

تمرينات مهارية وأثرها في الترميز المزدوج وتنمية بعض المهارات المركبة بالشخص في الجمناستك الإيقاعي

م.د. زينة خالد جاسم

م.د. الهام علي حسون

07708866559

07707671660

Zeena.k@cope.uobaghdad.edu.iq

wd85washak85@uomustansiriyah.edu.iq

تاريخ التقديم: 2023/11/26

تاريخ القبول: 2023/12/25

تاريخ النشر: 2024/1/1



[this work is licensed under a creative commons attribution 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

المستخلص

هدفت الدراسة الى اعداد تمرينات مهارية في الترميز المزدوج كلا حسب سرعة استجابته وتعلمه من حيث نظامه السمعي والبصري لطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية وتمثلت عينة التجريبية الرئيسية (25) طالبة وطبقت عليهن التمرينات والمقياس وتوصلت الباحثتان من خلال النتائج ان هنالك علاقة وترابط بين أسلوب التعلم والمهارات وكلما كان الأسلوب ملائماً للمتلقى كان التعلم اسرع وتوصي الباحثتان بأجراء البحث لألعاب اخرى وعينات مختلفة

1-1 المقدمة واهمية البحث:

تعد الذاكرة من اهم العمليات العقلية العليا التي يركز عليها الجانب المعرفي في سلوك الانسان، فتعتمد عليها عدد من العمليات العقلية الأخرى مثل الادراك والوعي التعلم تفكير وحل المشكلات والحقيقة ان كل ما نتعلمه او نفكر به يعتمد على قدرة الذاكرة ونشاطها وترميزها للمعلومات التي من خلالها يستطيع الفرد ان يستدعيها حسب الموقف الذي يتعرض له وهذا يعتمد على طريقة ترميزه للمعلومات التي تفيد.

وتشير الكثير من الدلائل الى ان معظم الطالبات لا يتذمرون من وجود صعوبات في التعلم ويعانون من صعوبات في عملية التذكر واسترجاع المعلومات اذ تشير وجهة النظر الحديثة لتفسير عامل النسيان الى ان المعلومات لا تختفي من الذاكرة الا اننا نفضل في استرجاعها او التعرف عليها بسبب طريقة التفسير او الترميز لهذه المعلومات ،كما تجمع العديد من الدراسات الى ان عدم قدرتنا على تذكر المعلومات السابقة يعود الى عوامل الفشل في الترميز المعلومات او عدم دقة خزنها لذلك يعاني الكثير من الطالبات في التعليم الجامعي من الحفظ الالي اذ تكثر الشكاوى من النسيان المواد التي حفظوها وعدم قدرتهم على استرجاعها ولذلك علينا ربط ما تعلمته الطالبات من مهارات بالرموز الصورية او الحركية ومواكبة تطور عصر التكنولوجيا وتذليل الصعوبات وسهولة التعلم، وخاصة ان مهارات الجمناستك الإيقاعي ذات طابع خاص تحتاج الى التوسع والتعمق في فهم المهارات والقدرة على الربط بأيقاع حركي مميز ، بالتالي يعتمد على ما مخزون في ذاكرة الطالبة والطريقة التي تسترجع المهارات لترميزها على شكل اداء مركب للمهارات وبطريقة سلسلة .

مشكلة البحث 1-2

ان من خلال عمل الباحثتان كتدرسيات في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لاحظت هنالك مشكلة في الاحتفاظ واسترجاع مهارات الجمناستك الإيقاعي وخاصة المهارات المركبة وكذلك صعوبة ربط المهارات بالتالي تأثيرها على مستوى اداء الطالبة، على هذا الاساس هذه اعدت الباحثتان تمرينات بالترميز المزدوج ودراسة فاعليتها على الاداء.

اهداف البحث

- 1- التعرف على الترميز المزدوج لدى طالبات المرحلة الثانية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية الدراسة الصباحية.
- 2- اعداد تمارين مهارية بالشاخص لدى عينة البحث
- 3- التعرف على تأثير التمارين المهارية في بعض المهارات المركبة في الشاخص لدى عينة البحث.

فروض البحث

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لدى طالبات الصف الثاني - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

منهج البحث

اعتمدت الباحثتان على المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمته مع طبيعة المشكلة

مجتمع وعينة البحث

وتحدد مجتمع البحث بطالبات المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بغداد (الجادية- المستنصرية) للدراسة الصباحية 2022-2023 والبالغ عددهم (جامعة بغداد 106) والمستنصرية (23) طالبة مقسمين كالتالي عينة البناء طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بغداد بعد استبعاد المؤجلين والراسبين والمرقنة قيودهم (100) طالبة اما عينة التجربة الرئيسية طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية وعددهن 23 طالبة تم استبعاد ثلاثة طالبات لعدم التزامهن، 10 طالبات الضابطة، و10 طالبات التجريبية، اما عينة التجربة الاستطلاعية (5) طالبات من جامعة بغداد

الاجراءات الميدانية للبحث

مقياس الترميز المزدوج

اعتمدت الباحثتان اول خطوة بالبحث وهي بناء مقياس الترميز المزدوج وذلك بعد الاطلاع على الدراسات والادبيات العربية والأجنبية التي تناولت موضوع الترميز المزدوج والمقابلات الشخصية مع المختصين والخبراء في مجال التعلم الحركي وعلم النفس ولقد تم تحديد اهم المجالات التي تختص بموضوع الدراسة وهو المجال البصري يتضمن (6,5,3,2, 7, 10, 14, 11, 15, 17, 20, 23, 24, 25, 27, 28, 29, 30, 31, 35, 36, 37, 41, 43, 46, 47, 48, 50, 51, 52, 55, 58)

وتبنت الباحثتان نظرية بايفو لبناء مقياس الترميز المزدوج وعرفه ((بانه ميل الفرد واسلوبه المفضل في التفكير والذي يتضمن نظامين فرعيين مستقلين لتمثيل او ترميز المعلومات في الذاكرة على أساس وحدات تمثيلية تتكون من نظامين فرعيين متميزين هما السمعي والصوري , ويتكون المقياس من (60) فقرة وتكون الإجابة عنه باختيار بديل واحد من بين خمسة البدائل وهي (لا أوافق بشدة, أوافق, لا رأي لي , لا أوافق, لا أوافق بشدة) ويعطي التصحيح عند المقياس (5-4-4-2-1) وبعد عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين في علم النفس والتعلم وتم اعتماد نسبة اتفاق (80)% معيار لقبول الفقرة بناء على ذلك وتم حذف (12) فقرة بسبب عدم ملائمتها وبهذا اصبح المقياس (60فقرة).

تعليمات المقياس: طبق المقياس على عينة من الطلبة بلغ عددهم(6) طالبة واتضح ان الفقرات واضحة وان وقت الإجابة على فقرات المقياس تتراوح (20-27) دقيقة.

التحليل الاحصائي لفقرات المقياس: استخدمت الباحثتان أسلوب المجموعتين المتطرفتين لمعرفة الفقرات المميزة بعد ان طبق المقياس على (100) طالبة وتم الترتيب الاستمارة من اعلى درجة الى ادنى درجة ثم اختار الباحثتان 27% الحاصلة على اعلى درجة و 27% الحاصلة تم تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا فظهر ان جميع الفقرات المميزة وبعد مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (0,05) عند مستوى دلالة (27) وبدرجة حرية (18) الجدول (1) يبين ذلك

جدول (1)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين العليا والدنيا لمقياس (الترميز المزدوج)

جدول (1)

يبين القدرة التمييزية لفقرات مقياس الترميز الصوري

الدلالة الاحصائية	درجة Sig	قيمة T المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		رقم الفقرة
			ع	س	ع	س	
مميزة	0.000	28.909	0.506	1.555	0.320	4.888	1
مميزة	0.000	37.923	0.446	1.740	0.000	5.000	2
مميزة	0.000	35.907	0.509	1.481	0.000	5.000	3
مميزة	0.000	25.360	0.506	1.555	0.423	4.777	4
مميزة	0.000	31.605	0.506	1.444	0.266	4.925	5
مميزة	0.000	26.234	0.506	1.444	0.423	4.777	6
مميزة	0.000	41.811	0.395	1.814	0.000	5.000	7
مميزة	0.000	23.020	0.500	1.592	0.480	4.666	8
مميزة	0.000	35.588	0.492	1.629	0.000	5.000	9
مميزة	0.000	32.684	0.506	1.555	0.192	4.963	10
مميزة	0.000	35.630	0.500	1.592	0.000	5.000	11
مميزة	0.000	24.327	0.492	1.629	0.446	4.740	12
مميزة	0.000	30.799	0.509	1.518	0.266	4.925	13
مميزة	0.000	36.056	0.480	1.666	0.000	5.000	14
مميزة	0.000	36.809	0.465	1.703	0.000	5.000	15
مميزة	0.000	23.787	0.506	1.555	0.465	4.703	16
مميزة	0.000	26.206	0.492	1.629	0.395	4.814	17
مميزة	0.000	36.809	0.465	1.703	0.000	5.000	18
مميزة	0.000	23.650	0.500	1.592	0.465	4.703	19
مميزة	0.000	35.588	0.492	1.629	0.000	5.000	20
مميزة	0.000	30.596	0.492	1.629	0.266	4.925	21
مميزة	0.000	35.907	0.509	1.418	0.000	5.000	22
مميزة	0.000	26.231	0.500	1.592	0.395	4.814	23
مميزة	0.000	33.970	0.480	1.333	0.266	4.925	24
مميزة	0.000	26.234	0.506	1.444	0.423	4.777	25
مميزة	0.000	26.186	0.480	1.333	0.465	4.703	26
مميزة	0.000	25.360	0.506	1.555	0.423	4.777	27
مميزة	0.000	35.345	0.506	1.555	0.000	5.000	28
مميزة	0.000	35.630	0.500	1.592	0.000	5.000	29
مميزة	0.000	30.526	0.500	1.592	0.266	4.925	30
مميزة	0.000	33.098	0.480	1.666	0.192	4.963	31
مميزة	0.000	30.596	0.506	1.555	0.266	4.925	32
مميزة	0.000	26.349	0.506	1.555	0.395	4.814	33
مميزة	0.000	29.115	0.509	1.518	0.320	4.888	34
مميزة	0.000	23.988	0.506	1.444	0.480	4.666	35
مميزة	0.000	33.750	0.506	1.444	0.192	4.963	36
مميزة	0.000	23.440	0.506	1.444	0.492	4.629	37

مميزة	0.000	28.032	0.509	1.418	0.362	4.851	38
مميزة	0.000	28.032	0.492	1.629	0.320	4.888	39
مميزة	0.000	26.349	0.506	1.555	0.395	4.814	40
مميزة	0.000	36.056	0.480	1.666	0.000	5.000	41
مميزة	0.000	26.231	0.500	1.592	0.395	4.814	42
مميزة	0.000	35.345	0.506	1.555	0.000	5.000	43
مميزة	0.000	29.115	0.509	1.518	0.320	4.888	44
مميزة	0.000	35.529	0.509	1.518	0.000	5.000	45
مميزة	0.000	27.943	0.480	1.333	0.423	4.777	46
مميزة	0.000	26.557	0.509	1.518	0.395	4.814	47
مميزة	0.000	36.445	0.480	1.333	0.192	4.963	48
مميزة	0.000	35.345	0.506	1.555	0.000	5.000	49
مميزة	0.000	39.520	0.423	1.777	0.000	5.000	50
مميزة	0.000	35.360	0.500	1.592	0.000	5.000	51
مميزة	0.000	35.360	0.500	1.592	0.000	5.000	52
مميزة	0.000	27.410	0.500	1.592	0.362	4.851	53
مميزة	0.000	35.529	0.509	1.518	0.000	5.000	54
مميزة	0.000	37.923	0.446	1.740	0.000	5.000	55
مميزة	0.000	35.588	0.492	1.629	0.000	5.000	56
مميزة	0.000	32.880	0.509	1.518	0.192	4.963	57
مميزة	0.000	36.056	0.480	1.666	0.000	5.000	58
مميزة	0.000	35.345	0.506	1.555	0.000	5.000	59
مميزة	0.000	35.360	0.500	1.592	0.000	5.000	60

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

اعتمدت هذه الطريقة كون الدرجة الكلية تمثل محكا داخليا يمكن من خلالها استخراج معامل صدق الفقرة وذلك لعدم توافر محك خارجي اذ استعمل لذلك معامل الارتباط البسيط بيرسون وبين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لكل استمارة ولحساب معامل الارتباط بين الدرجات افراد العينة على فقرة من الفقرات ودرجاتهم الكلية على المقياس باستخدام معامل الارتباط بيرسون ل (2) استمارة أظهرت النتائج ان جميع معاملات الارتباط دلالة إحصائية عند مقارنتها بقيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) كما موضح في الجدول (2) وبذلك يصبح المقياس ذا صدق بنائي وفق هذا المؤشر.

جدول (2)

قيم معاملات الارتباط مع فقرات مقياس الترميز المزدوج مع الدرجة الكلية
صدق الاتساق الداخلي

جدول (2)

يبين معامل الاتساق الداخلي لارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الترميز السوري

الدلالة الاحصائية	Sig	معامل الارتباط البسيط (person)	رقم الفقرة	الدلالة الاحصائية	Sig	معامل الارتباط البسيط (person)	رقم الفقرة
معنوي	0.021	0.231*	31	معنوي	0.028	0.220*	1
معنوي	0.000	0.344**	32	معنوي	0.009	0.262**	2
معنوي	0.000	0.352**	33	معنوي	0.048	0.198*	3
معنوي	0.001	0.340**	34	معنوي	0.017	0.237*	4
معنوي	0.004	0.286**	35	معنوي	0.000	0.370**	5
معنوي	0.018	0.235*	36	معنوي	0.002	0.313**	6
معنوي	0.006	0.275**	37	معنوي	0.000	0.377**	7
معنوي	0.002	0.318**	38	معنوي	0.027	0.221*	8
معنوي	0.002	0.301**	39	معنوي	0.028	0.220*	9
معنوي	0.002	0.312**	40	معنوي	0.011	0.253*	10
معنوي	0.027	0.222*	41	معنوي	0.030	0.217*	11
معنوي	0.035	0.206*	42	معنوي	0.000	0.363**	12
معنوي	0.000	0.356**	43	معنوي	0.000	0.353**	13
معنوي	0.005	0.279**	44	معنوي	0.001	0.334**	14
معنوي	0.001	0.324**	45	معنوي	0.019	0.235*	15
معنوي	0.006	0.276**	46	معنوي	0.011	0.254*	16
معنوي	0.001	0.328**	47	معنوي	0.000	0.351**	17
معنوي	0.021	0.231*	48	معنوي	0.000	0.360**	18
معنوي	0.004	0.288**	49	معنوي	0.009	0.258**	19
معنوي	0.037	0.209*	50	معنوي	0.035	0.211*	20
معنوي	0.009	0.261**	51	معنوي	0.001	0.321**	21
معنوي	0.014	0.244*	52	معنوي	0.000	0.367**	22
معنوي	0.033	0.213*	53	معنوي	0.001	0.320**	23
معنوي	0.026	0.223*	54	معنوي	0.000	0.482**	24
معنوي	0.032	0.214*	55	معنوي	0.035	0.211*	25
معنوي	0.032	0.214*	56	معنوي	0.002	0.330**	26
معنوي	0.020	0.232*	57	معنوي	0.006	0.274**	27
معنوي	0.027	0.221*	58	معنوي	0.001	0.335**	28
معنوي	0.004	0.288*	59	معنوي	0.037	0.209*	29
معنوي	0.035	0.208*	60	معنوي	0.005	0.280**	30

الجدول (3)

يبين معامل الارتباط البسيط بيرسون ومعنوية الدرجة لكل مجال من مجالات مقياس الترميز الصوري

رقم الفقرة	المجال	معامل الارتباط البسيط (person)	Sig	الدلالة	رقم الفقرة	المجال	معامل الارتباط البسيط (person)	Sig	الدلالة	
2	المجال البصري	0.270**	0.007	معنوي	1	المجال السمعي	0.232*	0.020	معنوي	
3		0.209*	0.037	معنوي	4		0.237*	0.017	معنوي	
5		0.290**	0.003	معنوي	8		0.236*	0.017	معنوي	
6		0.313**	0.002	معنوي	9		0.255**	0.010	معنوي	
7		0.381**	0.000	معنوي	12		0.370**	0.000	معنوي	
10		0.263**	0.008	معنوي	13		0.358**	0.000	معنوي	
11		0.377**	0.000	معنوي	16		0.211*	0.035	معنوي	
14		0.339**	0.001	معنوي	18		0.351**	0.000	معنوي	
15		0.244*	0.014	معنوي	19		0.258**	0.009	معنوي	
17		0.369**	0.000	معنوي	21		0.316**	0.001	معنوي	
20		0.362**	0.000	معنوي	22		0.358**	0.000	معنوي	
23		0.199*	0.040	معنوي	26		0.201*	0.024	معنوي	
24		0.470**	0.000	معنوي	32		0.351**	0.000	معنوي	
25		0.248*	0.013	معنوي	33		0.360**	0.000	معنوي	
27		0.287**	0.004	معنوي	34		0.348**	0.000	معنوي	
28		0.341**	0.001	معنوي	38		0.256*	0.010	معنوي	
29		0.222*	0.026	معنوي	39		0.322**	0.001	معنوي	
30		0.290**	0.003	معنوي	40		0.208*	0.038	معنوي	
31		0.243*	0.015	معنوي	42		0.213*	0.033	معنوي	
35		0.235*	0.019	معنوي	44		0.208*	0.036	معنوي	
36		0.227*	0.023	معنوي	45		0.265*	0.010	معنوي	
37		0.232*	0.020	معنوي	49		0.278**	0.005	معنوي	
41		0.248*	0.013	معنوي	53		0.226*	0.024	معنوي	
43		0.320**	0.001	معنوي	54		0.240*	0.016	معنوي	
46		0.352**	0.000	معنوي	56		0.200*	0.040	معنوي	
47		0.339**	0.001	معنوي	57		0.205*	0.038	معنوي	
48		0.282**	0.004	معنوي	59		0.212*	0.034	معنوي	
50		0.221*	0.027	معنوي	60		0.216*	0.031	معنوي	
51			0.234*	0.019	معنوي					
52			0.235*	0.019	معنوي					
55		0.299**	0.002	معنوي						
58		0.287**	0.004	معنوي						

المقياس بصيغته النهائية من (60) فقرة وبذلك تتراوح اعلى درجة كلية للمقياس 300 وأدنى درجة للمقياس 60 وبمتوسط مقداره (150) درجة.

المهارات المركبة في الجمناستيك الايقاعي

تطرقت الباحثة في البحث الى المهارات المركبة بأداة الشاخص

1- الرمي والاستلام مع قفزة القطة.

2- الدوران على شكل 8 من الحركة امام الجسم فوق الرأس.

3- الدوران المتقاطع مع ضرب الشاخص.

وتم عرضها على الخبراء لتقييم المهارات من (1-10) بعد تصويرهن في الاختبارين القبلي والبعدي.

تم اجراء التمرينات (الملحق 1) في القسم الرئيسي ويضم التعليمي وزمنه 15 دقيقة والتطبيقي وزمنه 30

دقيقة وتم اعداد التمرينات مهارية مركلة وفق الترميز المزدوج الثنائي للمهارات المركبة في الجمناستيك

الايقاعي ومدتها 12 أسبوع.

ويتضمن تعليم المهارات بالأسلوبين اللفظي والصورى من خلال الفيديو والصور وشرح المهارات بأكثر

من أسلوب وذلك لسهولة التعلم وصعوبة فقدان.

عرض نتائج البحث ومناقشتها

عرض النتائج

وكانت النتائج وفق الجداول التالية لغرض ايجاد نتائج البحث استخدمت الباحثتان الحقيبة الاحصائية

جدول (3)

يبين نتائج (t-test) للعينات المترابطة في الاختبارات القبالية والبعدية لمتغيرات البحث ولمجموعتي البحث

المتغيرات البحث	المجموعات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ع ف	قيمة (t) المحسوبة	درجة (Sig)	الدلالة الاحصائية
		ع	س	ع	س				
الرمي والاستلام مع قفزة القطة	التجريبية	2.60	0.699	7.60	1.350	5.000	10.401	0.000	معنوي
	الضابطة	3.00	1.414	6.50	0.972	3.500	6.450	0.000	معنوي
الدوران على شكل 8 من الحركة امام الجسم فوق الرأس	التجريبية	1.80	0.789	8.10	0.876	6.300	16.905	0.000	معنوي
	الضابطة	2.20	0.789	7.00	1.155	4.800	10.854	0.000	معنوي
لدوران المتقاطع مع ضرب الشاخص	التجريبية	2.60	0.516	8.20	1.229	5.600	13.282	0.000	معنوي
	الضابطة	2.10	0.738	6.90	0.738	4.800	14.546	0.000	معنوي
مقياس الترميز الصوري	التجريبية	73.20	11.555	220.70	56.394	147.500	18.204	8.103	معنوي
	الضابطة	70.70	8.166	136.00	52.762	65.300	16.883	0.001	معنوي

جدول (4)

يبين نتائج اختبار (t-test) للعينات المستقلة البعدية لمجموعتي البحث

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (t) المحسوبة	درجة (Sig)	الدلالة الاحصائية
	ع	س	ع	س			
الرمي والاستلام مع قفزة القطة	7.60	1.350	6.50	0.972	2.091	0.051	معنوي
دوران على شكل 8 من الحركة امام الجسم فوق الرأس	8.10	0.876	7.00	1.155	2.400	0.027	معنوي
لدوران المتقاطع مع ضرب الشاخص	8.20	1.229	6.90	0.738	2.867	0.010	معنوي
مقياس الترميز الصوري	220.70	56.394	136.00	52.762	3.468	0.003	معنوي

مناقشة النتائج

من الجداول اعلاه نلاحظ ان قيم الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجوعتين الضابطة والتجريبية واضحة لصالح المجموعة التجريبية التي استخدمت التمرينات الترميز الصوري للمهارات المركبة ، هذا يعني ان الطبيعة الخاصة للمهارات وصوبتها للطالبة يجب ان تعلم بأساليب اكثر حداثة بالتالي تسهم في تنشيط الذاكرة للمهارات خاصة اذا اعطيت المهارات باكثر من شكل وكذلك المرحب يبين اكثر من مهارة مما يساعد الطالبة في سرعة التعلم وكذلك التذكر لاطول فترة وفهم المهارات على شكل سلسلة من الحركات المدمجة في الذاكرة بالتالي سوف تكون للطالبة القابليه على الاداء بعدة اشكال للمهارات والقدرة على اداء اسلسلة الحركية ، اي ان التمرينات المستخدمة والصور التي احتوتها لها اثر في قدرة الطالبة على خزن المهارات وقدرتها على استرجاعها في اي وقت ، وكذلك تجميع اكبر عدد من المهارات المركبة واستطاعة اللاعب ان تدمج بشكل اكبر عدد والاضافة من ما مخزون عند استرجاعها للمهارات اثناء اداء السلسلة الحركية، كذلك ان الدمج بين اشكال المهارات المختلفة والتمرينات التي جمعت بين المخزون والايجازات والنماذج الصورية والالفاظ التي استخدمت مع المهارة ساعدت الطالبة اداء السلسلة باحلى صورة بالنسبة لها ، وحسب ما ذكر شاكرو عبد اللطيف (ان الخيال يحدث نتيجة الدمج بين مكونات الذاكرة والادراك وبين الصور العقلية التي تشكلت من قبل خلال الخبرات الماضية وتكوين نواتج ذات تكوينات واشكال عقلية مختلفة) (3:125-133) ويذكر ، اضافة الى ان التنوع في تركيب المهارات ادت الى شعور الطالبات في زيادة القابلية على

WALKER&RICHARD

ان "الاستيعاب يتضمن صور عقلية لانها تنشط المعلومات السابقة المتعلقة بالموضوع المقروء وتسهل عملية التعلم بتكوين صور عقلية وتخيلة للمعلومات وهو يعد جزء من العملية المعرفية " (4:106) ويرى ويليامز " عند عرض المعلم لطلابه معلومات لفظية وبصرية تتوافر فرصة افضل لنجاح الطالب الذي يعتمد المعالجة البصرية للفكرة ، وان الطالب الذي يعتمد على المقدرة اللفظية وحدها لن يستطيعوا اي تطور الجانب البصري لديهم : (5:8) ، ، اضافة الى ان التنوع في تركيب اكثر من مهارة لها تاثير ايجابي في شعور الطالبات في زيادة القابلية على التعلم للمهارات (6)

النتائج والتوصيات

النتائج

ان التمارين المهارية لها تأثير في الترميز المزدوج لدى طالبات الصف الثاني اثبتت النتائج ان التمارين المهارية لها تأثير في اداء المهارات المركبة في الشاخص

التوصيات

- اعتماد التمارين المهارية المركبة لتعليم مهارات الجمناستك الابقاعي
- تعليم الطالبات بأسلوب المزدوج بالمهارات لجميع الادوات في الجمناستك الابقاعي
- ربط مهارات الترميز المزدوج بأساليب تعليمية حديثة لتعليم مهارات الجمناستك الابقاعي

المصادر

- 1- ياسر محفوظ حامد محمد الدليمي: أثر برنامج المواهب المتعددة في تنمية أنماط التفكير المترابطة بنصفي الدماغ (الأيمن، الأيسر) لدى المرحلة الإعدادية، أطروحة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية، جامعة الموصل، 2005، ص23.
- 2- امال إسماعيل حسين، كاظم محسن كويطع: الترميز المزدوج بالفهم القرائي لدى طلبة المرحلة الإعدادية رسالة ماجستير.
- 3- شاكرو عبد الحميد وعبد اللطيف خليفة : دراسات في حب الاستطلاع والابداع والخيال : القاهرة ، بحث منشور ، مجلة كلية التربية ، الجامعة المستنصرية ، 2016.
- 1- ميرفت علي خفاجة وفاطمة عوض صابر : اسس ومبادئ البحث العلمي ، ط2. الاسكندرية ، مكتبة ومطبعة الاشعاع الفنية .

- 2- إلهام علي حسون & زينة خالد جاسم, (2019). السيطرة النتباهية وعالقتها ببعض الحركات الأرضية في جمناستك الأجهزة, *Al. Qadisiya journal for the Sciences of Physical Education*, 19.
- 3- جاسم, م. د. ز. خ., م. د. زينة خالد, حسون & م. م. الهام علي. (2017). التفكير الجانبي وعلاقته باداء بعض مهارات الشاخص في الجمناستك الايقاعي لدى طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بغداد. *المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة*. جامعة حلوان, 81(سبتمبر جزء 4), 184-192.
- 4- walker&Richard; Literaland inferential reading comprehension of students, lionies, university, 1998.
- 5- Saadi, A., & Nezar, T. (2020). The Effect of Using Immediate Feedback on Learning Double Tuck Backflip on Floor Exercises in Artistic Gymnastics For Men Aged 14 – 16 Years Old. *Journal of Physical Education*, 32(3), 93–98. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V32\(3\)2020.1024](https://doi.org/10.37359/JOPE.V32(3)2020.1024)
- 6- Khalifab, M. A. O. A. H., & Jabbar, R. H.(2023). The effect of an electronic device designed to measure the degree of bending of the knee angle in developing the skill of catch and Clearance the high ball for football goalkeepers under (15 years),*Journal of Xi'an Shiyou University*, 19(11), 751-764.
- 7- Sabah, A. A., & Jasem, Z. K. (2023). Cognitive Flexibility of Football Coaches from the Standpoint of Iraqi Premier League Players. *Pakistan Heart Journal*, 56(2), 234-247.
- 8- Obaid, M. A. O. (2021). Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sporda şiddet ve istenmeyen davranışlara ilişkin görüşlerinin incelenmesi (Balıkesir Üniversitesi örneği) (Master's thesis, Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- 9- abdluaziz, T., & abdulaziz, M. (2020). The Impact of Physical Activity and Sport on Mental Health. *Journal of Physical Education*, 32(3), 160–165. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V32\(3\)2020.1032](https://doi.org/10.37359/JOPE.V32(3)2020.1032)
- 10- Jasem, Z. K., Naser, A. J., & Hadi, A. M. (2023). The Effect of Transferring Positive and Negative Energy in Evaluating the Perfomance of Some Kinetic Skills in Rhythmic Gymnastics. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 18(2), 190-193.

مقياس الترميز الصوري لطلبة الجامعة

- 1- يسهل علي التعبير عن افكاري لفظيا.
- 2- عند الاستماع الى المدرسة تشرح المهارات المركبة لا تثير لدي تصور عقليا للمهارة التي شرحها.
- 3- عند قراءة المهارة عادة ما أقوم بتكوين تصور ذهني للمشهد التي تصفه.
- 4- يصعب على كتابة أي المهارة سواء مفردة او مركبة.
- 5- غالبا ما أستطيع التواصل الى حل مشكلات التعلم باستخدام الصور العقلية لعناصرها.
- 6- استمتع عندما أكون قادرة على إعادة صياغة افكاري بطرق كثيرة بحيث أستطيع جمع المهارات المفردة لتكوين مهارات مركبة ومن ثم دمجها لتكوين سلاسل.

- 7- استمتع بالصور والمرئيات للمهارة المركبة اكثر من القراءة.
- 8-ينقضي سرد المهارة المركبة على شكل قصص.
- 9-استمتع بالعمل الذي يتطلب استخدام الشرح.
- 10- اشعر ان أحلام اليقظة لدي كأنها واقع حقيقي.
- 11-استخدم صوراً ذهنية في حل مشكلاتي في التعلم.
- 12-لدي صعوبة في التعبير عن نفسي في الكتابة.
- 13-اشعر ان معرفتي بمادة الايقاعي يحتاج الى التحسين.
- 14-أحب التعامل مع الاعمال المصورة بدلا من الكلمات.
- 15-استمتع يتعلم مهارات جديدة ودمجها مع مهاراتي.
- 16-أجد نفسي أكثر نقداً لأسلوب شرح المهارة (سرد)
- 17- أستطيع تشكيل صورة ذهنية لأي مهارة تقريبا.
- 18-أستطيع ان أفكر بسهولة في مرادفات المهارة.
- 19-انا قادر على التعبير عن افكاري بوضوح
- 20-قدرتي على التصور والتخيل اعلى من المتوسط.
- 21-انا اعتبر نفسي قارئ سريع.
- 22- امتلك مفردات رياضية كثيرة.
- 23-أجد من السهل تصور وجوه اللاعبين الذين اعرفهم.
- 24-اشعر ان درجاتي متدنية بسبب عدم قدرتي على تصور المهارة.
- 25- انزعج عندما أرى أي شيء يخص المهارة تستخدم بشكل غير صحيح.
- 26-اجيد التعبير عن المهارة بشكل صحيح.
- 27- أستطيع ان أغمض عيني لأتصور بسهولة المهارة المركبة في الجمناستك الايقاعي.
- 28- اشعر الصورة تغني عن الاف الكلمات.
- 29- يصعب على تكوين صورة ذهنية للمهارات المركبة عندما أغمض عيني.
- 30-عندما يصف شخص ما مهارة معينة، فإنني اتخيل المهارة بشكل واضح.
- 31- يمكنني ان احفظ مهارة يتخيلها معروضة على شاشة العرض.
- 32-عندما اسمع او اقرأ مصطلح رياضي واحد فان سيلا من الكلمات الأخرى يتبادر الى ذهني.
- 33-لدي القدرة على ان أقول ما اعنيه في كتابة المهارة المركبة في الجمناستك الايقاعي من المرة الأولى.
- 34-انا اجيد التفكير باستعمال التلاعب اللفظي في المصطلحات الرياضية.
- 35-يصعب على استخدام الصورة الذهنية او المخططات حيثما أحاول حل مشكلتي.
- 36-حينما انظر الى الصورة لأي لاعبة ايقاعي مشهورة يصعب علي ان أتذكر بالضبط كيف كان يتحدث.
- 37-أتذكر الأشياء التي درستها وذلك بتخيل الصفحة التي كان مكتوب عليها.
- 38- دراسة معنى واستخدام الكلمات والمصطلحات الرياضية أصبحت عادة تلازمي.
- 39-استطيع كتابة ما يخطر على بالي دون قلق من اختيار المصطلحات الرياضية والعامية.
- 40-من غير الممكن للناس ان يهتموا فقط بالطريقة اللفظية في التعبير عن انفسهم.
- 41- اجد صعوبة في تشكيل صورة ذهنية عن أي مهارة مركبة في الجمناستك الايقاعي.
- 42-استمتع بحل الكلمات المتقاطعة وغيرها من الألعاب الكلمات.
- 43-أحلام اليقظة لدي كأنها واقع حي للغاية.
- 44- لدي طاقة في استخدام الكلمات والشرح للمهارات أفضل من المتوسط
- 45- انا اقرا عن الجمناستك الايقاعي باستمرار.
- 46- انني استدرك بشكل مستمر شرح المهارة وكيفية أدائها.
- 47- تتألف بتفكيري صوراً ذهنية للمهارات المركبة التي اتذكرها.
- 48- يصعب على تشكيل صورة ذهنية للمهارات المركبة او العادية عند القراءة عنها.

- 49- أجد صعوبة في شرح المهارات المركبة للأخرين.
- 50- أجد من الأسهل تعلم المهارات المركبة بالمنظور السوري أفضل من التعليمات المكتوبة.
- 51- استمتع باستخدام الصورة الذهنية للاستذكار المهارات المركبة.
- 52- استخدم الصور في ذهني للمهارات المركبة في الجمناستيك الايقاعي لمساعدتي في تذكر الأداء.
- 53- أرهق كثيرا عندما اعبر عن نفسي بالكلام اللفظي او المكتوب عن مهارات الجمناستيك الايقاعي المركبة.
- 54- تعلمي للغة الإنكليزية مسبقا لم يكن بشكل جيد.
- 55- الاستخدام الصحيح لمضمون الكلام في شرح المهارة يأتي في المرتبة الثانية للأفكار بعد التوضيح بالصور.
- 56- انزعج عند الحديث مع اللذين يستعملون مصطلحات رياضية صعبة.
- 57- يصعب على إيجاد ترابطات بين الكلمات الخاصة بالمهارات المركبة.
- 58- قبل النوم تماما ابدأ بتصوير المهارات المركبة التي تعلمتها.
- 59- أفضل قراءة إرشادات حول كيفية أداء المهارات بدلا من ان يقوم شخص بعرضها علي.
- 60- وقتي قليل جدا في قراءة المفردات الرياضية التي تزيد من رصيدي اللغوي.