٠.٤٧٦	٧.٧٤٢	٠.٨٤١	١١.٧٨٦	ث	اختبار رفع العقبين من وضع الوقوف على عارضة توازن والبار الحديدي عالياً.	١٠

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٣٠٦

يتضح من جدول (٤) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين متوسطى الارباعى الأعلى والارباعى الأدنى لدى عينة التقنين فى الاختبارات البدنية قيد البحث ، كما يتضح حصول الاختبارات على قوة تأثير وصدق عالية

- ثبات الاختبار :

لإيجاد ثبات الاختبار قام الباحث باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة التطبيق على عينة استطلاعية عددها (٢٠) عشرون طالبة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية وتم إجراء التطبيق الأول في ٢٦ / ٢ / ٢٠٢٢ وإعادة التطبيق تحت نفس الظروف في ٥ / ٣ / ٢٠٢٢ وإيجاد معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني، ويوضح جدول (٣) ثبات اختبارات القدرات البدنية المستخدمة قيد البحث.

جدول (٥)

معامل الارتباط بين التطبيق إعادة التطبيق في الاختبارات البدنية لبيان معامل الثبات

ن = ٢٠

م	الاختبارات البدنية	وحدة القياس	التطبيق		إعادة التطبيق	
			س	ع±	س	ع±
١	اختبار قوة عضلات القابضة لليد اليمنى.	(كجم)	٣٦.٢١٠	٣.٧٦٤	٣٦.٣٧٢	٢.٩٧٨
٢	اختبار قوة عضلات القابضة لليد اليسرى.	(كجم)	٢٨.٠٦٠	٢.٣٢٧	٢٨.١٢١	٢.٦٥٤
٣	اختبار قوة عضلات الظهر باستخدام الديناموميتر	(كجم)	١١٥.٦٦٥	٦.٧٥٦	١١٦.١٢٥	٥.٥٨٣
٤	ضغط البار الحديدي باليدين لأعلى من وضع الوقوف	(كجم)	٤٧.٤٩٠	٤.٤٢٨	٣٧.٦٢١	٣.٦٦٧
٥	رمى جلة للخلف عبر الرأس باليدين	سم	٥.٣٨٩	٠.٦١٢	٥.٤١٢	٠.٧٢٣
٦	اختبار القوة النسبية للجسم"	%	٠.٨٥٣	٠.٠٣٩	٠.٨٥٤	٠.٠٤١
٧	اختبار مرونة الكتف والرسغ	سم	٢٤.٢٠٢	٢.٩٦٨	٢٤.١٨٧	٢.٧١٢
٨	اختبار سرعة فتح الرجلين أماماً وخلفاً من وضع الوقوف (١٠ث)	عدد	٦.٧٤٩	٠.٢٨٧	٦.٧٥٣	٠.٣٢٧
٩	اختبار الانبطاح المائل من الوقوف	عدد	١٥.٠٤٦	١.٦٤٥	١٥.١٣١	١.٦٨٣
١٠	اختبار رفع العقبين من وضع الوقوف على عارضة توازن والبار الحديدي عالياً.	ث	٩.٧٦٤	١.٠٧٤	٩.٧٨٦	١.١٤١

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٥ = ٠.٤٤٤

يوضح جدول (٥) وحود ارتباط ذو دلالة احصائية بين التطبيق إعادة التطبيق (إعادة تطبيق الاختبار) في الاختبارات البدنية لدى عينة التقنين عند مستوى معنوية ٠.٥. مما يشير الى ثبات الاختبار

رابعاً : بطاقة تقييم شكل الأداء الفني لرفعتي "الخطف - الكلين والنظر" قيد البحث ملحق ( ج )

قام الباحث بتصميم الاستمارات وذلك لقياس شكل الأداء الفني للرفعتين قيد البحث، وذلك بالرجوع للدراسات والمراجع التي أجريت في مجال رياضة رفع الأثقال ومنها دراسة كل من (علي،

مصطفى رمضان (٢٠١٥) و(مهدي، مصطفى صالح.٢٠١٦) و(رمضان، محمود حامد.٢٠١٦) و(لطيف، نبراس علي.٢٠١٦) و(عباس، حسين حسون.٢٠١٧) و(حمادي، لؤي فوزي.٢٠١٧) و(الخولي، زين العابدين.٢٠١٧) و(الخولي، زين العابدين.٢٠١٨) و(صالح، نوزين بختيار.٢٠١٨) و(الخولي، زين العابدين. ٢٠١٩) و(علي، مصطفى رمضان.٢٠١٨) و(علي، مصطفى رمضان.٢٠١٩) و(خوليو، زين العابدين. ٢٠١٨) و(الخولي، زين العابدين. ٢٠١٩) و(خلويش، علاء محمد والخولي، زين العابدين ومحمد، نبيلة ابراهيم.٢٠٢٠)، والمراجع العلمية ومنها (عبادة، خالد عبد الرؤوف.٢٠١٢) و(الجرواني، شريف والخولي، زين العابدين.٢٠١٥) زين العابدين ومحمد، نبيلة ابراهيم.٢٠٢٠)، قواعد ولوائح اللجنة الاولمبية لرياضة رفع الأثقال

### International Olympic Committee Power lifting Rules and

**Regulations** وقد روعي عند تصميمها ما يلي: تحديد الهدف من استمارة الملاحظة وهو قياس شكل الاداء الفني للرفعتين قيد البحث - تحليل الرفعتين لتحديد أهم المراحل الفنية وتوضيح مكوناتها التي يجب ملاحظتها أثناء الأداء ولكل مرحلة لها درجتها وتم القياس عن طريق لجنة مكونة من ثلاث محكمين ملحق (ى)

- المعاملات العلمية للبطاقة :

- صدق البطاقة :

تم استخدام صدق المقارنة الطرفية بحساب الأرباع الأعلى والأدنى وذلك لإيجاد معامل صدق بطاقة تقييم شكل الاداء الفني للرفعة قيد البحث على عينة عددها (٢٠) عشرون طالبة من نفس المجتمع ومن خارج عينة البحث الأساسية من طالبات الفرقة الرابعة وذلك يوم ٢٠٢٢/٢/٢٨ والجدول (٦) يوضح ذلك.

### جدول ( ٦ )

دلالة الفروق بين متوسطي الارباعى الأعلى والارباعى الأدنى لبيان معامل الصدق لبطاقة تقييم شكل الاداء الفني

ن=٢٠

م	شكل الاداء الفني	الارباعى الاعلى ن=٥		الارباعى الادنى ن=٥		فروق المتوسطات	قيمة ت	ايتا ٢	معامل الصدق
		س	ع±	س	ع±				
1	رفعة الخطف	١٣.٨٧٥	٠.٨٥٦	٦.٨٨٣	٠.٥٦٧	٦.٩٩٢	١٣.٦٢٠	٠.٩٥٩	٠.٩٧٩
2	رفعة الكلين والنظر	١٨.٧٣٤	١.٤٥١	٨.٣١٢	٠.٧٨٤	١٠.٤٢٢	١٢.٦٣٨	٠.٩٥٢	٠.٩٧٦

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٣٠٦

يتضح من جدول (٦) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥. بين متوسطى الارباعى الأعلى والارباعى الأدنى لدى عينة التقنين لبيان معامل الصدق لبطاقة تقييم شكل الاداء الفني ، مما يشير الي حصول البطاقة على قوة تاثير وصدق عالية.

#### ثبات البطاقة :

وذلك عن طريق تطبيق اختبار وإعادة التطبيق بفارق سبعة أيام من ٢٠٢٢/٣/٣ م إلى ٢٠٢٢/٣/١٠ م على عينة عددها (٢٠) عشرون طالبة ممثلة للعينة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية و جدول (٧) يوضح ذلك.

#### جدول (٧)

معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق لبيان معامل الثبات لبطاقة تقييم شكل الاداء الفني للرفعة قيد البحث  
ن = ٢٠

معامل الارتباط	اعادة التطبيق		التطبيق		استمارة تقييم شكل الأداء	م
	ع±	س	ع±	س		
٠.٩٧١	١.٢١٥	١٠.٥٢٦	١.١٢٦	١٠.٣٧٩	رفعة الخطف	1
٠.٩٨٤	١.٤٧٨	١٣.٦١٥	١.٦٨٧	١٣.٥٢٣	رفعة الكلين والنظر	2

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤

يوضح جدول (٧) وحوادث ارتباط ذو دلالة احصائية بين التطبيق واعادة التطبيق (اعادة تطبيق البطاقة) لبيان معامل الثبات لبطاقة تقييم شكل الاداء الفني لدى عينة التقنين عند مستوى معنوية ٠.٠٥. مما يشير الى ثبات البطاقة.

#### خامساً : اختبار التحصيل المعرفي من خلال استراتيجية الأبعاد السداسية (PDEODE) ملحق (هـ)

قام الباحث بتصميم الاختبار المعرفي يعتمد في اجابته علي استراتيجية الأبعاد السداسية (PDEODE) وهذا الإختبار يطبق لأول مرة في مجال التربية الرياضية بصفة عامة وفي مجال رياضة رفع الأثقال بصفة خاصة ،وذلك لقياس مدى تحصيل الطالبات للجانب المعرفي وتحقيق أهداف البرنامج التعليمي المقترح، وذلك وفق للخطوات التالية:

- تحديد الهدف من الاختبار: يهدف الي قياس تحصيل الطالبات للجانب المعرفي الخاص برفعتي قيد البحث.

- **تحليل المحتوى النظري والعملي** : قام الباحث بتحليل كل من (استراتيجية الابعاد السداسية (PDEODE) - مقرر رياضة رفع الأثقال "تاريخ- قانون- المحتوى المهاري" قيد البحث) والذي سوف تتناوله الطالبات عينة البحث بالدراسة بشكل تفصيلي.
- تحديد محاور الاختبار** : في ضوء الهدف العام للاختبار ومحتوى البرنامج التعليمي المقترح والمعلومات المعرفية المرتبطة بمقرر رياضة رفع الأثقال قيد البحث والمراد قياس تحصيل الطالبات فيه ، قام الباحث بالرجوع للمراجع العلمية والدراسات التي أجريت في مجالي "استراتيجية الابعاد السداسية ، مجال رفع الأثقال" ففي مجال استراتيجية الابعاد السداسية (PDEODE) تم الرجوع الي دراسة كل Buzan, T. (2007). Buzan, T & Buzan, B.(2010). The mind map book, jarir book store. Costu, B.(2008). Farrand, P.; Hussain, F.; Hennessy, E.(2002). Dhindsa, H.S.; Makarimi-Kasim; Roger Anderson, O.(2011). Holland, B.; Holland, L.; Davies, J.(2004). Ismail, M.; Ngah, N.;Umar, I.(2010). Willis, C.L.; Miertschin, S.L. (2006). Moi, Wong -Ang.G; Lian, O.L.(2007).Nong, B. K.; Pham, T. A.; Tran, T. N. M.(2009). Trevino, C.(2005). Eisinga, R.; Te Grotenhuis, M.; Pelzer, B. (2012). " Parkway, F. W., & Hass, G. (2000). Ritter, N. (2010). Research Association (SERA) Conference (2009) Cortina, J. M., (2010, 2009)، وتم تحديد (٨) ثمانية نقاط فنية لمعايير تصميم الابعاد السداسية الالكترونية، أما في مجال رفع الأثقال ومنها دراسة كل من (الخولي، زين العابدين، ٢٠١٨) و(صالح، نوزين بختيار، ٢٠١٨) و(الخولي، زين العابدين، ٢٠١٩) و (علي، مصطفى رمضان، ٢٠١٩) *International Olympic Committee Power lifting Rules and Regulations*.، والمراجع العلمية ومنها " عبادة ،خالد ،٢٠١٢) ، " الجرواني، شريف ،الخولي، زين العابدين معروف" (٢٠١٥)، زين العابدين ومحمد، نبيلة ابراهيم، ٢٠٢٠) لحصر الأبعاد الرئيسية التي يتضمنها البرنامج التعليمي المقترح والمراد تكوين تحصيل الطالبات فيه، ثلاث أبعاد خاصة برياضة رفع الأثقال ، وتم عرض المعايير الفنية والأبعاد علي عدد (٩) تسعة من الخبراء المتخصصين في مجالات ( تكنولوجيا التعليم - طرق التدريس - رفع الأثقال - علم النفس) ببعض كليات التربية والتربية النوعية والتربية الرياضية **ملحق (م) لتحديد نسب الاتفاق عليها والجدول (٨) يوضح ذلك.**



## جدول (٨)

نسبة اتفاق الخبراء حول محاور اختبار التحصيل المعرفي من خلال استراتيجية الابعاد السداسية التعاونية

م	المحور	نسبة اتفاق الخبراء %
١	أولاً : المحاور الخاصة بمقرر رياضة رفع الأثقال	
	. التطور التاريخي	١٠٠
	. القانون	١٠٠
	. الجانب المهارى	١٠٠
٢	ثانياً: المحاور الخاصة بالمعايير الفنية لتصميم استراتيجية الابعاد السداسية	
	. تستخدم الاستراتيجية عنوان لكل درس	١٠٠
	. تستخدم الاستراتيجية صور وفيديوهات	١٠٠
	. تظهر الاستراتيجية درجة عالية من الفهم والأفكار المتعلقة بالمحتوي التعليمي	١٠٠
	. تظهر الاستراتيجية التفرع والتشعب إلي مستويات عديدة	١٠٠
	. تحتوي الاستراتيجية علي المراحل الست الخاصة بها	١٠٠
	. يكون في كل مرحلة دور للمعلم وللمتعلم وجزء للتقويم	١٠٠
	- تظهر الاستراتيجية العلاقات بين المفاهيم بشكل عال	١٠٠
	. الاستراتيجية تغطي محتوى الموضوع بطريقة شاملة	١٠٠

يتضح من جدول (٨) أن نسبة اتفاق الخبراء حول محاور اختبار التحصيل المعرفي باستخدام استراتيجية الابعاد السداسية التعاونية وقد وافق السادة الخبراء بنسبة اتفاق ١٠٠% على اهمية تلك المحاور

- تحديد الأهمية النسبية للاختبار : من خلال تحديد المحاور السابقة تم وضع سؤال مقالي خاص بمقرر رياضة رفع الأثقال، علي أن يتضمن المحاور السابقة بحيث يشمل علي سؤال ، مع التنوية أن تقوم الطالبة بالاجابة عليا بواسطة استراتيجية الابعاد السداسية مع مراعاة تطبيق المعايير الفنية الخاصة بها "قيد البحث"

- تحديد وصياغة مفردات الاختبار : تم مراعاة أن تكون صياغة مفردات الاختبار بحيث تراعي النقاط التالية (الشمولية - مناسبتها لمستوى الطالبات- وضوح الصياغة - قياس أهداف محتوى البرنامج المقترح -الثقة العلمية - الاختصار - عدم احتمال الصياغة لأكثر من مدلول )

- تحديد نوع الأسئلة : تم صياغة أسئلة الاختبار في نمط واحد وهو سؤال المقالة علي أن يتضمن فكرة مجموعة من الموضوعات السابق دراستها والتي تتمشي مع المحاور السابق ذكرها وتتطلب من الطالبة الاجابة عليها من خلال استراتيجية الابعاد السداسية الالكترونية، عن طريق الهاتف

الخاص بها أو جهاز الكمبيوتر المحمول "اللاب توب - التابلت"، ثم إرسالها الي الباحث بعد الانتهاء من الامتحان في نفس القاعة لإعطاء الدرجات الخاصة به في شقي الاختبار "المعايير الفنية لتصميم الاستراتيجية - محتوى مقرر رفع الانتقال.

- صلاحية الصورة المبدئية للاختبار : تم عرض الصورة الأولية للاختبار ملحق (د، هـ) على الخبراء المتخصصين في مجالات ( تكنولوجيا التعليم - طرق التدريس - رفع الانتقال - علم النفس) ببعض كليات التربية والتربية النوعية والتربية الرياضية ملحق ( م ) وذلك للتأكد من صلاحية الاختبار للتطبيق ، وقد وافق الخبراء علي صياغة السؤال والموضوعات التي يتضمنها دون إجراء أي حذف أو تعديل أو إضافة بنسبة مائة قدرها ١٠٠% (صدق المحكمين) ملحق(م):

- تحليل مفردات الاختيار: الغرض هو تطبيقه على عينة أو نموذج مصغر من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية وذلك بغرض الوقوف على صعوبة المفردات وعدد الأسئلة، ولذا تم تطبيقه على عينة عددها (٢٠) عشرون طالبة ماثلة لعينة البحث الأصلي ومن خارج العينة الأصلية، ولقد استخدم الباحث المعادلات التالية:

$$\text{معامل السهولة} = \frac{\text{الإجابات الصحيحة للسؤال ( المفردة )}}{\text{الإجابات الصحيحة + الإجابات الخاطئة}}$$

العلاقة بين السهولة والصعوبة علاقة عكسية مباشرة، بمعنى أن مجموعهم يساوي الواحد الصحيح.

أي أن : معامل السهولة = ١ - معامل الصعوبة.

معامل الصعوبة = ١ - معامل السهولة.

معامل التمييز :

استخدم الباحث معادلة التباين وذلك لحساب تميز مفردات الاختبار وذلك من خلال معادلة

التالية:

$$\text{التباين} = \text{معامل السهولة} \times \text{معامل الصعوبة}$$

جدول (٩)

معاملات السهولة والصعوبة والتمييز لمفردات اختبار التحصيل المعرفي قيد البحث

معامل التمييز	معامل الصعوبة	معامل السهولة	رقم العبارة	معامل التمييز	معامل الصعوبة	معامل السهولة	رقم العبارة
٠.٢٢٨	٠.٦٥٠	٠.٣٥٠	١٢	٠.٢٢٨	٠.٣٥٠	٠.٦٥٠	١
٠.٢٤٨	٠.٤٥٠	٠.٥٥٠	١٣	٠.٢٤٠	٠.٦٠٠	٠.٤٠٠	٢
٠.٢٤٨	٠.٥٥٠	٠.٤٥٠	١٤	٠.٢١٠	٠.٧٠٠	٠.٣٠٠	٣
٠.٢٤٠	٠.٤٠٠	٠.٦٠٠	١٥	٠.٢٤٠	٠.٦٠٠	٠.٤٠٠	٤

٠.٢٥٠	٠.٥٠٠	٠.٥٠٠	١٦	٠.٢٤٠	٠.٤٠٠	٠.٦٠٠	٥
٠.٢٥٠	٠.٥٠٠	٠.٥٠٠	١٧	٠.٢٤٨	٠.٥٥٠	٠.٤٥٠	٦
٠.٢٤٨	٠.٤٥٠	٠.٥٥٠	١٨	٠.٢٤٠	٠.٦٠٠	٠.٤٠٠	٧
٠.٢٤٠	٠.٦٠٠	٠.٤٠٠	١٩	٠.٢٤٨	٠.٤٥٠	٠.٥٥٠	٨
٠.٢٤٠	٠.٤٠٠	٠.٦٠٠	٢٠	٠.٢٥٠	٠.٥٠٠	٠.٥٠٠	٩
				٠.٢٤٠	٠.٦٠٠	٠.٤٠٠	١٠
				٠.٢٤٨	٠.٥٥٠	٠.٤٥٠	١١

يتضح من جدول (٩) ان الاختبار يتميز بمعاملات السهولة حيث يتراوح معامل السهولة بين ( ٠.٣٥ - ٠.٦٥ ) ومعاملات الصعوبة حيث يتراوح معامل الصعوبة بين ( ٠.٣٠ - ٠.٧٠ ) وان معاملات التميز لاختبار التحصيل المعرفي ذات قوة تميز مناسبة حيث تتراوح ما بين ( ٠.٢١٠ - ٠.٢٥٠ )

### المعاملات العلمية للاختبار المعرفي

صدق الاختبار : استخدم الباحث نوعين من الصدق على النحو التالي :  
صدق المحكمين :

تم عرض الاختبار على ( ٧ ) سبعة من الخبراء في مجالات ( تكنولوجيا التعليم - طرق التدريس - رفع الأثقال - علم النفس ) ببعض كليات التربية والتربية النوعية والتربية الرياضية حيث قاموا بالحكم على الاختبار ومراجعة مفرداته وذلك من حيث الدقة العلمية ومناسبة الأسئلة لمستوى الطالبة ولكل محور من محاور الاختبار، والقدرة على الوصول للصورة النهائية لتطبيق الاختبار ووضع موضع التطبيق ، ملحق ( ي ) .

### صدق المقارنة الطرفية :

تم استخدام اختبار دلالة الفروق بين الأرباع الأعلى والأدنى لإيجاد صدق الاختبار وتم تطبيقه على عينة (٢٠) عشرون طالبا من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية، في ٢٧/٢/٢٠٢٢، ويوضح ذلك جدول (١٠)

### جدول (١٠)

دلالة الفروق بين متوسطي الارباع الاعلى والارباعى الأدنى لاختبار التحصيل المعرفي لبيان معامل الصدق

ن=٢٠

م	المتغير	الارباعى الاعلى ن=٥		الارباعى الادنى ن=٥		فروق المتوسطات	قيمة ت	ايتا ٢	معامل الصدق
		ع±	س	ع±	س				
١	اختبار التحصيل المعرفي	٩.٣٤٨	٠.٧٤٣	٤.٨٦٤	٠.٤٣٢	٤.٤٨٤	١٠.٤٣٤	٠.٩٣٢	٠.٩٦٥

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٣٠٦

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية 0.05 بين متوسطى الارباعى الأعلى والارباعى الأدنى لدى عينة التقنين لاختبار التحصيل المعرفى قيد البحث كما يتضح حصول الاختبار على قوة تأثير وصدق عالية (صدق المقارنة الطرفية) - ثبات الاختبار :

لحساب ثبات الاختبار تم تطبيق الاختبار على عينة مماثلة لعينة البحث ولكنها من خارج العينة الأصلية وكان عددها (٢٠) عشرون طالبا في الفترة من ٢٠٢٢/٣/١ ثم إعادة نفس الاختبار مرة أخرى في نفس الظروف على نفس الطالبات في يوم ٢٠٢٢/٣/٧ وتم إيجاد معامل الثبات ويوضح ذلك جدول (١١).

### جدول (١١)

معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق لاختبار التحصيل المعرفى لبيان معامل الثبات

ن = ٢٠

م	المتغير	التطبيق		إعادة التطبيق	
		س	ع±	س	ع±
١	اختبار التحصيل المعرفى	٧.١٠٦	٠.٩٥٨	٧.١١٥	٠.٨٥٧
					٠.٩٧٤

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 0.444

يوضح جدول (١١) وجود ارتباط ذو دلالة احصائية بين التطبيق و إعادة التطبيق ( إعادة تطبيق الاختبار) لاختبار التحصيل المعرفى قيد البحث لدى عينة التقنين عند مستوى معنوية 0.05 مما يشير الى ثبات الاختبار

**ملحوظة :** للتمكن من إجراء المعاملات العلمية للاختبار المعرفى المتضمن قياس (استراتيجية الابعاد السداسية الالكترونية طبقاً للمعايير الفنية)، قام الباحث بالتدريس لمجموعتي البحث (العينة الاصلية - عينة المعاملات العلمية) قبل تنفيذ التجربة في تعلم أحد الانشطة التي سبق تعلمها في الكلية ،لمدة أسبوعين بواقع (٣) ثلاثة محاضرات أسبوعياً، بمجموع (٦) ستة محاضرات، زمن المحاضرة (٦٠) ستون دقيقة ، وخارج الجدول الدراسي. وذلك للتأكد من معرفة الطالبة بالحد الأدنى لمبادئ المعايير الفنية لتصميم استراتيجية الابعاد السداسية الالكترونية اللازمة لتعلمها رفعتي قيد البحث من خلال هذه التقنية فيما بعد.

سادساً: إستمارة آراء وإنطباعات الطالبات نحو البرنامج التعليمي المقترح بإستخدام إستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية "إعداد الباحث". ملحق ( ك )

أ- تحديد الهدف من الاستبيان

وتتمثل في التعرف علي الآراء والانطباعات الوجدانية لطالبات المجموعة التجريبية نحو البرنامج التعليمي المقترح بإستخدام إستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية ومعرفة تأثيره علي الآراء والانطباعات الوجدانية لهن.

ب - صياغة وتحديد العبارات :

انطلاقاً من عنوان البحث وهدفه واستناداً إلى المراجع العلمية ومنها دراسة كل من (إسماعيل ،احمد محمد. (٢٠١١) ،" و(الخولي، زين العابدين. ٢٠١٤) و(أبو الفضل، شادي فتح الله. (٢٠١٥) و(حسين، هدى فاضل. (٢٠١٥) و(الخولي، زين العابدين. ٢٠١٦) و(الخولي، زين العابدين. ٢٠١٨) و(الخولي، زين العابدين. ٢٠١٩) تم صياغة وتحديد عدد العبارات ، حيث روعي في صياغتها أن تكون بسيطة ومفهومة ، وأن تكون عبارتها مباشرة حتى تكون بياناتها محددة ودقيقة

المعاملات العلمية الاستبيان :

صدق الاستبيان :

استخدم الباحث صدق المحكمين وذلك بعرضها على ( ٩ ) تسعة من الخبراء في مجال علم النفس التربوي والرياضي والمناهج وطرق تدريس رفع الاثقال ملحق ( م ) وتم وضع ميزان خماسي بطريقة لكارد ملحق (ز) ، وقد ارتضى الباحث بالعبارات التي حصلت نسبة مئوية قدرها ٧٧.٧٨ % فأكثر ملحق (ي) وجدول (١٢) يوضح ذلك.

جدول (١٢)

النسبة المئوية لأراء السادة الخبراء حول عبارات استبيان الآراء والانطباعات الوجدانية

نحو إستخدام إستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية والبرنامج التعليمي المقترح (صدق المحكمين)

ن=٩

العبرة	نسبة الموافقة %	العبرة	نسبة الموافقة %	العبرة	نسبة الموافقة %	العبرة	نسبة الموافقة %
١	١٠٠.٠٠	٧	٤٤.٤٤	١٣	٨٨.٨٩	١٩	٥٥.٥٦
٢	١٠٠.٠٠	٨	٧٧.٧٨	١٤	١٠٠.٠٠	٢٠	١٠٠.٠٠
٣	٨٨.٨٩	٩	٨٨.٨٩	١٥	٧٧.٧٨	٢١	٧٧.٧٨
٤	١٠٠.٠٠	١٠	١٠٠.٠٠	١٦	١٠٠.٠٠	٢٢	١٠٠.٠٠
٥	١٠٠.٠٠	١١	١٠٠.٠٠	١٧	٨٨.٨٩		
٦	١٠٠.٠٠	١٢	٨٨.٨٩	١٨	١٠٠.٠٠		

يوضح جدول (١٢) النسبة المئوية لأراء السادة الخبراء حول عبارات استبيان الآراء والانطباعات الوجدانية استخدام البرنامج التعليمي المقترح ويتضح تراوح النسبة المئوية للعبارات ما بين (٤٤.٤٤% --- ١٠٠.٠%) وقد ارتضى الباحث بالعبارات التي حصلت نسبة مئوية قدرها ٧٧.٧٨ % فأكثر.

#### جدول (١٣)

العدد المبدئي والنهائي وأرقام العبارات المستبعدة والمعدلة لاستمارة الآراء والانطباعات الوجدانية

م	الاستمارة	العدد المبدئي للعبارات	عدد العبارات المستبعدة	أرقام العبارات المستبعدة	عدد العبارات المعدلة	أرقام العبارات المعدلة	العدد النهائي للعبارات
	الآراء والانطباعات الوجدانية	٢٢	٢	١٩-٧	٢	١٧-٩	٢٠

يوضح جدول (١٣) العدد المبدئي والنهائي وأرقام العبارات المستبعدة لاستمارة الآراء والانطباعات الوجدانية قيد البحث ويتضح اتفاق السادة الخبراء على استبعاد عدد (٢) عبارات من إجمالي الاستبيان وعدده (٢٢) عبارة وتعديل عدد (٢) عبارة وبذلك اصبح العدد النهائي لإجمالي للاستبيان (٢٠) عبارة.

#### ثبات الاستبيان :

تم حساب الثبات باستخدام التجزئة النصفية وذلك بتطبيق الاستبيان على المجموعة التجريبية في الفترة من ٢٥/٦/٢٠٢٢ إلى ٢٠/٧/٢٠٢٢ ، حيث وجد أن معامل الثبات ٠.٩٤ مما يشير إلى ثبات الاستبيان.

#### جدول (١٤)

معامل الارتباط باستخدام التجزئة النصفية ومعامل ألفا (كرونباخ) لبيان معامل الثبات لعبارات استمارة الآراء والانطباعات الوجدانية نحو استخدام إستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية والبرنامج التعليمي المقترح

ن=٩

م	الاختبار الإحصائي	معامل الارتباط
١	التجزئة النصفية	٠.٩٤٢
٢	معامل ألفا (كرونباخ)	٠.٩٣٩

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٦٦٦

يوضح جدول (١٤) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين نصفى عبارات الاستبيان حيث حقق معامل الارتباط المحسوب ٠.٩١١ وكذلك معامل ألفا (كرونباخ) حيث حقق معامل الارتباط ٠.٩١٣ لبيان معامل الثبات الكلى للاستبيان وذلك عند مستوى معنوية ٠.٠٥ وهى معاملات ارتباط ذو دلالة عالية مما يشير الى ثبات الاستبيان.

## ٢. البرنامج التعليمي المقترح: ملحق (ط):

### ١. الهدف من البرنامج :

تعلم رفعتي الخطف - الكلين والنظر لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية من خلال برنامج تعليمي مدعم ببرمجية واستخدام إستراتيجية الابعاد السداسية لإلكترونية التعاونية كمدخل له في تعلم رفعتي قيد البحث ، وينبثق منه الأهداف التالية:  
تم تحديد الأهداف التعليمية في الأتي :

أ. **هدف عام معرفي :** ويتمثل في تغيير البيئة المعرفية للطالبات، والوصول لمستوى اعلى من التفكير وزيادة الإنتباه والتركيز وتحصيل الطالبات على أكبر قدر من المعلومات عن رفعتي قيد البحث من الجانب التاريخي والمهارى والقانوني، والمعايير الفنية لتصميم استراتيجية الابعاد السداسية الالكترونية وزيادة الادراك بالمعلومات التي تتعلق بذلك من خلال برمجية تعليمية.

ب. **هدف عام مهاري:** ويتمثل في إكساب الطالبات شكل الاداء الفني الأمثل لرفعتي (الخطف - الكلين والنظر) في رياضة رفع الاثقال قيد البحث

ت. **هدف عام وجداني:** إكساب الطالبات آراء واتجاهات ايجابية نحو البرنامج التعليمي المدعم ببرمجية تعليمية وإستخدام إستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية كمدخل له.

٢. **أسس بناء البرنامج:** تمت مراعاة مجموعة من الاسس العلمية عند بناء البرنامج التعليمي وكانت علي النحو التالي أن :

- يتميز بالتنوع والتشويق والإثارة .
- يتناسب مع المرحلة السنية للطالبة
- يراعى توفير الإمكانيات للأدوات اللازمة للتطبيق.
- يعرض المعلومات على الشاشة بطريقة جيدة.
- يستهدف المعلومات التي يحتاج اليها الطالبة.
- وضوح النصوص المكتوبة من حيث الحجم والموضع ودرجة اللون .
- يوفر مشاركة فعالة من الطالبة .
- يتناسب مع الوقت المخصص للتعلم.
- توفير عوامل الأمن والسلامة أثناء العمل حرصاً على سلامة الطالبة
- الشمول والمرونة والسهولة في الفهم علي بساطة المجهود المطلوب
- أن يعمل على استثارة دوافع الطالبات نحو تعلم مقرر رياضة رفع الاثقال

- يتحدى محتوى البرنامج قدرات الطالبات مما يسمح بأستثاراته ودافعيتهم للتعلم لتحقيق العائد التربوي منة
  - التدرج من السهل إلى الصعب
  - يكسب الطالبة القدرة على اكتساب مهارات الحاسب الالى والتفاعل مع الاستراتيجيه
  - يحقق تكامل الشخصية من حيث علاقة الطالبة مع ذاتها وعلاقتها مع الاخرين
  - مراعاة الخصائص الجسمية والنفسية والقدرات العقلية لهذه المرحلة
  - يراعى تحقيق الشعور بالسعادة لدى الطالبات
  - تميز البرنامج بالبساطة والوضوح والإستمرار
  - مراعاة المشاركة التعاونية للطالبات
  - مراعاة زمن الاشتراك والممارسة لكل طالبة فى وقت واحد
  - يراعى ربط النشاط بالتعاون وتحمل المسئولية واحترام الاخرين
  - مراعاة الفروق الفردية بين الطالبات
  - إتاحة فرص الاشتراك والممارسة لكل الطالبات فى وقت واحد
  - يستند علي ضرورة جعل التعلم مشوقاً وفعالاً من خلال استراتيجيه الابعاد السداسية الالكترونيه التعاونية
  - يجعل البيئه التعليميه تتسم بالحيويه والنشاط والواقعيه لإتاحة الفرصه لإثراء خبرات التعلم
٣. الامكانيات اللازمه لتنفيذ البرنامج :

قام الباحث باستخدام الامكانيات التاليه عند تنفيذ البرنامج : (بار حديدي- عدد من الأقراص- محابس- طبلية - معمل الكلية - هواتف محموله حديثه Smart Phones - تطبيق AZ Screen Recorder الخاص بتسجيل الشاشة فيديو مع الصوت - الصور والرموز- مواقع ورابط تخص رياضه رفع الاثقال

#### ٤. تحديد محتوى البرنامج:

يتضمن محتوى البرنامج التعليمي في تعلم مقرر رفع الاثقال من خلال استراتيجيه الابعاد السداسيه الالكترونيه التعاونيه ،محورين كل محور ينقسم الي عدة أجزاء وكل جزء يحتوي علي مجموعه من النقاط وقد تناولت موضوعات:

أولاً: المحاور الخاصه بمقرر رياضه رفع الأثقال وتتمثل في ( التطور التاريخي - القانون - الجانب المهارى)



ثانياً: المحاور الخاصة بالمعايير الفنية لتصميم الابعاد السداسية الالكترونية وتتمثل في  
تستخدم الاستراتيجية عنوان لكل درس - تستخدم الاستراتيجية صور وفيديوهات - تظهر  
الاستراتيجية درجة عالية من الفهم والأفكار المتعلقة بالمحتوي التعليمي - تظهر الاستراتيجية التفرع  
والتشعب إلي مستويات عديدة - تحتوي الاستراتيجية علي المراحل الست الخاصة بها - يكون في  
كل مرحلة دور للمعلم وللمتعلمة وجزء للتقويم - تظهر الاستراتيجية العلاقات بين المفاهيم بشكل  
عال - الاستراتيجية تغطي محتوى الموضوع بطريقة شاملة  
٥. أسلوب التدريس المستخدم في تنفيذ البرنامج:

استخدم الباحث ما يلي (استراتيجية الابعاد السداسية الالكترونية التعاونية - المحاضرة  
النظرية - المحاضرة العملية - التعلم التعاوني - التعلم الذاتي) حيث تتضمن إستراتيجية الابعاد  
السداسية الإلكترونية التعاونية نوعان من الأنشطة التعليمية , نوع يقوم به المعلم , الآخر تقوم به  
الطالبة، الذي سبق الإشارة اليه في الاستراتيجية".

٦. الاطار الزمني لتنفيذ البرنامج : قام الباحث بوضع جدول زمني لتنفيذ البرنامج كالتالي :

- قام أحد الباحث بالتدريس لمجموعتي البحث (العينة الاصلية - عينة المعاملات العلمية) قبل  
تنفيذ التجربة لمدة أسبوعين بواقع ثلاثة محاضرات زمن المحاضرة (٦٠) ستون دقيقة في  
الاسبوع، وخارج الجدول الدراسي.

- ثم قام الباحث بوضع جدول زمني لتنفيذ البرنامج وقد أشتمل علي لمدة ثلاثة أشهر (١٢) إثني  
عشر وحدة ، موزعة علي (٢) محاضرة أسبوعياً واحدة نظرية واخري تطبيقية ، وجدولي (١٥) ،  
(١٦) يوضح التوزيع الزمني للبرنامج ، وكذلك أجزاء الوحدة التعليمية "النظرية والتطبيقية"  
لطالبات المجموعة التجريبية

#### جدول (١٥)

##### التوزيع الزمني للبرنامج التعليمي المقترح

م	البيان	توزيع البرنامج التعليمي
١	عدد الأسابيع	١٢ أسابيع
٢	عدد الوحدات التعليمية "نظرية - عملية"	١٢ وحدات
٣	عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع "نظرية - عملية"	وحدة واحدة
٤	زمن التطبيق في الوحدة "نظرية - عملية"	١٢٠ دقيقة
٥	زمن التطبيق في الأسبوع	١٢٠ دقيقة
٦	الزمن الكلي لتطبيق البرنامج	٧٢٠ دقيقة

ملحوظة: الوحدة ساعتان "نظرية وتطبيقية" مقسمة ساعة لكل منهما طبقاً للخطة الدراسية بالكلية

جدول (١٦)

التوزيع الزمني للوحدة التعليمية في البرنامج التعليمي المقترح

م	أجزاء الوحدة التعليمية النظرية	الزمن	أجزاء الوحدة التعليمية العملية	الزمن
١	أعمال إدارية (دخول المدرج - أخذ الغياب)	٥ دقيقة	أعمال إدارية (دخول صاله رفع الانتقال - أخذ الغياب)	٥ دقيقة
٢	تهيئة للمحاضرة	٥ دقيقة	الجزء التعليمي: وذلك من خلال عائد معلوماتي "تغذية راجعة" عن طريق : مشاهدة الفيديو المصاحب لصوت الطالبة الذي تم تسجيله من علي شاشة الموبايل (الجزء الخاصة بعمل استراتيجيات الابعاد السداسية الإلكترونية ) بعد مراجعته من الباحث	١٥ دقيقة
٣	الجزء التعليمي	٢٠ دقيقة	إجماع والتهيئة العامة	٥ دقيقة
٤	الجزء التطبيقي : من خلال جهاز المحمول الخاص بالطالبة وفيه: - تدريب الطالبة على اختيار الفيديو والصور التي يمكن استخدام استراتيجيات الابعاد السداسية الإلكترونية" - بعد الانتهاء من هذه الخطوة تقوم الطالبة بعمل المراحل الست علي الرفعة كما تعلمتها من خلال تطبيق AZ Screen Recorder " الخاص بتسجيل الشاشة فيديو مع الصوت - القيام بعمل الانشطة المرافقة لها "تعاوني لتبادل المعلومات بينهم - فردي"	١٥ دقيقة	إعداد بدني	١٥ دقيقة
٥	قيام كل طالبة بعرض أعمالها علي الباحث من خلال شبكة (network)	١٠ دقيقة	التطبيق العملي: تطبيق ما شاهدتها الطالبة في الفيديو الخاص باستراتيجيات الابعاد السداسية الإلكترونية	١٥ دقيقة
٦	المناقشة إعطاء واجب منزلي للطالبة علي التحضير للمحاضرة التالية بنفس الخطوات المتبعة في الابعاد السداسية الإلكترونية وإرسالها للباحث	٥ دقيقة	الختام إعطاء واجب منزلي للطالبة علي التحضير للمحاضرة التالية بنفس الخطوات المتبعة في استراتيجيات الابعاد السداسية الإلكترونية وإرسالها للباحث	٥ دقيقة
	المجموع	٦٠ دقيقة	المجموع	٦٠ دقيقة

٧. طرق واساليب تقويم البرنامج: تمثلت طرق وأساليب تقويم البرنامج فيما يلي :

- التقويم المبدئي او التمهيدي للبرنامج ويتضمن:

استمارة لقياس شكل الاداء الفني لرفعتي "الخطف - الكلين والنظر" في مقرر رفع الانتقال - اختبار التحصيل المعرفي لمقرر رفع الانتقال من خلال استراتيجيات الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية

- التقويم البنائي او التكويني :

ويتم تطبيق هذا التطبيق في كل محاضرة "نظرية - عملية" على مدار البرنامج من خلال الاهداف السلوكية

- التقويم الختامي ( النهائي ) ويتم هذا النوع في نهاية التفاعل مع البرنامج ويتضمن :

إستمارة لقياس شكل الاداء الفني لرفعتي "الخطف - الكلين والنظر" في مقرر رفع الانتقال. - إختبار التحصيل المعرفي لمقرر رفع الانتقال من خلال استراتيجيات الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية - آراء وانطباعات الطالبات نحو البرنامج التعليمي وإستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية كمدخل لها.

٨. عرض البرنامج علي المحكمين:

تم عرض البرنامج المقترح علي عدد (٧) سبعة من الخبراء المتخصصين في مجالات ( تكنولوجيا التعليم - طرق التدريس - رفع الانتقال-علم النفس) ببعض كليات التربية والتربية النوعية والتربية الرياضية ملحق(م) في صورة الأولى لإستطلاع آرائهم حول صلاحية البرنامج،وقد حرص الباحث علي مقابلة المحكمين أثناء فحصهم البرنامج،حتى يتمكن من الإجابة علي إستفساراتهم،ومن خلال إستعراض آرائهم وتحليلها،إتضح موافقتهم علي صلاحية البرنامج للتطبيق بكل ما تتضمن،وذلك بنسبة مئوية قدرها ١٠٠%.

الدراسة الإستطلاعية للبرنامج المقترح:

بعد موافقة المحكمين علي البرنامج المقترح قيد البحث،قام الباحث بتجريب أجزاء من البرنامج (إستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية) علي (٢٠) عشرون طالبة من نفس مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية،وذلك للتأكد من مدى مناسبة البرنامج لقدرات الطالبات وفهمهم وإستيعابهن بالإضافة إلي إختبار صلاحية تطبيق AZ Screen Recorder الخاص بتسجيل الشاشة فيديو مع الصوت- علي الهواتف المحمولة Smart Phones - والأدوات المستخدمة في تنفيذه - وزمن وسهولة الإنتقال والتحرك،بالإضافة إلي التأكد من مناسبة الأزمنة لأجزاء الدرس،وبناءً علي نتائج تلك الدراسة تم التأكد من ملائمة البرنامج المقترح قيد

البحث للهدف الذي تم وضعه، وأصبح متكامل وملائم تماماً للتطبيق الفعلي علي عينة البحث الأصلية، تمت تلك الدراسة في الفترة ما بين ٢٠٢٢ / ٣ / ٩ إلي ٢٠٢٢ / ٣ / ١٠

٣ . استراتيجية الابعاد السداسية الالكترونية التعاونية :

يذكر (الخطيب ٢٠١٢، 245) أن إجراءات سير وتطبيق استراتيجية الابعاد السداسية

PDEODE يشتمل على ما يلي:

١. التنبؤ ( P ) : **Prediction** وفيها يقدم المعلم مشكلة حول المفهوم المراد تعليمه للطالبات ،

ثم يتيح لهم الفرصة لكي يتنبؤوا بنتيجة المشكلة المطروحة بشكل فردي، وتبرير تلك التنبؤات قبل أن تبدأ أي فعاليات أو أنشطة تعليمية

٢. المناقشة ( D ) : **Discuss** وفيها يتم إتاحة الفرصة للطالبات لكي يعملوا في مجموعات صغيرة من أجل مناقشة أفكارهم وتبادل الخبرات والتأمل معا .

٣. التفسير ( E ) : **Explain** حيث يصل الطالبات إلى حل تعاوني حول المشكلة، على أن تتبادل نتائجهم مع المجموعات الأخرى من خلال المناقشة الجماعية للصف بأكمله.

٤. الملاحظة ( O ) : **Observe** حيث تختبر الطالبات أفكارهم وآراءهم حول المشكلة من خلال إجراء الأنشطة والتجارب في شكل مجموعات وتسجيل الملاحظات، وقد تقع الطالبة في حالة من عدم الاتزان المعرفي في حال عدم توافقها مع التنبؤات

٥. المناقشة ( D ) : **Discuss** حيث تقوم الطالبات بتعديل تنبؤاتهم من خلال الملاحظات الفعلية في الخطوة السابقة، وهذا يتطلب من الطالبات ممارسة مهارات التحليل والمقارنة، ونقد زملائها في المجموعات.

٦. التفسير ( E ) : **Explain** حيث تواجه الطالبات جميع التناقضات الموجودة بين الملاحظات والتنبؤات من خلال حل التناقضات التي توجد ضمن معتقداتهم.

تم استخدام استراتيجية الابعاد السداسية في تعلم مهاراتي قيد البحث علي أن تبدأ من خلال طرح المعلم لمشكلة تكون ذات أهمية للمتعلم فيقوم بعمل تنبؤات لها مع تبريرها بشكل فردي ، ثم تتاح الفرصة للطالبات من أجل مناقشة أفكارهم وتبادل الخبرات معاً؛ ثم يتبعه عمل مناقشة جماعية للصف بأكمله، ويتم بعد ذلك اختبار تلك الأفكار والآراء حول المشكلة من خلال إجراء الأنشطة والتجارب في شكل مجموعات تعاونية وتسجيل الملاحظات، وتخلق هذه الاستراتيجية حالة من عدم الاتزان المعرفي في ذهن الطالبات إذا لم تتوافق مع أفكارهم السابقة وتتوافق معها، ويكيف معرفته الجديدة مع الخبرات السابقة لديه .ويظهر ارتباط استراتيجية الابعاد السداسية في تعلم مهاراتي قيد البحث في كونها تعتمد على موقف مشابه يواجه به المتعلم، يجعله في حالة عدم

اتزان، فيقوم بمجموعه من الأنشطة والتجارب في محاولة منه لحلها، وشرح وجهات نظر من قاموا بها.

تقوم الاستراتيجية على ثلاثه جوانب رئيسية الاول وهو الجانب المعرفي و يتمثل في المعلومات المقدمه عن طبيعة الاستراتيجية وهي تدريس مقرر رياضة رفع الاثقال الذي تشتمل علي (نبذة تاريخية عن رياضة رفع الاثقال - بعض مواد القانون - المحتوي المهاري لرفعتي "الخطف - الكلين والنظر") بواسطة الاستراتيجية والطرق والوسائل المستخدمة في تنميه تلك الاستراتيجية ، الثاني التدريب المباشر رفعتي رفع الاثقال قيد البحث من خلال الاستراتيجيه بما تحويه من مهارات التفكير (كالتصنيف- التحليل- التخطيط - القراءه السريعه - التكامل - التذكر - تنميه المفاهيم - ضرب الامثله)، الثالث تدعيم الاتجاهات الايجابية نحو استخدام الاستراتيجية والاعتماد على الذات وتحمل المسؤولية عن طريق العمل الفردي والثقة بالنفس وبث روح التعاون عن طريق العمل الجماعي ، كما أن قيام الطالبات بعمل كتابة لشرح أفكارهم وآرائهم حول ما شاهدوه أو قرأوه أو للإجابة على أسئلة المشكلة المطروحة، يسهم في تعلم مهارتي قيد البحث؛ لأنهم يقوموا بعمليات النقد والتحليل وربط المعلومات وتطبيقها وعرض وجهات نظر وتدعيمها ، وهذا يتفق مع الخطوة الخامسة من الاستراتيجية المستخدمة وهي (المناقشة) حيث يقوم الطالبات بتعديل تنبؤاتهم من خلال الملاحظة الفعلية، وهذا يتطلب منهم القيام ببعض المهارات مثل التحليل والمقارنة والنقد، وتتكون من خمس مراحل أساسية هي :

#### • المرحلة الأولى : التحليل Analysis

- الوسائل التعليمية المناسبة : هواتف محمولة حديثة Smart Phones -تطبيق AZ Screen Recorder " الخاص بتسجيل الشاشة فيديو مع الصوت
- الموضوعات الرئيسية للمحتوي التعليمي : الجانب التاريخي - القانون الخاص بالرفعتين - الجانب المعرفي - الجانب التعليمي- الجانب الفني-". حيث استعان الباحث بتوصيف المقرر الخاص بوحدة ضمان الجودة بالكلية ، وتحديد الخطة الزمنية التي تستغرقها الطالبة في دراسة هذه الوحدة، كما تم تحديد أدوات التقييم المناسبة

#### • المرحلة الثانية : التصميم Design

- تجميع محتوى المادة العلمية إلكترونياً : حيث قام الباحث بتجهيزها وحفظها داخل مجلدات وذلك لادراجها داخل استراتيجيه الابعاد السدسية تمهيداً لإدراجها داخل البرنامج التعليمي

- إختيار أسلوب التدريس : درست المجموعة التجريبية باستخدام البرنامج التعليمي لاستراتيجية الابعاد السدسية الإلكترونية. حيث تتضمن الاستراتيجية نوعان من الأنشطة التعليمية ،نوع يقوم به المعلم ،الآخر يقوم به الطالبة .

أ. أنشطة يقوم بها المعلم :

قبل البدء في التدريس قام الباحث قبل تنفيذ التجربة بأسبوعين بتوضيح كيفية العمل داخل البرنامج التعليمي أثناء التدريس ويلاحظ الطالبات ويوجههم ويتابع تقدمهم وتصحيح أخطائهم والإجابة على التساؤلات والتأكد من وصول المفهوم لجميع الطلبة، وفتح باب المناقشات التي تحدث بينهم، والتأكد من أنهم قد أتقنوا مرحلة الملاحظة، إضافة إلى خلق روح التحدي عندهم. من وجهة نظر الباحث يكون دور المعلم وفق هذه الاستراتيجية: تنظيم المهمات الاكاديمية التعليمية المتعلقة بالمفهوم المراد تعليمة، ومتابعة فهم الطالبات من خلال سلوكياتهم وأفعالهم، ومساعدتهم على فهم أخطائهم وتحويلهم إلى الفهم الصحيح، واعطاء كل فرد دورة في المجموعة وذلك بتهيئة جو إجتماعي مع زملائها داخل الغرفة الصفية.

ب. أنشطة يقوم بها الطالبة :

من وجهة نظر الباحث يكون دور الطالبة وفق هذه الاستراتيجية: بمحاولتها في الاجابة عن الاسئلة المطروحة من قبل المعلم في بداية المحاضرة، وتبرير الطالبة اجابتها عن الاسئلة المتعلقة بالمفهوم ، لمعرفة مدى اقتناعها بها، ومناقشة الطالبة مع زملائها ومعلمها حول المفهوم المراد نقاشه، ومقارنة ما يقوم به من إجابات وملاحظة الانشطة التي يقوم بها، واستبعادها للاجابات الخاطئة بمساعدة ونقاش زملائها معها

وقد قام الباحث باعداد الاستراتيجية بصورة علمية منهجية منظمة وبعد الانتهاء تم عرضها على عدد (٥) خبراء من تكنولوجيا التعليم والمناهج وطرق التدريس ملحق (م) لإبداء أريهم فيها من حيث مناسبة الأهداف والمحتوى وأساليب التقويم ومدى صلاحيتها للتطبيق. ومن خلال استطلاع أرى الخبراء اتضح موافقتهم على صلاحيتها للتطبيق وبعد ذلك تم تطبيق وحدة من وحدات استراتيجية الابعاد السدسية ملحق (ط) علي عينة استطلاعية عددها (٢٠) عشرون طالبة من مجتمع البحث وخارج العينة الأصلية وذلك في ٩ / ٣ / ٢٠٢٢ لمعرفة المعوقات التي تقابل التنفيذ وحساب الزمن، وقد اسفرت الدراسة الاستطلاعية عن بعض الأخطاء اللغوية وبعض الصور الغير واضحة.

## ٩. التوزيع الزمني للاستراتيجية:

قام الباحث بالتدريس لمجموعتي البحث (العينة الاصلية - عينة المعاملات العلمية) قبل تنفيذ التجربة لمدة أسبوعين بواقع ثلاثة محاضرات زمن المحاضرة (٦٠) ستون دقيقة في الاسبوع، وخارج الجدول الدراسي.

المراجعة والتعديل : اسفرت الدراسة الاستطلاعية عن الآتي:

- تصحيح الأخطاء اللغوية .
- تعديل بعض نقاط التفرع الخاطئة.
- استبدال بعض الصور الغير واضحة.
- وأصبحت جاهزة للتطبيق على العينة الأصلية .
- **تحديد الامكانات :** إمتلاك كل طالبة (هواتف محمولة حديثة Smart Phones - وتطبيق AZ Screen Recorder الخاص بتسجيل الشاشة فيديو مع الصوت
- **المرحلة الثالثة :** التطوير Development صمم كل درس تعليمي علي النحو التالي :  
وفية يتم إستعراض الدرس بواسطة وتطبيق AZ Screen Recorder الخاص بتسجيل الشاشة فيديو مع الصوت - هواتف محمولة حديثة Smart Phones.

## ● المرحلة الرابعة : التنفيذ Implementation

تهدف هذه المرحلة الي فحص المقرر والتأكد من صلاحيته للتطبيق وتجريبه فعلياً، وتحديد المشكلات التي من الممكن أن يواجهها الطالب، وتم التأكد من خلوها من أيه صعوبات وخلوها من أيه عيوب للبرمجة وأنها صالحة للتطبيق، وذلك بعد التطبيق الاستطلاعي للبرنامج التعليمي للاستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية.

## ● اسلوب التنفيذ :

- قام الباحث بتجميع الفيديوهات والصور والرسوم الثابتة والمتحركة الخاصة بالرفعتين قيد البحث.
- برمجة الهاتف المحمول وتحميل تطبيق AZ Screen Recorder الخاص بتسجيل الشاشة فيديو مع الصوت.
- قام الباحث بعد عملية تعليم الرفعة بتصوير اداء الطالب وإستخدام الفيلم في عمل استراتيجية الابعاد السداسية الكترونية خاصة بالطالبة، حتي ينتهي لكل طالبة رؤية نفسها أثناء الأداء وشرح ما يتم رؤية وتسجيله فيديو، وذلك لاكتشاف أخطائها بشكل أفضل (مهارة - معرفية).

### • المرحلة الخامسة : التقييم Evaluation

وذلك من خلال تطبيق أدوات الدراسة قدياً وبعدياً بعد الانتهاء من تصميم الوحدة الدراسية الكترونياً علي الاستراتيجية ، وبناءً علي مقترحات وملاحظات المحكمين تم إجراء بعض التعديلات.

قام الباحث بالبحث عن المواقع والروابط الالكترونية المتخصصة في رياضة رفع الاثقال والتي تمثلت فيما يلي

- موقع الاتحاد الدولي: <https://www.iwf.net>
- موقع الاتحاد الاوروبي: <https://www.iwf.net/?s=European+Union>
- موقع الاتحاد الافريقي: <https://www.iwf.net/?s=the+African+Union>
- موقع الاتحاد العربي: <https://www.iwf.net/?s=Arab+Federation>
- موقع الاتحاد المصري: <https://www.iwf.net/?s=The+Egyptian+Federation>

ثم قام بتجميع الطالبات في احدي المحاضرات النظرية والمتوفر في القاعة جهاز عرض (Data Show) وقام بتعليم الطالبات كيفية الدخول والابحار والاستفادة بدون اهدار للوقت وتزويدهم باسماء المواقع وكذا قام بمشاهدة الطالبات أثناء التطبيق علي الدخول للمواقع وتوجيههم، وقد عمل الباحث علي التأكد والمراجعة المستمرة للطالبات في كيفية الاستفادة منها والتغلب علي أي مشاكل قد يواجهها.

### خطوات إجراء البحث الأساسية

#### الجلسة الإرشادية:

إلتقي الباحث بأفراد المجموعة التجريبية في جلسة ارشادية وأوضح لكلاً منهم نمط التعلم المستخدم ، وكيفية التعامل مع استراتيجية الابعاد السداسية - تطبيق AZ Screen Recorder الخاص بتسجيل الشاشة فيديو مع الصوت، وقد تم التأكيد علي ضرورة الالتزام بالتعليمات، والاجابة عن أي إستفسار، - التجول داخل البرنامج التعليمي، وتوجيه الطالبات الي كيفية استخدام والابحار داخل البرنامج التعليمي، ومن خلال هذه الجلسة تم التأكد من تفهم أفراد المجموعة التجريبية للدور المسند اليهم طوال فترة تطبيق التجربة، وفي النهاية تم شكر الطالبات.

#### القياس القبلي :

تم إجراء القياس القبلي على مجموعة البحث ، وذلك خلال الفترة ما بين ١٢ / ٣ / ٢٠٢٢م إلي ١٣ / ٣ / ٢٠٢٢م في اختبارات ( معدلات النمو - الصفات البدنية - شكل الاداء الفني



لرفعتي "الخطف - الكلين والنظر" الاختبار المعرفي لمقرر رفع الانتقال من خلال استراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية (التعاونية).

### تنفيذ البرنامج

تم تطبيق البرنامج التعليمي المقترح باستخدام استراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية والوحدات التعليمية المصاحبة لها علي المجموعه التجريبية عقب القياس القبلي وذلك في الفترة من ٢٠٢٢/٣/١٤ إلي ٦ / ٦ / ٢٠٢٢ م ، لمدة (١١) إحد عشر اسبوعاً، كل أسبوع يحتوي علي محاضرتين "واحدة عملية والاخري نظرية" بواقع (٢٢) إثنان وعشرون وحدة ، وزمن تنفيذ الوحدة (٦٠) ستون دقيقة، ملحق (ط).

وقد إلتزما بما يلي أثناء تنفيذ البرنامج:

- الإلتزام بالتدريس للمجموعة التجريبية طوال فترة سير تنفيذ التجربة.
- تم الإلتزام الكامل بمحتوي البرنامج المقترح مع أفراد المجموعة التجريبية، من خلال استراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية كمدخل له، حيث تم تنفيذ كل ما يتعلق بمقرر رفع الانتقال.
- تم الإلتزام الكامل بالزمن المحدد لتدريس محاضرة رفع الانتقال "النظرية والعملية" (٦٠) ستون دقيقة لكل منهما.
- تم تطبيق البرنامج المقترح في عدد محاضرة واحدة نظرية واخري عملية" أسبوعياً كما هو محدد في الخطة الدراسية.

### القياس البعدي:

تم إجراء القياس البعدي علي أفراد البحث (المجموعة التجريبية) ، وذلك بعد الإنتهاء من تطبيق البرنامج التعليمي المقترح في الفترة ما بين ٨ / ٦ / ٢٠٢٢ م إلي ٩ / ٦ / ٢٠٢٢ م في المتغيرات قيد البحث إستمارة لقياس شكل الاداء الفني لرفعتي "الخطف - الكلين والنظر" في مقرر رفع الانتقال. - إختبار التحصيل المعرفي لمقرر رفع الانتقال من خلال استراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية - آراء وانطباعات الطالبات نحو البرنامج التعليمي وإستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية كمدخل له.

### جمع البيانات وجدولتها:

قام الباحث بتجميع النتائج بدقة بعد الإنتهاء من تطبيق التجربة وتنظيمها وجدولتها ومعالجتها إحصائياً.

## عرض ومناقشة النتائج وتفسيرها

## أولاً : عرض النتائج

في ضوء أهداف وفروض البحث وفي حدود العينة وأدوات جمع البيانات يتناول الباحث عرض النتائج التي تم التوصل إليها علي النحو التالي:

## جدول ( ١٧ )

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث في متغيرات شكل الاداء الفني

ن=٢٠

م	المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة ت	نسبة التحسن %	حجم التأثير	دلالة
		ع±	س	ع±	س						
١	رفعة الخطف	١.٠٧٥	٨.١٢٥	١.٧٦٨	٢٤.٨٩٥	١٦.٧٧٠	١.٠١٤	١٦.٥٣٨	٢٠٦.٤٠٠	٣.٣٨٧	مرتفع
٢	رفعة الكلين والنظر	١.٤٧٨	١٠.٢٦٧	١.٨٧٩	٣٢.٩٤١	٢٢.٦٧٤	١.٢٦٧	١٧.٨٩٦	٢٢٠.٨٤٣	٣.٥٩١	مرتفع

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٧٢٩

مستويات حجم التأثير لكوهن :- ٠.٢٠ : منخفض ٠.٥٠ : متوسط ٠.٨٠ : مرتفع

يتضح من جدول (١٧) دلالة الفروق الاحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث في متغيرات شكل الاداء الفني قيد البحث وقد تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (١٦.٥٣٨ الى ١٧.٨٩٦) وهي دالة احصائيا لصالح القياس البعدي كما يتضح ان قيم حجم التأثير للاختبارات اكبر من (٠.٨٠) وقد حققت قيم تراوحت ما بين (٣.٣٨٧ الى ٣.٥٩١) وهي دلالات مرتفعة. مما يدل على فاعلية المتغير التجريبي المقترح بشكل كبير على المتغير التابع

## جدول ( ١٨ )

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث في اختبار التحصيل المعرفي لمقرر رفع الاثقال

من خلال استراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية

ن=٢٠

م	المتغير	القياس القبلي		القياس البعدي		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة ت	نسبة التحسن %	حجم التأثير	دلالة
		ع±	س	ع±	س						
١	التحصيل المعرفي	١.٨٤٦	٦.٢٧٥	١.٤٣٣	١٨.٧٤٣	١٢.٤٦٨	٠.٨٧٤	١٤.٢٦٥	١٩٨.٦٩٣	٣.٦٥٤	مرتفع

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٧٢٩

مستويات حجم التأثير لكوهن :- ٠.٢٠ : منخفض ٠.٥٠ : متوسط ٠.٨٠ : مرتفع

يتضح من جدول (١٨) دلالة الفروق الاحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث في اختبار التحصيل المعرفي لمقرر رفع الانتقال من خلال استراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية قيد البحث وقد حققت (ت) المحسوبة قيمة قدرها (١٤.٢٦٥) وهي دالة احصائيا لصالح القياس البعدي كما يتضح ان قيم حجم التأثير للاختبارات اكبر من (٠.٨٠) وقد حققت قيمة قدرها (٣.٦٥٤) وهي دلالة مرتفعة مما يدل على فاعلية المتغير التجريبي المقترح بشكل كبير.

### جدول (١٩)

التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية وقيمة كا ٢ لأراء عينة البحث في مقياس الآراء والانطباعات الوجدانية نحو استخدام استراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية

ن=٢٠

م	العبارة	موافق بدرجة كبيرة جدا		موافق بدرجة كبيرة		موافق		غير موافق بدرجة كبيرة جدا		الوزن النسبي	الأهمية النسبية	كا ٢
		%	ك	%	ك	%	ك	%	ك			
١		١٠٠.٠٠	٢٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	٨٠.٠٠
٢		٩٠.٠٠	١٨	١٠.٠٠	٢	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٩٦.٠٠	٩٦.٠٠	٦٢.٠٠
٣		٩٥.٠٠	١٩	٥.٠٠	١	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٩٩.٠٠	٩٩.٠٠	٧٠.٥٠
٤		٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	١٩	٩٥.٠٠	٩٩.٠٠	٧٠.٥٠
٥		١٠٠.٠٠	٢٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	٨٠.٠٠
٦		٩٠.٠٠	١٨	٥.٠٠	١	٠.٠٠	١	٠.٠٠	٠	٩٧.٠٠	٩٧.٠٠	٦١.٥٠
٧		٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٢٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	٨٠.٠٠
٨		٩٥.٠٠	١٩	٥.٠٠	١	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٩٩.٠٠	٩٩.٠٠	٧٠.٥٠
٩		١٠٠.٠٠	٢٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	٨٠.٠٠
١٠		٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٥.٠٠	١	١٠.٠٠	١٧	٨٥.٠٠	٩٦.٠٠	٥٣.٥٠
١١		٩٠.٠٠	١٨	١٠.٠٠	٢	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٩٨.٠٠	٩٨.٠٠	٦٢.٠٠
١٢		٩٥.٠٠	١٩	٥.٠٠	١	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٩٩.٠٠	٩٩.٠٠	٧٠.٥٠
١٣		١٠٠.٠٠	٢٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	٨٠.٠٠
١٤		٩٥.٠٠	١٩	٥.٠٠	١	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٩٩.٠٠	٩٩.٠٠	٧٠.٥٠
١٥		٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	١٨	٩٠.٠٠	٩٨.٠٠	٦٢.٠٠
١٦		١٠٠.٠٠	٢٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	٨٠.٠٠
١٧		١٠٠.٠٠	٢٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	٨٠.٠٠
١٨		٩٥.٠٠	١٩	٥.٠٠	١	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٩٩.٠٠	٩٩.٠٠	٧٠.٥٠
١٩		٩٠.٠٠	١٨	٥.٠٠	١	٠.٠٠	١	٠.٠٠	٠	٩٧.٠٠	٩٧.٠٠	٦١.٥٠
٢٠		١٠٠.٠٠	٢٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	٠.٠٠	٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	٨٠.٠٠

قيمة كا ٢ الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٩.٤٩

يوضح جدول (١٩) التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية وقيمة كا ٢ لأراء عينة البحث في مقياس الآراء والانطباعات الوجدانية ويتضح ان قيمة كا ٢ الجدولية وقيمتها (٩.٤٩) اقل من قيمة كا ٢ المحسوبة والتي انحصرت ما بين (٥٣.٥٠ الى ٨٠.٠٠) وهي دالة

إحصائياً لجميع العبارات كما يتضح ان الاهمية النسبية تراوحت ما بين (١٠٠.٠٠٠%) كأكبر قيمة في العبارات رقم (١، ٣، ٥، ١٣، ١٦، ١٧، ٢٠، و) (٩٦.٠٠٠%) كأصغر قيمة في العبارة رقم (٢، ١٠،

### ثانياً مناقشة النتائج وتفسيرها :

أشارت نتائج البحث كما جاءت في جدول رقم (١٧) الي أن معدل نسب التغير في شكل الاداء الفني لرفعتي "الخطف - الكلين والنظر" كانت ما بين (١٦.٥٣٨ الى ١٧.٨٩٦) ونسب التحسن ما بين (٢٠٦.٤٠٠%:٢٢٠.٨٤٣%) علي الترتيب وهي دالة احصائياً وأنها جاءت لصالح القياس البعدي، بينما كانت قيم حجم التأثير للاختبارات اكبر من (٠.٨٠) لرفعتي "الخطف - الكلين والنظر" وقد حققت قيم تراوحت ما بين (٣.٣٨٧ الى ٣.٥٩١) وهي دلالات مرتفعة. مما يدل على فاعلية المتغير التجريبي المقترح بشكل كبير على المتغير التابع . ويعزو التقدم تفسير هذه النتيجة التي حدثت في القياس البعدي لشكل الاداء الفني إلى ان البرنامج التعليمي المقترح المدعم ببرمجية واستخدام إستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية كمدخل له قدم للطلبة المادة التعليمية بأشكال متنوعة، وتكرار مشاهدة الرفعة قبل التطبيق العملي كلاً حسب احتياجاتها وتقديم التغذية الراجعة وجعل الطلبة محورا للعملية التعليمية حيث تعمل على تطوير المهارات الاستدلالية لديهم وذلك من خلال وضع الحقائق أو المعلومات بطريقة منظمة وتقوم بدور الميسر لتنفيذ أو ممارسة عمليات معالجة المعلومات التي تضم التفسير والتحليل والتركيب والتقييم، كما ساعدت الطالبات على تحمل مسؤوليتهم الامر الذي يجعلهم أكثر مشاركة وفاعلية في العملية التعليمية مما تجعل من عملية التعليم أكثر تشويقاً واثارة لديهن و زيادة دافعيتهن وتنمية روح المثابرة وحل المشكلات لديهن، وتكوين المعلومات الجديدة والاحداث نتيجة التفاعل بين المعرفة السابقة والخبرات والملاحظات المستمرة والتركيز علي التفاوض الاجتماعي في بناء المعرفة وتنمي عنصر الحوار وتبادل الأفكار عبر المناقشة داخل المجموعة وبين المجموعات وبعضها ويتم ذلك بتوفير بدائل متعددة للحصول علي المعرفة مع توفير درجة من الحرية للطالبات في عملية البحث داخل الموضوع وذلك لإثارة التشويق حيث يؤدي ذلك إلى إثارة الدافعية للمتلمات من خلال وجود عامل المنافسة بين المجموعات والذي يعمل كباعث لإثارة الدافعية مما يؤدي إلي تنمية القدرة علي اتخاذ القرار فالطالبة تقوم بالمناقشة والمناظرة مع الاخرين للوصول للحلول المتعلقة بالمشكلة وإثبات صحتها كما أن إدخال التعلم التعاوني علي الاستراتيجية أتاح للطالبة التعلم بشكل أفضل عندما تعمل الطالبات في مجموعات متعاونة استطلاعات من خلالها مشاهدة نماذج مختلفة للأداء الصحيح بشكل واضح في ضوء التسلسل الحركي للرفعة، وتقديم التغذية الراجعة مما ساعد علي

التقليل من الأخطاء، حيث يساعدهم علي فهم الرفعة ، وإيجاد أفضل الطرق لإتقان المراحل الفنية لها ، كما يزيد من التعلم الذاتي أثناء ممارسة هذا النوع من التعلم، كما أن إدخال تقنية البرمجيات علي البرنامج المقترح أتاح للطالبة الحصول على فيديوهات تخدمها عند تنفيذ استراتيجية الابعاد السداسية الالكترونية ،كما أن إدخال التعلم التعاوني علي الاستراتيجية أتاح للطالبة التعلم بشكل أفضل عندما تعمل الطالبات في مجموعات متعاونة استطلاعات من خلالها مشاهدة نماذج مختلفة للأداء الصحيح بشكل واضح في ضوء التسلسل الحركي للرفعة.

وخاصة ان رفعتي "الخطف - الكلين والنظر" من المهارات المركبة ،ولا يستطيع بعض الطالبات من متابعة مراحل شكل الاداء الفني ، كل ذلك عمل علي الوصول الي شكل الاداء الفني النموذجي في رفعتي "الخطف - الكلين والنظر" وجذب اهتمام الطالبات وشجعهم علي اندماجهم في عملية التعلم. وبالتالي انعكس بشكل ايجابي علي مستوي شكل الاداء الفني ،والتسلسل الحركي الصحيح.

ويتفق كلا من دراسة (قطامي ٢٠١٣) ،(السيد ٢٠١٩) ،(خليل ٢٠٢٠) أن استخدام إستراتيجية الابعاد السداسية (PDEODE) تهيئ الطلبة على مواجهة مواقف أو مشكلات حقيقية تسعى إلى حلها بالمناقشة والملاحظة والتقدير والبحث بالإضافة الى انها تنمي فيهم روح حل المشكلات ووضع افتراضات لحلها وتشجيع التفاعل بين المتعلمين كمفاوضات اجتماعية تعاونية تساهم في تدعيم أبنيتهم المعرفية ، ويكون دور الطالبة في هذه الاستراتيجية مكتشفة وباحثه عن المعرفة ومسؤولة عن تعلمها، في إدارة التعلم وتقييمه . ويكون دور المعلم منظم ومرشدا لبيئة التعلم ومشاركا يراعى الباحث عدم إغفال قيمة الطريقة التقليدية المتبعة حيث ان أسلوب التعلم بالشرح اللفظي واداء النموذج العملي التطبيقي لتدريس الانشطة الرياضية خلال فترة تعلم الرفعة العملية من الاساليب التعليمية المباشرة لسرعة وصول المعلومة واكتساب مهارة التحكم بالمواقف التدريسية واختيار طريقة التدريس المناسبة ويتفق مع ذل دراسة كلا من آية. (٢٠١٤) ، العمراني، عبد الكريم جاسم و الكروي، حيدر عمار. (٢٠١٤) ، الفلاح، فخري علي إبراهيم. (٢٠١٤) إلى أن استخدام إستراتيجية الابعاد السداسية(PDEODE) لها دور مهم في عملية التعلم ، وتقديم المادة التعليمية بأشكال متنوعة للمتعلم وإمداده بالمعرفة للوصول إلى مستويات الفهم والتطبيق والاستدلال للمفاهيم. أما في المجال الرياضي فعلي حد علم الباحث فلا توجد الا دراسة واحدة تناولت الاستراتيجية وهي دراسة (عبدالمنعم، هبه سعيد ٢٠٢١) التي أكدت علي أهمية استخدام الابعاد السداسية في تعلم الانشطة الرياضية حيث ساعدت علي شعور الطالبة بالتشويق والاثارة ،حيث انهم يجدون ما يناسبهم مما اثر ايجابياً عليهم في بعض الفترات اثناء التعلم بالإضافة الي

فهم المطلوب منهم ورؤية نموذج المهارة بشكلها السليم والابقاء دائماً في حالة انتباه اثناء الاداء، وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول والذي ينص علي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث التجريبية في شكل الاداء الفني للرفعتين قيد البحث لصالح القياس البعدي.

وباستعراض نتائج البحث كما جاءت في جدول رقم (١٨) يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية في مستوى التحصيل المعرفي حيث كان معدل نسب التغير في اختبار التحصيل المعرفي لمقرر رفع الانتقال من خلال استراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية قيد البحث نسبة مئوية قدرها (١٩٨.٦٩٣%)، وأنها جاءت لصالح القياس البعدي وقد حققت (ت) المحسوبة قيمة قدرها (١٤.٢٦٥) وهي دالة إحصائياً لصالح القياس البعدي كما يتضح ان قيم حجم التأثير للاختبارات اكبر من (٠.٨٠) وقد حققت قيمة قدرها (٣.٦٥٤) وهي دلالات مرتفعة تشير الى التأثير المرتفع للمعالجة التجريبية المستخدمة على المتغير التابع وان حجم تأثير النموذج قوى، يعزو الباحث تفسير التقدم الذي حدث في القياس البعدي لمستوي التحصيل المعرفي للمجموعة التجريبية إلى ان البرنامج التعليمي المقترح كان له أثر كبير في تعزيز الجانب المعرفي لديهم ووفر لهم معارف ومعلومات أفضل في المحتوى المعرفي وذلك من خلال تفكيرهم ونشاطهم بتبادل الافكار بين الطالبات وزيادة الفاعلية في البحث عن المعلومة مما ينعكس بدوره علي زيادة التحصيل وعدم نسيان المادة العلمية ، كما أن ما تتمتع به استراتيجية تدريس الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية (PDEODE) من مميزات تعليمية متعددة فهي تزود المتعلمين بتعلم ذي معنى، وتزيد من مشاركتهم وطرحهم الاسئلة ، وهذا بدوره ساعد الطالبات على فهم ما تعلموه، كما تهتم الاستراتيجية بالمحتوى المراد تعلمه، وبما يمد لدي الطالبات من أبنية معرفية مسبقة، لذا فهي تهتم بكيفية تنظيم خبرات المحتوى بحيث يسهل تمثيل المادة من الناحية المعرفية والمهارية المراد تعلمها لدي الطالبات، وتكوين اتجاهات معرفية جديدة بما يتناسب مع الخبرات السابقة للطالبات ، وعلى هذا الاساس يتم تنظيم وتخطي خبرات التعلم التي يمرون بها، الامر الذي يقود إلى تعميق الفهم وزيادة التحصيل الدراسي وتعمل علي دعم احتياجاتهم ومراعاة الفروق الفردية لهم والمشاركة الفعالة في مراحل العملية التعليمية، وتنمية تفكيرهم من خلال قيامهم بالعديد من المحاولات في الحصول علي أفضل تصميم للمهارة المحددة ، ويرري الباحث أن إدخال البرمجية علي البرنامج التعليمي المقترح جعل الطالبات ناشطات في الحصول علي المعرفة، وتعزيز الجانب المعرفي لديهن ووفر لهم معارف ومعلومات أفضل في

المحتوى المعرفي لمقرر رفع الانتقال، كما أن إدخال التعلم التعاوني علي استراتيجيات الابعاد السداسية الالكترونية ساعدت علي تبادل الافكار والآراء وتكوين فهم للمهارة بمساعدة بعضهم لبعض، وزاد من حرية التفكير لديهم بالإضافة الي سماع الباحث لآرائهم بكل حرية، وسمح لهم بتقويم آراء بعضهم، وتنمية روح المنافسة وجعلهم مستقلين ذاتياً مع تحمل المسؤولية وتنمية مهارات الاتصال لديهم مع الشعور بحرية التفكير والتعبير عن آرائهم، وساهم بشكل ايجابي في اكتساب المعارف والمعلومات ورفع مستوي الفهم، وتحسين اتجاهاتهم نحو التعلم وفي هذا الصدد يذكر كل من (الكبسي و عبدالعزيز ٢٠١٦)، (العجيلي و الجبور ٢٠٢٠) الي أن استخدام إستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية في التعليم لها تأثير ايجابي علي تحسين مستوي التحصيل المعرفي بين الطالبات وتعمل علي تنمية مهارات التفكير العليا ومهارات حل المشكلات، والتعلم الذاتي، وانها تساعد علي تقييم تعلم الطالبات عن طريق أدائهم وإنجازهم، كما يشير كل من (معاذ ٢٠١٨)، (أبو شمالة ٢٠١٦)، (الشهراني ٢٠١٨) إلى أن إستراتيجية الابعاد السداسية هي أحد الإستراتيجيات البنائية متكاملة المراحل حيث تنتهي كل مرحلة بإعداد المتعلم للمرحلة التالية بدرجة متقنة، كما تمتاز بمراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين وتعطي للمتعلم فرصة التوصل إلى المفهوم بنفسه بطريقة مباشرة والعمل على تطبيقه، مما يساعد في زيادة الدافعية للتعلم وإعطائهم الفرصة للتعبير عن آرائهم وتشجيع التفاعل وتبادل الخبرات بينهم.

ويؤكد علي ذلك دراسة كل من (مدحت محمد حسن. ٢٠١٥)، (السلامات، محمد خير محمود. ٢٠١٦) حيث أتاحت للطاب التعلم بشكل أفضل، اعطاء الفرصة لهم الي الابتكار ويجاد أفضل الطرق لتعلم المهارة، مساعدهم علي التفكير في المهارة عندما يطلب منهم تصميم الابعاد السداسية لها، وما ينتج عن ذلك من تقديم التغذية الراجعة اللازمة وبصورة مستمرة مما ساعد علي فهم المهارة. ويتفق ذلك مع دراسة كل من الكبيسي، عبد الواحد حميد و عبد العزيز، محمد فخري (٢٠١٦) التي أكدت نتائجها علي أن استراتيجيات الابعاد السداسية الالكترونية أتاحت للطالب المشاركة الفعالة في الأنشطة والواجبات والمناقشات والتفاعل بينه وبين أقرانه، لتحقيق الاهداف التعليمية بواسطة البرامج السمعية والبصرية بما فيها من فيديوهات وصور ثلاثية الابعاد تساعد علي بناء التصور الحركي السليم للأداء في ذهن الطالب والمؤثرات الصوتية والحركية تعمل علي جذب انتباهه وسرعة استيعابه، كما أن طريقة الاداء والتسلسل الحركي للمهارة ومشاهدتها بواسطة هذه التقنية تزيد من تثبيت المعلومة وسرعة تذكرها بسهولة، كما انها وسيلة فعالة للتواصل لنشر المعلومات بصورة افضل وتشجع الطالبات على العمل سويا، وتقييم تعلم الطالبات عن

طريق أدائهم كل ذلك ساعد في تقدمهم في مستوى التحصيل المعرفي ، وبذلك يتحقق صحة الفرض الثاني والذي ينص علي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث التجريبية في مستوى التحصيل المعرفي للرفعتين قيد البحث لصالح القياس البعدي .

وقد اشارت نتائج جاءت في جدول رقم (١٩) علي وجود فروق دالة إحصائية بين الموافقين وغير الموافقين في الآراء والانطباعات الوجدانية للمجموعة التجريبية نحو البرنامج التعليمي المقترح المدعم ببرمجية واستخدام إستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية كمدخل له لصالح الموافقين في الآراء والانطباعات الوجدانية، وقد تراوحت النسبة المئوية ما بين (٩٦.٦٧ % - ١٠٠.٠٠ %) ويعزو الباحث ذلك إيجابية آراء طلبة المجموعة التجريبية وانطباعاتهم الوجدانية الي نجاحهم في إزالة وكسر جمود الشعور بالممل والسلبية والرتابة التي يشعروا بها عند تعليمهم الأنشطة الرياضية . ويعزو الباحث ذلك إلى أن إستراتيجية التدريس الابعاد السداسية (PDEODE) التي ركزت على نشاط الطالبات في البحث والاستقصاء عن المعارف والمعلومات المرتبطة بمهاتري (الخطف - الكلين والنظر) حيث ساعدت الطالبات على التفكير العلمي المنظم لقدراتهم مما يدفعهم إلى الشعور بذاتهم ودورهم الايجابي في وجعلتهم يسيروا في العملية التعليمية وفقا لقدراتهم مما أدي إلى زيادة استيعابهم وإدراكهم للحقائق والمعارف المرتبطة بمهاتري قيد البحث مما يزيد من دوافعهم نحو التعلم لان النظرية البنائية تتضمن إعداد الطالب لمعرفته من خلال تفاوض اجتماعي مع الاخرين(المناقشة) ويعتبر التركيز علي البنية المعرفية أحد ركائز الفكر البنائي، حيث يري ( عطية، محسن علي ٢٠٠٩، ص ٢٣٩ ) أن استراتيجيات التدريس القائمة على البناء المعرفي تستند إلى النظريات المعرفية التي تشدد على الروابط الموجودة بين ما يتعلمه الفرد وأفكاره وخبراته السابقة، ومهاراته العقلية في إدراك تلك الروابط وتنظيمها ، وأن التعلم ذو المعنى يعد الاساس في تعديل السلوك على خلاف التعلم الظاهري.

ويشير (زيتون، حسن حسين و زيتون، كمال عبد الحميد ٢٠٠٣، ص ١٨) إلى أن التعلم الجيد هو الذي يهتم بالجانب الوجداني للمتعلم، فلا بد أن يمتزج الموقف التعليمي بمشاعر الاستثارة، التشويق، الفضول، الحيرة والانبهار، فهذه المشاعر تجذب المتعلم نحو مادة التعلم، فمن المعلوم أن التميز الداخلي الذي ينتج عن حل المشكلات يتفوق في أثره على التعزيز الخارجي الذي يعتمد علي المعلم ووفقا للنظرية البنائية التي يحتاج المتعلم إلى تعزيز خارجي من قبل المعلم فهو يعتمد على التعزيز الداخلي عن طريق مقارنة ما وصل إليه بما كان يتوقعه وينتج عن ذلك



ارتباط المعرفة الجديدة والبنية العقلية للمتعلم وبذلك يصبح المتعلم في حالة استعداد مستمر لحل المشكلات وفهم ما يحي به من ظواهر، ويتفق مع ذلك نتائج دراسة كل من (الشرقاوي، نسرین محمد عيد )، (الخولي، زين العابدين ٢٠٢٠) ، العميري، أحمد عبد الحميد ابراهيم (٢٠٢١). بالإضافة الي ان إدخال التعلم التعاوني علي البرنامج التعليمي المقترح دفعهم الي المشاركة الايجابية وانه ساعد علي اخراج الطالبات من الانطوائية الخجل الذي قد يلزم بعضهم فلا يستطيع أن يسأل أو يستفسر من المعلم بينما يخفي ذلك مع الزميل ، بالإضافة إلى مراعاة الفروق الفردية بين الطالبات بحيث تهبي الفرصة له بأن يتطور إيجابياً وفق محتويات البرنامج ليصبح فعالاً بدلاً من أن يكون سلبياً التعرف علي تقنيات جديدة وبرامج متنوعة يستطيع من خلالها أن يعايش مواقف مختلفة ويأخذ دوراً متميزاً فيها. واتاحة الفرصة له للمشاركة والتفاعل مع من خلال تشجيع المشاركة الإيجابية، ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من إسماعيل ،احمد محمد. (٢٠١١) ،" و(الخولي، زين العابدين. ٢٠١٤) و(أبو الفضل، شادي فتح الله. ٢٠١٥) و(حسين، هدى فاضل. ٢٠١٥) و(الخولي، زين العابدين. ٢٠١٨) و(الخولي، زين العابدين. ٢٠٢٢)، والتي أكدت نتائجها على فاعلية استخدام البرامج التعليمية المدعمة ببرمجية ،وتأثيرها الايجابي على آراء وانطباعات الطلبة، وإضافة طابع اللعب الجاد في الممارسة العملية الذي يساهم في جذب انتباه الطالبات ويشجعهم علي اندماجهم في عملية التعلم وبذلك يتحقق صحة الفرض الثالث والذي ينص علي

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الموافقين وغير الموافقين في الآراء والانطباعات الطالبات نحو البرنامج التعليمي باستخدام استراتيجية الأبعاد السداسية (PDEODE) ومصاحب ببرمجية تعليمية في تعلم الرفعين قيد البحث لصالح الموافقين

الاستخلاصات: في ضوء نتائج البحث تم استخلاص ما يلي :

- وجود فروق لدى مجموعة البحث التجريبية التي استخدمت البرنامج التعليمي المقترح المدعم ببرمجية واستخدام إستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية كمدخل له في شكل الاداء الفني لصالح القياس البعدي مما يدل على فاعليته وتأثيره الإيجابي على تعلم مهارتي قيد البحث.
- وجود فروق لدى مجموعة البحث التجريبية التي استخدمت البرنامج التعليمي المقترح المدعم ببرمجية واستخدام إستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية كمدخل له في مستوى

التحصيل المعرفي لمهارتي قيد البحث لصالح القياس البعدي مما يدل على فاعليته وتأثيره الإيجابي على تعلم مهارتي قيد البحث.

- وجود فروق بين الموافقين وغير الموافقين في آراء وانطباعات الطالبات نحو البرنامج التعليمي المدعم ببرمجية واستخدام إستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية كمدخل له في تعلم مهارتي قيد البحث رفع الانتقال لصالح الموافقين

#### التوصيات : في ضوء استخلاصات البحث يوصي الباحث بما يلي :

- ضرورة تطبيق البرنامج التعليمي باستخدام البرنامج التعليمي المقترح المدعم ببرمجية واستخدام إستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية كمدخل له في تعليم مقرر رفع الانتقال.
- ضرورة استخدام البرنامج التعليمي باستخدام البرنامج التعليمي المقترح المدعم ببرمجية واستخدام إستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية كمدخل له لتدريس مهارتي رياضة رفع الانتقال لطالبات كلية التربية الرياضية نظراً لما حققه من فاعلية في النتائج ولما له من تأثير ايجابي على التفاعل المباشر المتصل بين الطالبة والمادة التعليمية, وضرورة التوظيف المناسب للتقنيات المستحدثة في تدريس مقرر رفع الانتقال.
- تضمين المناهج وطرائق التدريس التي تدرس بكليات التربية الرياضية باستراتيجيات حديثة ومنها استراتيجية الابعاد السداسية (PDEODE).
- تدريب الطالبات على مهارات مهنية جديدة تتناسب مع متطلبات سوق العمل.
- عقد دورات تدريبية وورش عمل لأعضاء هيئة التدريس بالتخصصات المختلفة على كيفية تصميم واستخدام استراتيجية الابعاد السداسية للاستفادة منها في الارتقاء بالعملية التعليمية.
- ضرورة وضع اختبار للتحصيل المعرفي للطالب يتعلق بالمعايير الفنية لتصميم الوسيط التكنولوجي (الابعاد السداسية الالكترونية).
- ضرورة استخدام التطبيقات التكنولوجية في تصميم الابعاد السداسية الإلكترونية .
- ضرورة إدخال التعلم التعاوني علي إستراتيجية الابعاد السداسية الالكترونية عند تعلم الأنشطة الرياضية.
- تدريب وتشجيع الطالبات على الاتجاه نحو التعلم الذاتي .
- توجيه المعلمين الي أهمية استخدام البرنامج التعليمي المقترح المدعم ببرمجية واستخدام إستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية كمدخل له عند تعلم الأنشطة الرياضية .

- إجراء دراسات مشابهة باستخدام البرنامج التعليمي المقترح المدعم ببرمجية واستخدام إستراتيجية الابعاد السداسية الإلكترونية التعاونية كمدخل له لإثبات مدي فاعليتها علي عينات من مراحل مختلفة وعلي متغيرات أخرى وأنشطة رياضية أخرى.
- يعتبر إطاراً مرجعياً يمكن الاعتماد عليه في إثراء عملية التعلم وذلك للتغلب علي القصور في طرق التدريس التقليدية.

## المراجع

أولاً : المراجع العربية :

- ابراهيم ، شيماء محمد . (٢٠١٦) . استراتيجية الابعاد السداسية الالكترونية وأثرها على التحصيل المعرفي ومستوى أداء بعض المهارات الأساسية فى تنس الطاولة ، رسالة ماجستير ، جامعة الزقازيق ، كلية التربية الرياضية للبنات.
- ابراهيم، مجدي عزيز، (٢٠٠٧) التفكير لتطوير الإبداع وتنمية الذكاء. القاهرة: عالم الكتب.
- أبو الفضل، شادي فتح الله.(٢٠١٥) تأثير استراتيجية خرائط المفاهيم على مستوى التحصيل المعرفي في مادة طرق التدريس، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنين .
- أبو شمالة، إيمان صالح(٢٠١٦) فاعلية برنامج محوسب قائم على النظرية البنائية لعلاج صعوبات تعلم البالغة العربية لدى طالبات الصف الحادي عشر في غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة السالمية، غزة.
- أبوالدهب ، محمد عبدالحى. (٢٠١٧) . فاعلية برنامج باستخدام الابعاد السداسية الرقمية على تعلم المستويات العليا المعرفية والمهارية لبعض المهارات الأساسية فى كرة القدم .رسالة دكتوراة ، جامعة الاسكندرية ، كلية التربية الرياضية للبنات.
- الأحمدي، مريم محمد.(٢٠١٥) فاعلية برنامج قائم على استراتيجية ( PDEODE ) في تنمية مهارات الاستماع الناقد لدى طالبات المرحلة المتوسطة، مجلة العلوم التربوية، جامعة الامام بن سعود الإسلامية العدد (٣٣)
- إسماعيل، احمد محمد. (٢٠١١) بناء اختبار معرفي في رياضة كرة القدم لطلاب كلية التربية الرياضية "رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بنها، كلية التربية الرياضية.
- الأسمر، آية.(٢٠١٤) أثر استخدام الاستراتيجية البنائية ( PDEODE ) في تنمية المفاهيم الهندسية ومهارات التفكير البصري في الرياضيات لدى طالبات الصف الثامن الاساسي بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الاسلامية، غزة
- امين، زينب محمد. (٢٠٠٠). اشكاليات حول تكنولوجيا التعليم، المنيا، دار الهدى .
- الجرواني ، شريف فؤاد و الخولي ، زين العابدين معروف . (٢٠١٥) . كتاب رياضة رفع الأثقال ، دار الكتب والوثائق القومية ، إدارة الإيداع القانوني ، رقم الإيداع ٤٨٧١ / ٢٠١٥ ، الترقيم الدولي 978-97790-2747-0

- حسين، هدى فاضل. (٢٠١٥) اثر استخدام النموذج البنائي في تحصيل مادة التاريخ لدى طالبات الصف الرابع الادبي وتنمية مهارات التفكير لديهن"، بحث منشور، مجلة جامعة بابل، العلوم الانسانية ، المجلد ٢٣، العدد الاول
- الخولي، زين العابدين معروف . (٢٠٢٢) إستراتيجية الدعامات التعليمية التعاونية كمدخل لبرنامج تعليمي مدعم بغرف الحوار الإلكترونية Chat rooms في تعلم رفعتي "الخطف - الكلين والنظر" لطلبة كلية التربية الرياضية، بحث منشور ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية.
- الخولي، زين العابدين معروف و زغلول، ميلودي محمد سعد . (٢٠٢٠) إستراتيجية الخرائط الذهنية الإلكترونية التعاونية كمدخل لبرنامج تعليمي مدعم بالابحار الموجة عبر الشبكات في تعلم مقرر رفع الأثقال، بحث منشور ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية.
- الخولي، زين العابدين معروف و زغلول، ميلودي محمد سعد . (٢٠٢٠) كتيب بتقنيه رمز الاستجابة السريعة "QR-Code" كمدخل لبرنامج تعليمي مصاحب بالاختبارات الالكترونية المدعّمه بالعائد المعلوماتي في التحصيل المعرفي لبعض مواد القانون الدولي لرفع الأثقال، بحث منشور ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية.
- الخولي، زين العابدين و محمد، نبيلة ابراهيم . (٢٠٢٠) شرح وتفسير القانون الدولي واللوائح الفنية لرياضة رفع الأثقال ، مكتبة الملك فهد الدولية ، المملكة العربية السعودية، الطبعة الاولى رقم الإيداع: ١٤٤٢/١٥٨٢/ - الردمك: ٩٧٨-٦٠٣-٠٣-٥٣٥٣-٨/ .
- الخولي، زين العابدين و محمد، نبيلة ابراهيم . (٢٠٢٠) قاموس المصطلحات في رياضة رفع الأثقال ، مكتبة الملك فهد الدولية ، المملكة العربية السعودية، الطبعة الاولى، رقم الإيداع: ١٤٤٢/١٩٢٢/ - الردمك: ٩٧٨-٦٠٣-٠٣-٥٥٠٥-١/ .
- الخولي، زين العابدين و وتوت، بلال محمد . (٢٠٢٠) رياضة رفع الأثقال للمبتدئين، مذكرة منشورة علي المنصة التعليمية ،كلية التربية الرياضية ،جامعه المنوفية
- زاهر، الغريب (٢٠٠١) تكنولوجيا المعلومات وتحديث التعليم، عالم الكتاب، القاهرة
- السلامات، محمد خير محمود. (٢٠١٦) فاعلية تدريس مادة نمو المفاهيم العلمية لطالب قسم التربية الخاصة باستخدام استراتيجية (PDEODE) في بنيتهم المفاهيمية ومعتقداتهم المعرفية حول العلم، المجلة التربوية، الكويت، المجد(٣٠) العدد(١٢٠)

- السلامات, محمد خير. (٢٠١٢) فاعلية استخدام استراتيجية (PDEODE) لطلبة المرحلة الأساسية العليا في تحصيلهم للمفاهيم الفيزيائية وتفكيرهم العلمي, مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية) المجلد (٢٦) العدد (٦).
- سليمان, تيانى محمد. (٢٠١٥) استخدام استراتيجية الإبعاد السادسة (PDEODE) لتنمية التفكير الاستدلالي والتحصيل في العموم لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية, مجلة التربية العلمية - مصر, المجلد (١٨) العدد (٦)
- الشرقاوي, نسرین محمد عيد (٢٠٠٧) المدخل المنظومي باستخدام الحاسب الآلي وتأثيره على تعلم المهارات التدريسية لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية, رسالة دكتوراه غير منشورة, كلية التربية الرياضية, جامعة المنوفية.
- صالح, مدحت محمد حسن. (٢٠١٥) أثر استخدام استراتيجية (PDEODE) في تنمية التحصيل والعمليات المعرفية العليا في مادة العموم لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي بالمملكة العربية السعودية, دراسات عربية في التربية وعلم النفس, السعودية, العدد (٥٨) طرية, محمد عصام, . (٢٠٠٨) أساليب وطرق التدريس الحديثة. عمان, الأردن: دار حمو اربي للنشر
- طنوس, انتصار جورج. (٢٠١١) أثر استراتيجية تدريسية (PDEODE) قائمة على المنحى البنائي في قيم واحتفاظ المفاهيم العلمية واكتساب العمليات العلمية لدى طلبة المرحلة الأساسية في ضوء موقع الضبط لديهم, أطروحة دكتوراه غير منشورة, الجامعة الاردنية, الاردن, عمان
- عبد المنعم, هبة سعيد (٢٠٢١) فاعلية استخدام استراتيجية الأبعاد السادسة (PDEODE) في إكساب بعض الكفايات التدريسية لدى الطالب المعلم, المجلد (٣٥) العدد (١) عطية, محسن علي (٢٠١٩) التعلم أنماض ونماذج حديثة. عمان, الأردن: دار صفاء.
- على, عيد واخرون (٢٠١٣), اتجاهات حديثة في طرائق واستراتيجيات التدريس خطوة عن طرق تطوير اعداد المعلم. عمان, الأردن: دار صفاء للنشر التوزيع.
- العليان, نرجس قاسم مرزوق (٢٠١٩) استخدام التقنية الحديثة في العملية التعليمية. مكتب الشفا للبنات - ادارة تعليم الرياض/ وزارة التعليم/ المملكة العربية السعودية, العدد/٤٢ مجلة كلية التربية الاساسية للعلوم التربوية والإنسانية / جامعة بابل.
- العمراني, عبد الكريم جاسم و الكروي, حيدر عمار. (٢٠١٤) فاعلية التدريس باستراتيجية (PDEODE) في اكتساب المفاهيم الفيزيائية لدى طالب الصف الثاني المتوسط, مركز دراسات الكوفة: الدراسات الميدانية والتطبيقية, المجلد (٩) العدد (٣٤).

- العميري، أحمد عبد الحميد ابراهيم (٢٠٢١) تأثير برنامج تعليمي قائم علي البرمجة اللغوية العصبية في تحسين أداء الرفعات الأولمبية وزيادة دافعية التعلم لدي الشباب برياضة رفع الأثقال (٣١ - ٣١سنة) ، بحث منشور ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة بنها ، مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة، رقم المجلد ( ٧٢ ) شهر ( يونية ٢٠٢١ ) الجزء ١٢ .
- الفلاح، فخري علي إبراهيم. (٢٠١٤) أثر استخدام استراتيجية (PDEODE) القائمة على مبادئ النظرية البنائية في تحصيل لكيمياء وتحسين مهارات التفكير التأملي والمهارات الأدائية لدى طالب المرحلة الأساسية في الاردن، أطروحة دكتوراة غير منشورة ، جامعة العلوم الاسلامية العالمية، الاردن ،عمان.
- قطامي، يوسف محمود(٢٠١٣) استراتيجيات التعلم والتعليم المعرفية. عمان، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- الكبيسي، عبد الواحد حميد و عبد العزيز، محمد فخري.(٢٠١٦) أثر استخدام استراتيجية الابعاد السادسة (PDEODE) في التحصيل والدافعية العقلية في الرياضيات لدى طلاب الرابع الأدبي، المجلة الدولية التربوية التخصصية، المجلد(٥) ، العدد(١١).
- نرجس قاسم مرزوق العليان (٢٠١٩) استخدام التقنية الحديثة في العملية التعليمية. مكتب الشفا للبنات - ادارة تعليم الرياض/ وزارة التعليم/ المملكة العربية السعودية ، العدد/٤٢ مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية / جامعة بابل.

### ثانياً: بعض المراجع الاجنبية

- International Olympic Committee Power lifting Rules and Regulations.**
- Akinoglu, O. & Yasar, Z. (2007). The effects of note taking in science education through the mind mapping technique on students' attitudes, academic achievement, and concept learning. Journal of Baltic Science Education,6(3),
- Al- Jarf, R. (2009).Enhancing Students' Writing Skills with a Mind Mapping Software. Paper Presented at The 5th International Scientific Conference, eLearning and Software for Education, Bucharest.

- Wong, A.; Marcus, N.; Smith, L.; Copper, G.A.; Paas, F.; Sweller, J.(2009). Instructional animations can be superior to statics when learning human motor skills computers in human behavior, university of department of physical education and sport science, Trikala, Greece, 25(2).
- Buzan, T. (2007). The Buzan Study Skills Handbook: The Shortcut to Success in Your Studies with Mind Mapping, Speed Reading and Winning Memory Techniques (Mind Set), BBC Active, an imprint of Educational Public hers LLP, Harlowe Essex CM20JE, England.
- Buzan, T & Buzan, B.(2010). The mind map book, jarir book store.
- Costu, B.(2008). Learning Science through the (PDEODE) Teaching Strategy: Helping Students Make Sense of Everyday Situations, Eurasia Journal of Mathematics. Science & Technology Education. Vol(4),No (1), pp3-9.
- Farrand, P.; Hussain, F.; Hennessy, E.(2002).The efficacy of the mind map study technique. Journal of Medical Educational, 36(5).
- Dhindsa, H.S.; Makarimi-Kasim; Roger Anderson, O.(2011).Constructivist- visual mind map teaching approach and the quality of students' cognitive structures. Journal of Science Education and Technology, 20(2):186-200.
- Holland, B.; Holland, L.; Davies, J.(2004). An investigation into the concept of mind mapping and the use of mind mapping software to support and improve student academic performance. Learning and Teaching Projects.
- Ismail, M.; Ngah, N.;Umar, I.(2010). The effects of mind mapping with cooperative learning on programming performance problem solving skill and metacognitive knowledge among computer science students. Journal of Educational Computing Research, 42(1):35-61.



- Willis, C.L.; Miertschin, S.L. (2006). Mind Maps as Active Learning, Journal of Computing Sciences in Colleges, 21(4):266-272.
- Moi, Wong –Ang.G; Lian, O.L.(2007).Introducing Mind Map In Comprehension.
- Nong, B. K.; Pham, T. A.; Tran, T. N. M.(2009). Integrate The Digital Mind Mapping into Teaching and Learning Psychology. Journal of Educational Computing Research,33(2).
- Trevino, C.(2005). Mind Mapping and Outlining: Comparing Two Types of Graphic Organizers for Learning Seventh-Grade Life Science. Unpublished PhD Thesis, Texas Tech University.
- Eisinga, R.; Te Grotenhuis, M.; Pelzer, B. (2012). " The reliability of a two - item scale: Pearson, Cronbach or Spearman - Brown? ". International Journal of Public Health. 58 (4): 637–642.
- Parkway, F. W., & Hass, G. (2000). Curriculum planning: A contemporary approach. Allyn & Bacon
- Ritter, N. (2010). Understanding a widely misunderstood statistic: Cronbach's alpha. Paper presented at Southwestern Educational Research Association (SERA) Conference 2010, New Orleans, LA (ED526237).
- Savander-Ranne, C., & Kolari, S. (2003). Promoting the conceptual understanding of engineering students through visualization. Global Journal of Engineering Education, 7, 189-20
- Cortina, J. M., (2009). What Is Coefficient Alpha? An Examination of Theory and Applications . Journal of Applied Psychology, 78(1).

ثالثاً: شبكة المعلومات الدولية

<https://www.iwf.net/>  
<https://www.iwf.net/?s=European+Union>  
<https://www.iwf.net/?s=the+African+Union>  
<https://www.iwf.net/?s=Arab+Federation>  
<https://www.iwf.net/?s=The+Egyptian+Federation>