

اثر استراتيجية التسريع المعرفي في تعلم بعض المهارات باداة الشخص بالجمناستك الايقاعي للطالبات

راوية يوسف عبد علي

Corresponding author : basicsport_gph_35@uodiyala.edu.iq
<https://orcid.org/0009-0005-1031-9095>

الجامعة المستنصرية/كلية التربية الاساسية / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

تاريخ استلام البحث : 2026/3/26

تاريخ قبول النشر : 2026/6/1 - تاريخ النشر 2026/6/25

FA/202606/30P/09/694



[Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

<https://alfatehjournal.uodiyala.edu.iq/index.php/jfath/index>

copyright

الملخص

تكمن أهمية البحث في إعداد وحدات تعليمية وفق استراتيجية التسريع المعرفي والتعرف على أثرها في تعلم بعض المهارات باداة الشخص بالجمناستك الايقاعي للطالبات ، وهدف البحث الى اعداد وحدات تعليمية وفق استراتيجية التسريع المعرفي في تعلم بعض المهارات باداة الشخص بالجمناستك الايقاعي للطالبات ، أما فرض البحث هو ، هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم بعض المهارات باداة الشخص بالجمناستك الايقاعي للطالبات ولصالح المجموعة التجريبية، واعتمدت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة مشكلة البحث، واشتملت عينة البحث (20) من طالبات المرحلة الاولى في /قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة /كلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية ، للعام الدراسي (2025-2026) بواقع (10) طالبة في كل مجموعة، وشملت اجراءات البحث الميدانية اعداد الوحدات التعليمية وفق استراتيجية التسريع المعرفي ، والتجربة الرئيسة وتنفيذها بعد اجراء التجارب الاستطلاعية واتمام الاختبارات القبلية والبعدية ، من خلال جمع البيانات تبين من خلال عرض النتائج وتحليلها ان المجموعة التجريبية التي اعتمدت الوحدات التعليمية وفق استراتيجية التسريع المعرفي تفوقت على المجموعة الضابطة واستنتجت الباحثة فاعلية استراتيجية التسريع المعرفي في تعلم بعض المهارات باداة الشخص بالجمناستك الايقاعي للطالبات قيد البحث . وأن استعمال استراتيجية التسريع المعرفي لها أثر إيجابي وفعال في تعلم بعض المهارات باداة الشخص بالجمناستك الايقاعي للطالبات مقارنة بالطريقة التقليدية، واوصت الباحثة باستخدام استراتيجية التسريع المعرفي ضمن البرامج التعليمية الموجهة لتعليم المهارات

الحركية، لما لها من أثر إيجابي في تسريع التعلم وتحسين تعلم المهارات بالجمناستك
الايقاعي .
الكلمات المفتاحية : التسريع المعرفي , مهارات بأداة الشاخص في الجمناستك
الايقاعي

The Effect of the Cognitive Acceleration Strategy on Learning Some Club Skills in Rhythmic Gymnastics for Female Students

Rawya Youssef Abd Ali

Mustansiriya University/College of Basic Education

Department of Physical and Sport Sciences

Corresponding author : basicsport_gph_35@uodiyala.edu.iq

<https://orcid.org/0009-0005-1031-9095>

Date of research submission :26/3/2026

Date of publication acceptance : 1/6/2026

Date of publication :25/6/2026

FA/202606/30P/09/694



[Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

<https://alfatehjournall.uodiyala.edu.iq/index.php/jfath/index>

<https://alfatehjournall.uodiyala.edu.iq/index.php/jfath/copyright>

Abstract

The significance of this study lies in the development of instructional units based on the cognitive acceleration strategy and the assessment of their impact on the acquisition of certain skills using the rhythmic gymnastics apparatus among female students.

The aim of the study was to develop instructional units based on the cognitive acceleration strategy for teaching certain skills using rhythmic gymnastics apparatus to female students.

The research hypothesis is that there are statistically significant differences between the pre- and post-tests of the control and experimental groups in the acquisition of certain skills using the rhythmic gymnastics assessment tool for female students in favor of the experimental group.

The researcher adopted the experimental approach due to its suitability for the nature of the research problem. The research sample consisted of (20) female first-year students in the Department of Physical Education and Sports Sciences, College of Basic Education, Al-Mustansiriya University, for the academic year (2025–2026), with (10) female students in each group. The field research procedures included preparing instructional units according to the cognitive acceleration strategy, conducting the main experiment, and implementing it after conducting pilot experiments and completing pre- and post-tests. Through data collection, the presentation, and analysis of the results, it was found that the experimental group, which adopted the instructional units based on the cognitive acceleration strategy, outperformed the control group. The researcher concluded that the cognitive acceleration strategy is effective in teaching certain rhythmic gymnastics skills to the female students under study. The researcher concluded that the cognitive acceleration strategy is effective in teaching certain rhythmic gymnastics skills to the female students in the study and found that the use of the cognitive acceleration strategy has a positive and effective impact on the learning of certain rhythmic gymnastics skills among the female students compared to the traditional method, The researcher recommended incorporating the cognitive acceleration strategy into educational programs designed to teach motor skills, given its positive impact on accelerating learning and improving the acquisition of rhythmic gymnastics skills.

Keywords: Cognitive acceleration, club skills in rhythmic gymnastics.

1-1 مقدمة البحث وأهميته

يشهد العصر الحاضر تطوراً سريعاً ومتسارعاً في مختلف مجالات الحياة، وقد حظيت العلوم المساندة للمجال الرياضي – ومنها طرائق التدريس والتعلم الحركي – باهتمام كبير نتيجة التقدم العلمي وتراكم الخبرات البحثية. ولم يكن هذا التطور وليد الصدفة، بل جاء نتيجة التخطيط العلمي المدروس واستخدام الاستراتيجيات التعليمية الحديثة التي تسهم في تحسين عملية التعلم الحركي وتطوير أداء المهارات الرياضية وتحقيق أفضل الإنجازات.

وتهدف هذه الاستراتيجيات إلى تنويع خبرات المتعلم وإشراك حواسه المختلفة في عملية التعلم، بما يسهم في اكتساب المهارات الحركية بصورة أكثر فاعلية. وتعد الوحدات التعليمية أساساً مهماً في العملية التعليمية، إذ تعتمد على المتعلم بوصفه محور العملية التعليمية، وتسعى إلى تنمية قدراته ومراعاة ميوله ورغباته واتجاهاته. كما تعمل الوحدات التعليمية على تنظيم الخبرات التعليمية وتقديمها بصورة متكاملة، بما يشجع المتعلمين على الاستكشاف وطرح الأسئلة والبحث عن الحلول، فضلاً عن تنمية مهارات التفكير لديهم وإعدادهم للتعلم المستمر.

إن طرائق واستراتيجيات التدريس المختلفة تهدف جميعها إلى تحقيق غاية واحدة، تتمثل في تمكين المتعلم من اكتساب الخبرات التعليمية وتحقيق أهداف المنهج الدراسي. وعلى الرغم من تنوع هذه الاستراتيجيات، إلا أن اختلاف استعدادات المتعلمين وخبراتهم السابقة يتطلب استخدام أساليب تدريس متنوعة تتلاءم مع قدراتهم وإمكاناتهم. لذلك فإن نجاح العملية التعليمية يعتمد بدرجة كبيرة على الاستراتيجية التدريسية المستخدمة، وطريقة عرض الخبرات التعليمية، وظروف الموقف التعليمي، ومدى استجابة المتعلم ونشاطه في اكتساب الخبرة التعليمية.

وتعد استراتيجية التسريع المعرفي إحدى الاستراتيجيات التعليمية الحديثة التي طورها عدد من التربويين في بريطانيا، وفي مقدمتهم Shayer و Adey، إذ استندت هذه الاستراتيجية إلى نظرية النمو المعرفي لبياجيه والنظرية البنائية الاجتماعية لفيغوتسكي، والتي تؤكد أهمية التفاعل الاجتماعي في تنمية التفكير لدى المتعلم. وتتكون استراتيجية التسريع المعرفي من أربع مراحل أساسية هي: (الإعداد الحسي، التعارض المعرفي، تشكيل المفاهيم، التجسير).

وتعد لعبة الجمناستك الإيقاعي من الألعاب الرياضية التي تعتمد بشكل كبير على إتقان المهارات الأساسية، إذ تمثل هذه المهارات القاعدة التي يبنى عليها تطوير مستوى الأداء الفني. لذلك فإن تعلم هذه المهارات يتطلب بذل جهد كبير وممارسة مستمرة للوصول إلى مستوى الأداء الصحيح. ومن هنا تبرز أهمية استخدام استراتيجيات تعليمية حديثة مثل استراتيجية التسريع المعرفي في تدريس مهارات الجمناستك الإيقاعي، لما قد تسهم به في تسهيل عملية التعلم وتحسين مستوى الأداء المهاري.

وتكمن أهمية البحث الحالي في إعداد وحدات تعليمية وفق استراتيجية التسريع المعرفي لتعلم بعض مهارات أداة الشاخص في الجمناستك الإيقاعي لدى الطالبات، لما لهذه الاستراتيجية من دور في تسريع عملية التعلم وتنمية القدرات المعرفية والحركية لدى المتعلمات.

2-1 مشكلة البحث

إن الاتجاهات الحديثة في مجال التعلم تؤكد أهمية استخدام استراتيجيات تدريس متنوعة تتلاءم مع طبيعة التعلم المهاري، إذ تلعب طريقة التدريس دوراً أساسياً في اكتساب المهارات الحركية وتطويرها والاحتفاظ بها. ويعد الجمناستك الإيقاعي أحد المقررات الدراسية التي تدرس في أقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة

في كليات التربية الأساسية، إذ يتميز بالدقة في الأداء وسرعة الحركة والمسار الحركي الصحيح.

ومن خلال متابعة الباحثة لدرس الجمناستك الإيقاعي، لاحظت وجود صعوبة لدى العديد من الطالبات في تعلم بعض المهارات الخاصة بأداة الشاخص. وقد يعزى ذلك إلى قلة الوحدات التعليمية المخصصة لهذه المادة، إذ تقتصر على وحدة تعليمية واحدة في الأسبوع، فضلاً عن اعتماد استراتيجية التدريس التقليدية التي تركز على الشرح والتوضيح من قبل المدرس كمصدر أساسي للمعرفة، إذ تبين وجود ضعف في تعلم بعض مهارات أداة الشاخص لدى الطالبات، الأمر الذي دفع الباحثة إلى محاولة استخدام استراتيجية تعليمية حديثة وهي استراتيجية التسريع المعرفي، بهدف تسريع عملية التعلم وتنمية المعارف المرتبطة بالأداء الفني من خلال إعداد وحدات تعليمية مناسبة.

3-1 أهداف البحث

- 1- إعداد وحدات تعليمية وفق استراتيجية التسريع المعرفي لتعلم بعض مهارات أداة الشاخص في الجمناستك الإيقاعي للطالبات.
- 2- التعرف على أثر استراتيجية التسريع المعرفي في تعلم بعض مهارات أداة الشاخص في الجمناستك الإيقاعي للطالبات.
- 3- التعرف على أفضلية استراتيجية التسريع المعرفي مقارنة بالأسلوب المتبع في تعلم بعض مهارات أداة الشاخص في الجمناستك الإيقاعي للطالبات.

4-1 فرضيات البحث

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة لدى المجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم بعض مهارات أداة الشاخص في الجمناستك الإيقاعي ولصالح الاختبار البعدي.
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي في تعلم بعض مهارات أداة الشاخص في الجمناستك الإيقاعي ولصالح المجموعة التجريبية.

5-1 مجالات البحث

المجال البشري: طالبات المرحلة الأولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية التربية الأساسية / الجامعة المستنصرية.
المجال الزمني: المدة من 1 / 11 / 2025 ولغاية 1 / 3 / 2026.
المجال المكاني: قاعة الجمناستك في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة.

6-1 تحديد المصطلحات

الاستراتيجية:

مجموعة من الأساليب والإجراءات المنظمة التي يستخدمها المدرس في مواقف التعلم، وتتضمن مبادئ وقواعد وطرائق مختلفة تهدف إلى تنظيم الخبرات التعليمية وتحقيق الأهداف التعليمية المحددة.
التسريع المعرفي:

استراتيجية تعليمية تهدف إلى مساعدة المتعلمين على الوصول إلى مستويات أعلى من التفكير في وقت مبكر، من خلال مجموعة من الأنشطة التعليمية المنظمة التي تساهم في تنمية النمو العقلي، وتعتمد على أربع مراحل هي: الإعداد الحسي، التعارض المعرفي، تشكيل المفاهيم، والتجسير.

الفصل الثاني

منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث:

يعد اختيار المنهج الملائم مع طبيعة مشكلة البحث وأهدافه من المتطلبات الضرورية في البحث العلمي فالمنهج " هو أسلوب التفكير، والعمل يعتمد عليه الباحث لتنظيم أفكاره وتحليلها وعرضها بهدف الوصول إلى نتائج وحقائق معقولة عن الظاهر موضوع الدراسة (عليان وآخرون؛ 2000، ص 53) وكذلك المنهج التجريبي هو " الذي نتحكم به من خلاله بمتغير (أو متغيرات) مستقلة، ونلاحظ أثر هذا التحكم في متغير أو متغيرات تابعة"

(الرزاق ، 2000، ص 73). لذلك فإن الباحثة استعملت المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين التجريبية والضابطة (ذات الاختبار القبلي والبعدي) لملائمة مشكلة البحث

التصميم التجريبي

ت	المجموعات	الخطوة الأولى	الثانية	الثالثة	الخطوة الرابعة	الخطوة الخامسة
		الاختبار القبلي	المتغير المستقل	الاختبار البعدي		
1	المجموعة التجريبية	اختبار المهارات بآداة الشاخص في الجمناستيك	وحدات تعليمية وفق استراتيجية التسريع المعرفي	اختبار المهارات بآداة الشاخص في الجمناستيك	الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين	الفرق بين المجموعتين في الاختبار البعدي
2	المجموعة الضابطة	الايقاعي	وحدات تعليمية وفقا للمنهج المتبع	الايقاعي		

2-2 مجتمع البحث وعينته:

تحدد مجتمع البحث بطلبات المرحلة الاولى / كلية التربية الاساسية / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية ، للعام الدراسي (2025 –

2026) والبالغ عددهم (28) طالبة مقسمين على (3) شعب، اذ شملت عينة البحث طالبات المرحلة الاولى شعبتي (أ-ب) والبالغ عددهم (20) طالبة في كل شعبة (10) طالبة، شعبة (أ) تمثل المجموعة التجريبية و شعبة (ب) المجموعة الضابطة اما شعبة (ج) فاشتملت على (8) طالبات تم اختيارهم للتجربة الاستطلاعية.

لأجل التوصل الى مستوى واحد لعينة البحث ولتجنب المتغيرات التي تؤثر في نتائج البحث من حيث الفروق الفردية. قامت الباحثة بأجراء التجانس على عينة البحث في المتغيرات (الطول، الكتلة، العمر) وقد استخدمت الباحثة معامل الالتواء كما مبين في الجدول(1) .

الجدول(1) يبين تجانس العينة في متغيرات النمو (الطول، الكتلة، العمر)

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
الطول/سم	161.14	4.474	161	0.093
الكتلة /كغم	62.72	5.563	62	0.388
العمر /سنة	18.7	1.742	18	0.443

تبين من الجدول (1) ان جميع افراد العينة متجانسون بمتغيرات (الطول، الكتلة، العمر) وذلك لان جميع قيم معامل الالتواء محصورة بين (1±)

2-3 الوسائل والاجهزة والادوات المستعملة في البحث.

2-3-1 وسائل جمع المعلومات

- فريق العمل المساعد .
- المصادر والمراجع العربية والاجنبية.
- 1- شبكة الانترنت الدولية.
- 2- الاختبارات والقياس.
- 3- الملاحظة العلمية

2-3-2 الاجهزة والادوات المستعملة في البحث.

- *جهاز حاسوب الكتروني (Lenovo) عدد (1)
- * كاميرات تصوير نوع (canon) عدد (2).
- *قاعة الجمناستك الايقاعي في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- * شواخص للجمناستك الايقاعي عدد (10).

2-4 اجراءات البحث الميدانية

2-4-1 تحديد المهارات المستعملة بالبحث.

قامت الباحثة باعتماد مهارات الشاخص بالجمناستك الايقاعي على وفق مفردات المنهاج المقرر والمخصص للمرحلة الاولى / في كلية التربية الاساسية / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية وللعام الدراسي (2025-2026 م) ،

التي تدرس خلال هذه المدة وفقا لتسلسل المنهج المعد لاجراء الدراسة عليها ومن هذه المهارات: (مهارة المرجحة العكسية البندولية والحركة الدائرية مع الضرب الايقاعي ، مهارة رمي واستلام الشاخص مع وثبة القطة، مهارة المرجحة على شكل (8) امام وفوق الجسم مع ثني الركبة)

2-4-2 تقويم الأداء المهاري

يكون تقييم الاداء من قبل المقومين بعد أن قسمت المهارة الى قسمين القسم الاول مهارة اساسية اعطي لها (6) درجات والقسم الثاني مهارة ثانوية اعطي لها (4) درجات ليكون مجموع الدرجة لكل مهارة (10) درجات، يقيم الاداء من خلال مشاهدة العرض الفديوي للاختبارات القبلي والبعدى، وتحتسب الدرجة النهائية لكل مهارة بعد ان قومت من أربع مقومين ، وتستخرج الدرجة بحذف أعلى وأوطى درجة وايجاد المعدل الوسطي للدرجتين المتبقيتين وتقسم على اثنين للحصول على الدرجة النهائية،

$$\text{الدرجة النهائية} = \frac{\text{مجموع الدرجتين الباقيتين}}{2}$$

5-2 التجارب الاستطلاعية:

تم اجراء التجربة الاستطلاعية على مجموعة من عينة المجتمع والمتكونه من شعبة (ج) وعددها (8) طالبة في القاعة الداخلية لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة وكالاتي:

5-2-1 التجربة الاستطلاعية الاولى:

لقد طبقت الباحثة التجربة الاستطلاعية للاداء المستعملة بالبحث، حيث طبقت هذه التجربة الاستطلاعية يوم الثلاثاء الموافق (18 / 11 / 2025) لاجل التعرف على اداة الشاخص والقيام بالمهارات الخاصة بالبحث

5-2-2 التجربة الاستطلاعية الثانية الخاصة بالوحدات التعليمية:

تم إجراء هذه التجربة في يوم الاحد الموافق 2025/11/23 على عينة التجربة الاستطلاعية بعد إعطاء وحدة تعريفية لهذه العينة ليكونوا قادرين على ان يتعرفوا على مفهوم استراتيجية التسريع المعرفي، واختارت الباحثة وحدة تعليمية من المنهاج المعد وكانت الوحدة الأولى مختارة من ضمن الوحدات التعليمية الخاصة بمهارات اداة الشاخص بالجمناستك الايقاعي وكان الهدف من إجراء هذه التجربة الاستطلاعية هو:

1. التعرف على العوامل والمعوقات التي من الممكن أن تواجه الباحثة عند تنفيذ المنهاج المعد وفق استراتيجية التسريع المعرفي.
2. مدى ملائمة التمارين لمستوى أفراد العينة.
3. التعرف الى مدى ملائمة المنهاج المعد لمستوى العينة.

4. التعرف على مدى تفهم واستجابة أفراد العينة لمحتويات الوحدة التعليمية المعدة على وفق استراتيجية التسريع المعرفي.

5. التعرف على الوقت الملائم والمخصص لأقسام الوحدة التعليمية وإمكانية تنفيذها. وكانت من نتائج التجربة الاستطلاعية أنها ساعدت الباحثة على التوصل الى ما يأتي:

1. ملائمة المنهاج المعد على وفق استراتيجية التسريع المعرفي لمستوى العينة وقدرة الطالبات على الفهم والاستجابة لمحتويات الوحدة التعليمية.
2. تم احتساب زمن أقسام الوحدة التعليمية بشكل ثابت.
3. ملائمة الأدوات المساعدة المستخدمة وصلاحياتها في تنفيذ التمارين.
4. حدد عدد تمارين القسم الرئيس والتي تتمثل (من 3-4) تمارين خلال كل وحده تعليميه.

6-2 اجراءات التجربة الرئيسية

6-2-1 الاختبارات القبليّة :

طبقت الباحثة الاختبارات القبليّة للمجموعتين التجريبيّة والضابطة في اختبارات مهارات باداة الشاخص بالجنماستك الايقاعي في يوم الثلاثاء ، المصادف (25/ 11 / 2025) في القاعة الداخلية بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة ، وقد تم تنفيذ الاختبارات بمساعدة فريق العمل المساعد وبإشراف مباشر من الباحثة وقد راعت الباحثة عند تطبيق الاختبارات النقاط الآتية :

- 1- شرح كيفية تنفيذ الاختبارات لجميع أفراد العينة بالطريقة نفسها .
- 2 - عملية اجراء الاختبارات لجميع أفراد العينة في المكان نفسه.
- 3 - عملية تثبيت فريق العمل المساعد في الاختبارات جميعها ولجميع الأفراد . ومن ثم صورت الاختبارات القبليّة من قبل فريق العمل .

جدول (2)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث في بعض المهارات باداة الشاخص بالجنماستك الايقاعي للطالبات

المهارات الاساسية	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	الدلالة الاحصائية
	س	ع	س	ع			
مهارة المرجحة العكسية	1.78	0.97	1.69	0.96	0.20	0.82	غير دال
مهارة رمي واستلام الشاخص	1.39	0.55	1.42	0.87	0.27	0.91	غير دال
مهارة مرجحة شكل (8)	1.92	0.84	1.88	0.74	0.11	0.88	غير دال

دال عند مستوى دلالة $0.05 \geq$ وتحت درجة حرية 18

تطبيق الوحدات التعليمية وفق استراتيجية التسريع المعرفي:

قبل تنفيذ الوحدات التعليمية وفقا لاستراتيجية التسريع المعرفي تم اجراء وحدة تعليمية للمهارات الثلاثة بعد الاطلاع على المصادر والدراسات والمراجع العلمية والافادة من نتائج التجربة الاستطلاعية التي اجريت على وحدة تعليمية مختارة فضلا على الاطلاع على بعض الدراسات والبحوث، قامت الباحثة بوضع الوحدات التعليمية الخاصة باستراتيجية التسريع المعرفي للمجموعة التجريبية وبما يلائم موضوع وعينه البحث وموزعة على (6) وحدات تعليمية مقسمة على ستة أسابيع.

وفيما يأتي أهم الملاحظات عن الوحدات التعليمية لاستراتيجية التسريع المعرفي الذي طبقت على المجموعة التجريبية.

- اذ بلغ الزمن المستغرق للوحدات التعليمية ككل بلغ (540 دقيقة) ومدة الوحدة التعليمية الواحدة (90 دقيقة) موزعة على اقسام الوحدة التعليمية وكالاتي:

● **القسم التحضيري:** ويبلغ زمنه الكلي (90 دقيقة) وبمعدل (15 دقيقة) للوحدة التعليمية الواحدة وتتكون من:

● **المقدمة:** وتشمل الوقوف بخط واحد وتسجيل الغياب واداء صحيحة بداية الدرس، ويبلغ زمنها الكلي (30 دقائق) وبمعدل (5 دقيقة) للوحدة التعليمية الواحدة.

● **الاحماء العام:** ويشمل التمرينات والألعاب بأشكالها المختلفة والتي يهدف الى رفع القابليات البدنية الأساسية ويبلغ زمنه الكلي (30 دقيقة) وبمعدل (5 دقيقة) للوحدة التعليمية الواحدة.

● **الاحماء الخاص:** وتشمل التمرينات التي لها علاقة بالوحدة التعليمية موضوع الدرس اي تكون خاصة بمجموعات عضلية معينة ويبلغ زمنه الكلي (30 دقيقة) وبمعدل (5 دقيقة) للوحدة التعليمية الواحدة.

● **القسم الرئيسي:** ويبلغ زمنه الكلي (420 دقيقة) وبمعدل (70 دقيقة) للوحدة التعليمية الواحدة، ويتكون بدوره من:

تناول الجزء التعليمي: شرح وعرض المهارة المراد تعلمها والغرض منها مع الشرح التفصيلي عن وضعية الجسم الصحيحة لأجزاء المهارة المراد تعلمها بزمن (25 دقيقة).

وكان النشاط التطبيقي بزمن (45) دقيقة تناول فيها تطبيق المهارات مع مراعاة خطوات استراتيجية التسريع المعرفي من خلال مجموعة خطواتها:

أ- الاعداد الحسي.

ب- التعارض المعرفي.

ت- تشكيل المفاهيم.

ث- التجسير.

- من خلال تطبيق التمرينات التي تخص الجمل الحركية وفق استراتيجية التسريع المعرفي اذ اعطي لكل تمرين (10 دقيقة) او حسب صعوبة التمرين.
- الاختبارات التقويمية: من خلال تنفيذ خطوات لاستراتيجية ومدى والتطور الذي وصل إليه التعلم بزمان (5) دقيقة.

تم تطبيق خطوات استراتيجية التسريع المعرفي في الوحدات التعليمية كما يأتي:

1. الإعداد الحسي. (تم تطبيق هذه الخطوة في الجزء التعليمي للوحدات التعليمية)

2. التعارض المعرفي. (تم تطبيق هذه الخطوة في الجزء التعليمي للوحدات التعليمية)

3. تشكيل المفاهيم. (تم تطبيق هذه الخطوة في الجزء التعليمي للوحدات التعليمية)

4. التجسير. (تم تطبيق هذه الخطوة في الجزء التطبيقي للوحدات التعليمية)

القسم الختامي: ويبلغ زمنه الكلي (30 دقيقة) وبمعدل (5 دقيقة) للوحدة التعليمية الواحدة، ويتضمن الجانب التروحي الذي يحتوي على تمرينات تهيئة للطالبات او لعبة صغيرة لتنشيطهن اضافة الى تقويم اداءهن بشكل جماعي وتكليفهن بالأنشطة والواجبات للمحاضرة القادمة.

2-6-2 التجربة الرئيسة

تم تنفيذ تجربة البحث في قاعة الجمناستك الايقاعي في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية في الفصل الدراسي الاول للعام الدراسي (2025 – 2026)

- بدأ تطبيق الوحدات التعليمية لاستراتيجية التسريع المعرفي في يوم الثلاثاء الموافق 2025/12/2 وبمعدل وحدة تعليمية واحدة في الاسبوع للمجموعة التجريبية من كل اسبوع بمجموع (6) وحدات تعليمية، ولغرض ضبط هذا المتغير نفذت وحدة تعليمية في الاسبوع ايضاً للمجموعة الضابطة وبحسب البرنامج الذي أعده مدرسو المادة، وانتهت مدة تطبيق الوحدات التعليمية للمجموعتين التجريبية والضابطة في يوم الثلاثاء الموافق 2026/1/6 .

2-6-3 الاختبارات البعدية:

بعد الانتهاء من تنفيذ تجربة البحث الرئيسة أجريت الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية، في تمام الساعة (8:30) صباحاً من يوم الخميس الموافق 2026/1/8 بأجراء الاختبارات البعدية لاختبارات مهارات الجمناستك الايقاعي باداء الشاخص وقد أجريت الاختبارات جميعها في القاعة الداخلية لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة واتبعت الباحثة طريقة أداء الاختبارات القبلية نفسها وبالشروط نفسها وتحت نفس الظروف المكانية والزمانية وباستخدام الأدوات نفسها وكذلك حضور فريق العمل المساعد .

2-7 الوسائل الإحصائية:

تم استخدام الحقيبة الاحصائية spss للحصول على نتائج البحث

الفصل الثالث

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ومناقشتها.

يتضمن هذا الباب عرض نتائج الاختبارات التي استخدمت في البحث التي خضعت لها عينه البحث الضابطة والتجريبية في الاختبارات القبليّة والبعدية وفق جداول لمعرفة الفروقات ومقارنة نتائج العمليات الإحصائية للوصول الى النتائج النهائية ومناقشة هذه النتائج .

3.1-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارية

الجدول (3)

يبين قيمة ت المحتسبة ومستوى الدلالة للاختبارين القبلي والبدي للمجموعة التجريبية في المهارات باداة الشاخص في الجناستك الايقاعي .

المهارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س ف	ع ف	قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	الدلالة الاحصائية
	س	ع	س	ع					
مهارة المرجحة العكسية	1.78	0.97	6.53	0.91	4.75	1.07	13.57	0.000	دال
مهارة رمي واستلام الشاخص	1.39	0.55	6.83	0.65	5.44	1.19	13.94	0.000	دال
مهارة مرجحة شكل 8	1.92	0.84	6.23	0.76	4.31	0.92	14.36	0.000	دال

دال تحت مستوى دلالة $0.05 \geq$ وتحت درجة حرية 9 من الجدول(3) تبين عند مقارنة مستوى الخطأ البالغ (0.000) وهو أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وللمهارات الثلاث مما يدل على ظهور فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبدي ولصالح الاختبار البعدي .

3-1-2 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في الاختبارات المهاريّة:

الجدول (4)

يبين قيمة ت المحتسبة ومستوى الدلالة للاختبارين القبلي والبدي للمجموعة الضابطة في بعض المهارات باداة الشاخص بالجمناستك الايقاعي

المهارات	الاختبار القبلي		الاختبار البدي		س ف	ع ف	قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	الدلالة الاحصائية
	س	ع	س	ع					
مهارة المرجحة العكسية	1.69	0.96	5.22	0.94	3.56	1.14	9.36	0.000	دال
مهارة رمي واستلام الشاخص	1.42	0.87	4.53	0.64	3.11	0.95	10.03	0.000	دال
مهارة مرجحة شكل 8	1.88	0.74	4.72	0.86	2.84	0.83	10.51	0.000	دال

دال تحت مستوى دلالة $0.05 \geq$ وتحت درجة حرية 9 من الجدول (4) تبين عند مقارنة مستوى الخطأ البالغ (0.000) وهو أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وللمهارات الثلاث مما يدل على ظهور فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبدي ولصالح الاختبار البدي .

3-1-3 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في المهارات باداة الشاخص في الجمناستك الايقاعي قيد البحث :

الجدول (5)

يبين قيمة ت المحتسبة ومستوى الدلالة للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد البحث في الاختبارات البعدية.

المهارات الاساسية	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	الدلالة الاحصائية
	س	ع	س	ع			
مهارة المرجحة العكسية	6.53	0.91	5.22	0.92	3.11	0.000	دال
مهارة رمي واستلام الشاخص	6.83	0.65	4.53	0.54	8.51	0.000	دال
مهارة مرجحة شكل 8	6.23	0.76	4.72	0.86	4.08	0.000	دال

دال تحت مستوى دلالة $0.05 \geq$ وتحت درجة حرية 18

من الجدول(5) تبين عند مقارنة مستوى الخطأ البالغ (0.000) وهو أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وللمهارات الثلاث مما يدل على ظهور فروق معنوية بين المجموعة التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

3-1-3 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في المهارات باداة الشاخص في الجسماسك الايقاعي قيد البحث .

من خلال عرض نتائج الجدول(5) يتبين لنا أن الفروق معنوية بين الاختبارات البعدية في مهارات الشاخص بالجسماسك الايقاعي للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية , وتعزو الباحثة هذا التعلم الى استخدام خطوات استراتيجية التسريع المعرفي في أعداد الوحدات التعليمية التي كانت مناسبة وملائمة مع قدرات الطالبات ومستوياتهم على التمرينات المستخدمة في الوحدات التعليمية وهذا ما تؤكد بأن "التمارين إذا احسن انتقاؤها ووضع برامجها واستخدامها تستطيع ان تشوق الطالبة وتثير اهتمامها وتوسع خبراتها وتساعد في الفهم وتعليم المهارات بالشاخص في الجسماسك الايقاعي" (ذياب ، 2007، ص73) وكذلك يؤكد محمد محمود الحيلة انه (عند تنفيذ المنهاج بشكل فعال فان الأداء العام للطالبة يتحسن كثيرا) (الحيلة، 1999، ص65), ومن الأسباب الأخرى لتفوق المجموعة التجريبية ان هذه التمارين تتيح الفرصة للطالبة في الحصول على مساعدة الزملاء ويكون ممتعا للمتعلمين من خلال التعاون في كل مجموعة فضلا عن معالجة نقاط الضعف من خلال التعاون تستطيع الطالبات كسر حاجز الخوف بينهم وبين زميلاتهم وهذا ما يؤكد ان المتعلم يؤدي المهارة مع أقرانه اوزميلات فيما بينهم مع مشاهدتهم كيف يؤديون هذه المهارة وهذا يؤدي الى تعلم افضل من خلال تعزيز الأداء بالمشاهدة وتصحيح الأخطاء " (العباسرة ، 2011، ص256) ترى الباحثة ان السبب لتفوق المجموعة التجريبية هو ان تطبيق الوحدات التعليمية وفقا لخطوات استراتيجية التسريع المعرفي والتي تتميز بالاستثمار الحقيقي لزمان وتكرار الحركة التي تؤديها الطالبات بالإضافة الى ذلك تدوير أفراد المجموعة داخل المجموعة وبايعاز من المدرس وهذا ما يؤكد بأن أهمية تكرار الأداء المهاري واستخدام النماذج الحركية أمام المتعلمين يساعد على تعلم المهارة وتثبيتها " (محجوب ، 2000، ص143).

الفصل الرابع

4- الاستنتاجات و التوصيات

4-1 الاستنتاجات:

بحسب ما أظهرته نتائج البحث في ضوء أهدافه وفروضه فقد توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات الآتية.

1. ساهمت الوحدات التعليمية في تعلم الأداء الفني لبعض المهارات باداة الشاخص بالجسماسك الايقاعي، حيث لوحظ تحسن ملحوظ في الأداء الحركي

- بعد تطبيق الوحدات، مما يدل على أن الاستيعاب المعرفي الصحيح ينعكس مباشرة على جودة التنفيذ الحركي.
2. من خلال الاستراتيجية وخطواتها في تعزيز التعلم لبعض المهارات باداء الشاخص بالجمناستك الايقاعي يسهم بشكل مباشر في تحسين الأداء الفني، وهو ما يؤكد أهمية التكامل بين العمليات المعرفية والمهارات الحركية في تعلم المهارات الرياضية المركبة.
3. أن استراتيجية التسريع المعرفي لا تسرع فقط عملية التعلم، بل تُعيد أيضاً تنظيم المعرفة الحركية بشكل هرمي ومنطقي داخل الذاكرة طويلة المدى، مما يسهم في تعزيز استدعاء المعلومات وتطبيقها في مواقف الأداء العملي.
4. لوحظ انخفاض في عدد الأخطاء الفنية التي ارتكبتها الطالبات في الاختبارات البعيدة، مما يدل على تعلم المهارات باداء الشاخص ساعد في التنبؤ بالحركة وتنظيم توقيتها وتناغمها، وهو ما ينعكس مباشرة على جودة الأداء.

2-4 التوصيات:

1. استخدام استراتيجية التسريع المعرفي ضمن البرامج التعليمية الموجهة لتعليم المهارات الحركية، لما لها من أثر إيجابي في تسريع التعلم للمهارات.
2. إعادة هيكلة الوحدات التعليمية التقليدية بحيث تركز على بناء المعرفة أولاً، من خلال خرائط المفاهيم، النمذجة العقلية، وربط المهارة بالأسس الميكانيكية والوظيفية للحركة.
3. ضرورة تأهيل معلمي التربية الرياضية والمدربين على توظيف استراتيجيات تعليمية قائمة على نظريات معرفية حديثة، مثل التسريع المعرفي، والتفكير .
4. نظراً لنجاح استراتيجية التسريع المعرفي في تعلم بعض المهارات باداء الشاخص بالجمناستك الايقاعي، يمكن استنتاج أن هذه الاستراتيجية قابلة للتطبيق في فعاليات رياضية أخرى تتطلب مستوى عالٍ من التمثيل العقلي، مثل فعاليات الأركاض والحوازر أو القفز والرمي.
5. التأكيد على اجراء بحوث ودرسات لاستراتيجية التسريع المعرفي في المجال الرياضي لكافة الفعاليات والالعاب الرياضية والمهارات الاخرى.

أولاً: المصادر العربية:

1. أحمد، الرزاق يحيى. (2000). طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية. مركز الكتاب للنشر.
2. الحيلة، محمد محمود. (1999). التصميم التعليمي - نظرية وممارسة (ط. 1). دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
3. الربيعي، محمود داود، وصالح، سعيد. (2011). طرائق تدريس التربية الرياضية وأساليبها (ط. 1). دار الكتب العلمية.

4. سعد الله، فرات جبار. (2015). *أساسيات في التعلم الحركي* (ط. 1). الرضوان للنشر والتوزيع.
5. دعمس، مصطفى. (2007). *إستراتيجيات تطوير المنهج وأساليب التدريس الحديثة*. دار غيداء.
6. ذياب، رشا طالب. (2007). *إستخدام تمارين مقترحة في نقل أثر التعلم لليد المفضلة وغير المفضلة لمهارة التصويب في كرة السلة* [رسالة ماجستير غير منشورة]. كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى.
7. العباسرة، وليد رهيف. (2011). *التفكير السابر والإبداع* (ط. 1). [د. ن].
8. عليان، ربحي مصطفى، وآخرون. (2000). *مناهج وأساليب البحث العلمي*. دار صفاء للنشر والتوزيع.
9. علاوي، محمد حسن، وراتب، أسامة كامل. (1999). *البحث العلمي في التربية الرياضية*. دار الفكر العربي.
10. محجوب، وجيه. (1993). *طرائق البحث العلمي ومناهجه*. دار الحكمة للطباعة والنشر.
11. محجوب، وجيه. (2000). *التعلم وجدولة التمرين*. وزارة التربية، المكتبة الوطنية.
12. وشروء، محمد جاسم، والعبيدي، محمد أبو بكر. (2004). *مناهج طرق البحث التربوي لطلبة المعاهد العليا والكليات* (ط. 1). دار الكتب الوطنية.

Translated References

1. Al-Abasrah, W. R. (2011). *Probing and creative thinking* (1st ed.). [n.p.].
2. Al-Hilah, M. M. (1999). *Instructional design: Theory and practice* (1st ed.). Dar Al-Masirah for Publishing, Distribution, and Printing.
3. Al-Razzaq, Y. A. (2000). *Scientific research methods and statistical analysis in educational, psychological, and sports fields*. Al-Kitab Center for Publishing.
4. Al-Rubaie, M. D., & Saleh, S. (2011). *Methods and styles of teaching physical education* (1st ed.). Dar Al-Kutub Al-Ilmiyah.
5. Allawi, M. H., & Kamel, O. (1999). *Scientific research in physical education*. Dar Al-Fikr Al-Arabi.
6. Da'mas, M. (2007). *Curriculum development strategies and modern teaching methods*. Dar Ghaidaa.
7. Dhiab, R. T. (2007). *The use of proposed exercises in transferring the learning effect to the preferred and non-preferred hand in basketball shooting skill* [Unpublished

master's thesis]. College of Physical Education, University of Diyala.

8. Educational Resource Website. (n.d.).
<http://www.eduation.kas.com/t18942>
9. Jasim, M., & Al-Obaidi, M. A. B. (2004). *Educational research methods for higher institutes and colleges students* (1st ed.). National Book House.
10. Khayma Educational Technology Website. (n.d.).
<http://www.khayma.com/education-technology/TCHH1.htm>
11. Mahjoub, W. (1993). *Scientific research methods and methodologies*. Dar Al-Hikma for Printing and Publishing.
12. Mahjoub, W. (2000). *Learning and practice scheduling*. Ministry of Education, National Library.
13. Olian, R. M., et al. (2000). *Methods and approaches of scientific research*. Safaa Publishing and Distribution House.
14. Saadallah, F. J. (2015). *Fundamentals of motor learning* (1st ed.). Al-Radwan Publishing and Distribution.
15. Wikipedia Encyclopedia. (n.d.). <https://www.wikipedia.org>

ثانيًا: شبكة المعلومات الدولية:

- <http://www.khayma.com/education-technology/TCHH1.htm>.
- <http://www.eduation.kas.com/t18942>
- موقع الانترنت؛ موسوعة ويكيبيديا

الوحدة التعليمية استراتيجية التسريع المعرفي للمجموعة التجريبية في تعلم
المرحلة العكسية البندولية والحركة الدائرية مع الضرب الايقاعي
اليوم والتاريخ :- الثلاثاء 2025/11/25
الوسائل

التعليمية المستعملة

عدد الطالبات:- 10

شواخص عدد 10

المرحلة والقاعة:- الاولى (أ)

زمن الوحدة:- 90 د

الاهداف التعليمية الاهداف السلوكية الاهداف التربوية

- تعلم مهارة المرحلة العكسية البندولية -ان تفهم الطالبة المهارة
- المحافظة على النظام
- والحركة الدائرية مع الضرب الايقاعي -ان يقوم بالتكنيك الصحيح
- الاندماج والتفاعل بين الطالبات خلال الدرس

نوع النشاط	الوقت	المهارات والفعاليات الحركية	التنظيم	الملاحظات
القسم التحضيري	20د	الوقوف على خط مستقيم مع اخذ	XXXXXXX	- التأكيد على اخذ
الاحماء العام	5د	الحضور واداء الصيحة (رياضة نشاط)	X	الحضور.
الاحماء الخاص	5د	احماء عام (تمارين تهيئه اجهزة وعضلات ومفاصل الجسم بشكل عام)	X	- التأكيد على ارتداء الزي الرياضي
القسم الرئيسي	70د	احماء خاص (تمارس فيه تمارين خاصة بالمهارة المعطاة التي سيشترك بها القسم الرئيسي في الوحدة التعليمية).	X	- تطبيق الإحماء من قبل جميع الطلاب
الجانب التعليمي	25د	- الاعداد الحسي: شرح المهارة من خلال تقسيمها الى أجزاء ومراعاة النواحي الفنية كوضعية الجسم والقدمين. - المرحلة الثانية (التعارض المعرفي): طرح المهارة موقف مشكل او مشاهدة مقطع فيديو او بوستر او سؤال يخالف المفهوم الموجود لدى الطالبات سواء كان صحيح ام خطأ (حدث متناقض) حول المهارة يكون مفاجئة لهم لأنه لا يتفق مع توقعاتهم. المرحلة الثالثة (تشكيل المفاهيم) على المدرسة مساعدة الطالبات للتعبير عن تفكيرهم حتى يكونوا واعين بما يفكرون ولماذا يفكرون بهذه الطريقة. احماء كامل للجسم لغرض تهيئة الطالبات لأداء المهارات وذلك لفقدانهم جزء من الاحماء في الجزء التعليمي.	XXXXXXXXXXXXXXXXX	- التأكيد على تهيئة الأدوات
استخدام استراتيجية التسريع المعرفي				
الجانب التطبيقي	45د	المرحلة الرابعة: (التجسير) وهي تطبيق كل ما تعلمته الطالبات عن المهارة في المراحل السابقة وما اكتسبه من خبرات جديدة الى		1- الترحيب بالأفكار المطروحة من قبل الطلاب. - التأكيد على الانتباه من خلال أسئلة الطلاب - ما المطلوب فعله من هذا السؤال - كيف فعلت ذلك - هل يمكن إن توضح لماذا فكرت في هذا

الحل. - على المدرسة إن تقوم في نهاية الوحدة التعليمية بالربط بين الخبرات التي اكتسبتها الطالبة في إنشاء الوحدة التعليمية وخبرات الحياة. - اعطاء التغذية الراجعة. - التأكيد على أداء التمارين بصورة صحيحة. -وقت التمرين يحدد من قبل المدرسة حسب صعوبة وسهولة التمرين.	 X X 	التمرين المعد من قبل المدرسة. - تقسم الطالبات الى مجاميع ويعين لها الفائدة - تطبيق اداء مهارة المرجحة العكسية البندولية والحركة الدائرية مع الضرب الايقاعي أ- اداء المرجحة من الثبات وبدون شاخص ب- اداء المرجحة من الثبات بالشاخص ت- اداء المرجحة من الحركة بالشاخص 1- ربط اجزاء المهارة والتدريب عليها كاملة 2- بعد ذلك تقف طالبتان تؤديان المهارة امام المدرسة بشكل متكامل اي اداء المهارة بالصورة الصحيحة وربطها بالمهارات السابقة 3- تأييد على اعطاء التغذية الراجعة واجراء عملية تقييم جماعي للطالبات - اعطاء لعبة صغيرة ثم بعد ذلك التحية والانصراف	5 د	القسم
--	---	---	------------	--------------

مراجعة المدرسة في حالة وجود اي استفسارات عن المهارة واعطاء الاستفسار الصحيح التأكيد على اختيار الطالبات الجيدات في الاداء				الختامي
--	--	--	--	----------------