



جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة كربلاء
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
الدراسات العليا / الماجستير

تأثير تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي وتعلم اللكمة

المستقيمة بالملاكمة للطلاب

رسالة تقدم بها

حسين جاسم محمد

إلى مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء وهي جزء من متطلبات

نيل شهادة الماجستير في التربية البدنية وعلوم الرياضة

إشراف

أ.د. سامر عبد الهادي احمد

الآية القرآنية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿وَاصْبِرْ لِحُكْمِ رَبِّكَ فَإِنَّكَ بِأَعْيُنِنَا وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ حِينَ تَقُومُ﴾

صَدَقَ اللَّهُ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ

﴿سورة الطور / الآية ٤٨﴾

إقرار المشرف

أشهد بأن الرسالة الموسومة بـ:

(تأثير تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي وتعلم اللكمة المستقيمة بالملاكمة للطلاب)

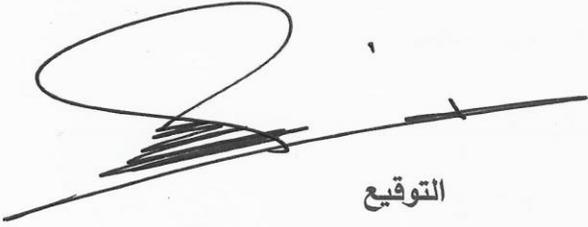
المقدمة من قبل طالب الماجستير (حسين جاسم محمد) تمت تحت اشرافي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء وهي جزء من متطلبات الحصول على شهادة الماجستير في التربية البدنية وعلوم الرياضة .



التوقيع

المشرف أ.د. سامر عبد الهادي احمد

بناءً على التعليمات والتوصيات المتوفرة....ارشح هذه الرسالة للمناقشة



التوقيع

أ.م.د. خالد محمد رضا

معاون العميد للشؤون العلمية والدراسات العليا

جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

2024 / /

إقرار المقوم اللغوي

أشهد بأن الرسالة الموسومة بـ:

(تأثير تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي وتعلم اللكمة المستقيمة بالملاكمة للطلاب)

والتي تقدم بها طالب الماجستير (حسين جاسم محمد) تمت مراجعتها من الناحية اللغوية، إذ اصبحت بأسلوبٍ علميٍّ سليمٍ خالٍ من الأخطاء اللغوية والنحوية والتعبيرات غير الصحيحة، ولأجله وقعت .



التوقيع :

الاسم: ساهرة عليوي حسين

اللقب العلمي : استاذ مساعد دكتور

الكلية : كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الجامعة : جامعة كربلاء

التاريخ : / / 2024

إقرار لجنة المناقشة والتقييم

نحن اعضاء لجنة المناقشة والتقييم، نشهد اننا اطلعنا على الرسالة الموسومة بـ :
 (تأثير تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي وتعلم اللكمة المستقيمة بالملاكمة
 للطلاب) المقدمة من قبل طالب الماجستير (حسين جاسم محمد) وناقشنا الطالب في
 محتوياتها وفيما له علاقة بها ونؤيد بأنه جديرة بالقبول لنيل شهادة الماجستير في التربية
 البدنية وعلوم الرياضة.


 التوقيع:

الاسم : ا.م.د عبيد علي حسين
 (عضواً)


 التوقيع:

الاسم: أ.م.د حيدر عبد علي
 (عضواً)


 التوقيع :
 الاسم : أ.د ناهدة عبد زيد الدليمي
 (رئيساً)

صُدِّقَت من قبل مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء بجلسته المرقمة (/ / 2024 والمنعقدة بتاريخ



التوقيع

أ. د باسم خليل نايل السعيدي
 عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة كربلاء /وكالة
 2024/ /

الإهداء

الى من هداني الى طريق العلم واليسر (الله جل جلاله).

الى مخرج البشرية من الظلمات الى النور

الرسول الأعظم محمد (صلى الله عليه وعلى آله وسلم)

الى سيد الأوصياء وإمام العلم والبلاغة

الإمام علي (عليه السلام)

الى أهل بيت الرحمة والنبوة ومعدن العلم وموضع الرسالة (عليهم السلام)

إلى رمز الحب وبلسم الشفاء

إلى القلب الناصع بالبياض

(امي وابي) رحمهم الله

إلى القلب الطاهر الرقيق والنفس البريئة إلى ريحانة حياتي

(اختي الغالية ام محمد)

الى الذي تحمل المشاق من اجلي و لولاهم لما كنت الان اقف امامكم

(زوجتي واطفالي الغالين)

الى من شجعوني ووقفوا بجانبني في كل محنة الابوان الطيبان

(عمي وعمتي الطيبين)

الى كل من ساهم وقدم لي العون تقديراً واحتراماً

وأهدي ثمرة جهدي هذا...

الشكر والتقدير

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ وَاشْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ إِنَّ كُنتُمْ لِيَّاهُ تَعْبُدُونَ ﴾

الْحَمْدُ لِلَّهِ عَلَى مَا عَرَّفْنَا مِنْ نَفْسِهِ وَالْهَمَمْنَا مِنْ شُكْرِهِ وَفَتَحَ لَنَا مِنْ أَبْوَابِ الْعِلْمِ بِرُبُوبِيَّتِهِ وَدَلَّنَا عَلَيْهِ مِنَ الْإِخْلَاصِ لَهُ فِي تَوْجِيهِهِ وَجَنَّبَنَا مِنَ الْإِلْحَادِ وَالشُّكِّ فِي أَمْرِهِ ، وَأَطِيبَ صَلَاتَهُ وَسَلَامَهُ عَلَى أَشْرَفِ خَلْقِهِ وَخَاتَمِ أَنْبِيَائِهِ الرَّسُولِ الْمُصْطَفَى مُحَمَّدٍ وَالْبَيْتِ الطَّيِّبِينَ الطَّاهِرِينَ .

يسرني بعد أن أنهيت كتابة رسالتي أن أتقدم بالشكر والامتنان إلى عمادة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة المتمثلة بالسيد العميد الأستاذ الدكتور (باسم خليل نايل السعيد) والسيد العميد السابق (أ.د. حبيب علي طاهر) و المعاون العلمي الاستاذ المساعد الدكتور خالد محمد رضا، لإتاحتهم لي الفرصة لإكمال دراسة الماجستير فجزاهم الله خير الجزاء .

كما ويتوجه الباحث بعظيم الشكر والتقدير إلى مشرف البحث (أ.د. سامر عبد الهادي) ، فكللمات الشكر والامتنان كلها تعجز شكره لما قدمه لي من نصائح علمية ، وأتوجه إلى العلي القدير بأن يحفظكم ويرعاكم .

وعرفانا بالجميل وإرجاع الفضل إلى صاحبه فإنني أتقدم بجزيل الشكر والتقدير والعرفان إلى الاستاذ الدكتور (ا.د. حسن علي حسين) و(أ.د. علاء فليح جواد) و(ا.م.د. خالد محمد رضا) و(أ.د. خليل حميد) فقد غمروني بهذا الكم الشامل من نصائحهم الموجهة ، وحرصهم الكبير على أن أسلك طريق العمل العلمي السليم ، وهون مشقة الدراسة التي كانت تقف في طريقي بل لوقوفهم إلى جانبي وتشجيعهم الدائم لي ، فلكم مني أطيب تقدير وخالص الامتنان ، ولكم أساتذتي الافاضل خالص شكري و تقديرى ، اسأل الله ان يمدكم بدوام الصحة والعافية .

كما يسعدني أن أتقدم بالشكر والعرفان لأعضاء لجنة المناقشة والتقويم على تفضلهم بقبول مناقشة الدراسة وإثرائها بتوجيهاتهم النيرة ، وأتقدم بالشكر والامتنان إلى المقومين العلمي واللغوي ، فلهم مني جزيل الشكر والعرفان ، ويجدر بي أن أتقدم بالشكر والتبجيل إلى أساتذتي الفضلاء الذين تابَعوا دراستي في المرحلة التحضيرية إذ لم يبخلوا عليّ بشيء من علمهم ولما قدموه لي من معلومات قيمة نسأل الله دوام الصحة والعافية لهم وعرفانا مني لا يسعني الا ان اشكر لإخوتي وأخواتي زملاء الدراسة والأصدقاء جميعاً متمنياً لهم الموفقية والنجاح في حياتهم العلمية والعملية واتقدم بالشكر والامتنان الى عائلتي الكريمة والى كافة الاصدقاء والاقارب وكل من اسدى لي معروفا ولم يدخر وسعا او يبخل بنصيحة في سبيل اتمام هذه الرسالة ولم يتسن لي ذكرهم فلهم جميعا كل الثناء والوفاء والله ولي التوفيق. **الباحث**

مستخلص الرسالة

(تأثير تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي وتعلم اللكمة المستقيمة بالملاكمة للطلاب)

الباحث

حسين جاسم محمد

المشرف

أ.د. سامر عبد الهادي احمد

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء

هدفت الدراسة الى اعداد تمارين وفوق تقنيات التعلم السريع، والتعرف على تأثير تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي وتعلم مهارة اللكمة المستقيمة بالملاكمة .

وقد استعمل الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتان المتكافئتان ذات الاختبارات القبلية والبعديّة حيث تكونت عينة البحث من مجموعتين تجريبية وضابطة كل مجموعة تتكون من (15) طالبا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية واستغرق تطبيق التجربة (8) اسابيع وبواقع (1) وحدة تعليمية في الاسبوع .

بعد ذلك قام الباحث بعرض النتائج التي توصل اليها في الاختبارات القبلية والبعديّة وذلك من خلال عرضها في جداول ثم قام بتحليل لتلك الجداول ومناقشتها معرزا ذلك بالمصادر العلمية. واستنتجت الدراسة ان مجموعتا البحث التجريبية والضابطة حققتا تطورا ملحوظا في التفكير الإيجابي وتعلم مهارة اللكمة المستقيمة بالملاكمة وبنسب متفاوتة، وان الوحدات التعليمية المعدة من قبل الباحث وما تضمنته من تقنيات التعلم السريع أظهرت افضلية بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية .

واوصت الدراسة بضرورة دراسة التفكير الإيجابي لفئات عمرية مختلفة لما لها من تأثير على الأداء الفني والمهاري للمتعلمين، كذلك الاهتمام باستعمال تقنيات التعلم السريع لما

لها من دور في خلق أجواء الأثارة والتنافس والاقتصاد بالوقت والجهد في تعلم المهارات وملائمتها للمتعلمين .

قائمة المحتويات

| الصفحة | العنوان | التسلسل |
|--------|------------------------------|---------|
| 1 | العنوان | 1 |
| 2 | الآية القرآنية | 2 |
| 3 | اقرار المشرف | 3 |
| 4 | اقرار المقوم اللغوي | 4 |
| 5 | اقرار لجنة المناقشة والتقييم | 5 |
| 6 | الاهداء | 6 |
| 7 | الشكر والتقدير | 7 |
| 8 | مستخلص الرسالة | 8 |
| 10 | قائمة المحتويات | 9 |
| 14 | قائمة الجداول | 10 |
| 15 | قائمة الاشكال | 11 |
| 16 | قائمة الملاحق | 12 |
| | الفصل الأول | |
| 18 | التعريف بالبحث | 1 |
| 18 | مقدمة البحث واهميته | 1-1 |
| 19 | مشكلة البحث | 2-1 |
| 19 | اهداف البحث | 3-1 |
| 20 | فروض البحث | 4-1 |
| 20 | مجالات البحث | 5-1 |
| 20 | المجال البشري | 1-5-1 |
| 20 | المجال المكاني | 2-5-1 |
| 20 | المجال الزمني | 3-5-1 |

| | | |
|----|--|----------|
| 20 | تحديد المصطلحات | 6-1 |
| | الفصل الثاني | |
| 24 | الدراسات النظرية والدراسات السابقة | 2 |
| 24 | الدراسات النظرية | 1-2 |
| 24 | التعلم الحركي | 1-1-2 |
| 24 | التعلم السريع | 2-1-2 |
| 25 | مراحل التعلم السريع | 1-2-1-2 |
| 26 | تقنيات التعلم السريع في التربية الرياضية | 2-2-1-2 |
| 27 | مميزات التعلم السريع | 3-2-1-2 |
| 28 | الفرق بين التعلم المتبع والتعلم السريع | 4-2-1-2 |
| 28 | تقنيات التعلم الحديثة | 5-2-1-2 |
| 30 | مفهوم تقنيات التعلم | 6-2-1-2 |
| 31 | اهمية استخدام تقنيات التعلم | 7-2-1-2 |
| 32 | فوائد استخدام تقنيات التعلم | 8-2-1-2 |
| 33 | معايير وقواعد اختيار تقنيات التعلم | 9-2-1-2 |
| 33 | مميزات استخدام تقنيات التعلم | 10-2-1-2 |
| 35 | معوقات استخدام تقنيات التعلم | 11-2-1-2 |
| 35 | تطور التقنيات | 12-2-1-2 |
| 36 | مفهوم التفكير الإيجابي | 3-1-2 |
| 37 | التفكير الايجابي | 1-3-1-2 |
| 37 | صفات المفكر الايجابي | 2-3-1-2 |
| 39 | التفكير الايجابي في المجال الرياضي | 3-3-1-2 |
| 41 | لعبة الملاكمة | 4-1-2 |
| 41 | المهارات الاساسية في لعبة الملاكمة | 1-4-1-2 |
| 49 | الدراسات السابقة | 2-2 |
| 49 | دراسة محمد سعد خليفة الناصري سنة 2014 | 1-2-2 |

| | | |
|----|--|----------|
| 50 | دراسة جاسم حسن غازي | 2-2-2 |
| 50 | مناقشة الدراسات السابقة | 3-2 |
| | الفصل الثالث | |
| 54 | منهجية البحث واجراءاته الميدانية | 3 |
| 54 | منهج البحث | 1-3 |
| 54 | مجتمع البحث وعينته | 2-3 |
| 55 | تكافؤ المجموعات | 1-2-3 |
| 56 | الوسائل والاجهزة والادوات المستعملة في البحث | 3-3 |
| 56 | وسائل جمع المعلومات | 1-3-3 |
| 56 | الادوات والاجهزة المساعدة | 2-3-3 |
| 57 | اجراءات البحث الميدانية | 4-3 |
| 57 | اجراءات مقياس التفكير الإيجابي | 1-4-3 |
| 57 | تحديد الهدف من الاختبار | 1-1-4-3 |
| 57 | تحديد الاطار النظري للظاهرة المقاسة | 2-1-4-3 |
| 58 | تحديد مجالات المقياس | 3-1-4-3 |
| 59 | وضع الصيغة الاولى للمقياس | 4-1-4-3 |
| 62 | تعليمات المقياس | 5-1-4-3 |
| 62 | استطلاع المقياس | 6-1-4-3 |
| 62 | تطبيق مقياس التفكير الايجابي على عينة البناء | 7-1-4-3 |
| 63 | تصحيح المقياس | 8-1-4-3 |
| 63 | التحليل الإحصائي لل فقرات | 9-1-4-3 |
| 63 | أسلوب المجموعتان الطرفيتان | 10-1-4-3 |
| 65 | معامل الاتساق الداخلي | 11-1-4-3 |
| 68 | الخصائص السايكو مترية للمقياس | 12-1-4-3 |
| 69 | تحديد مهارة اللكمة المستقيمة | 2-4-3 |
| 70 | تحديد الاختبارات | 3-4-3 |

| | | |
|----|--|---------|
| 70 | تحديد اختبار اللكمة المستقيمة بالملاكمة | 1-3-4-3 |
| 70 | التجربة الاستطلاعية | 4-4-3 |
| 71 | الاسس العلمية للاختبار | 5-4-3 |
| 71 | صدق الاختبار | 1-5-4-3 |
| 72 | ثبات الاختبار | 2-5-4-3 |
| 72 | موضوعية الاختبار | 3-5-4-3 |
| 73 | توصيف الاختبارات | 6-4-3 |
| 76 | الاختبار القبلي | 7-4-3 |
| 77 | التجربة الرئيسية | 8-4-3 |
| 78 | الاختبار البعدي | 9-4-3 |
| 78 | الوسائل الإحصائية | 5-3 |
| | الفصل الرابع | |
| 80 | نتائج البحث عرضها وتحليلها ومناقشتها | 4 |
| 80 | عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبار اللكمة المستقيمة على الكيس المرقم ووسادة الحائط في التفكير الايجابي للاختبار القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لعينة البحث. | 1-4 |
| 80 | عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد الدراسة | 1-1-4 |
| 82 | عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبارات الكيس المرقم ووسادة الحائط في التفكير الايجابي في الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد الدراسة . | 2-1-4 |
| 84 | عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاوساط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الاحصائية للاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد الدراسة . | 3-1-4 |
| 85 | مناقشة نتائج البحث . | 2-4 |
| | الفصل الخامس | |
| 91 | الاستنتاجات والتوصيات | 5 |

| | | |
|------|---------------------|-----|
| 91 | الاستنتاجات | 1-5 |
| 92 | التوصيات | 2-5 |
| 94 | المصادر والمراجع | |
| 101 | الملاحق | |
| ABCD | المستخلص بالإنكليزي | |

قائمة الجداول

| الصفحة | عنوانه | الجدول |
|--------|---|--------|
| 55 | يوضح عدد افراد العينة حسب المجموعتين وعدد افراد المجتمع والنسبة المئوية للعينة | 1 |
| 55 | يوضح تكافؤ مجموعتي البحث بالاختبارات والقياسات للمتغيرات قيد الدراسة | 2 |
| 59 | يوضح درجة الأهمية والأهمية النسبية لمجالات مقياس التفكير الايجابي باتفاق آراء (13) من الخبراء والمختصين. | 3 |
| 61 | يوضح آراء الخبراء والمختصين حول صلاحية فقرات مجالات مقياس التفكير الايجابي. | 4 |
| 64 | يوضح قيم القدرة التمييزية لفقرات مقياس التفكير الإيجابي | 5 |
| 66 | يوضح قيم معامل الارتباط بين درجة الفقرة ودرجة المجموع الكلي للمجال الذي تنتمي إليه الفقرة لمقياس التفكير الايجابي والدلالة الإحصائية. | 6 |
| 67 | يوضح قيمة الارتباط بيرسون بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة. | 7 |
| 67 | يوضح قيمة الارتباط بيرسون بين درجة المجال والدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي | 8 |
| 70 | يوضح الاختبارات المقترحة وعدد الخبراء ونسبة اتفاق الخبراء حسب كا2 | 9 |
| 72 | يوضح الاسس العلمية للاختبار | 10 |
| 80 | يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومتوسط الفروق والخطأ المعياري للفروق وقيمة t المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الإحصائية للاختبارات | 11 |

| | | |
|----|--|----|
| | القبلية والبعديّة لمتغيرات البحث للمجموعة التجريبية | |
| 82 | يوضح الأوساط الحسابية والانحراف المعياري ومتوسط الفروق والخطأ المعياري للفروق وقيمة t المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الإحصائية للاختبارات القبلية والبعديّة لمتغيرات البحث للمجموعة الضابطة | 12 |
| 84 | يوضح الأوساط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة t المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الإحصائية للاختبارات البعديّة بين المجموعتين لمتغيرات البحث | 13 |

قائمة الاشكال

| الصفحة | عنوانه | الشكل |
|--------|---|-------|
| 28 | يوضح الفرق بين التعلم التقليدي والتعلم السريع | 1 |
| 42 | يوضح وقفة الاستعداد | 2 |
| 46 | يوضح اللكمة المستقيمة اليسار | 3 |
| 48 | يوضح اللكمة المستقيمة اليمين | 4 |
| 54 | يوضح تصميم المجاميع المتكافئة بالبحث | 5 |
| 74 | يوضح اللكمة المستقيمة اليسار على وسادة حائط الصد | 6 |
| 74 | يوضح اداء اللكمة المستقيمة اليمين على وسادة حائط الصد | 7 |
| 76 | يوضح اداء اللكمة المستقيمة اليسار على الكيس المرقم | 8 |
| 76 | يوضح اداء اللكمة المستقيمة اليمين على الكيس المرقم | 9 |

قائمة الملاحق

| الصفحة | عنوانه | الملحق |
|--------|---|--------|
| 101 | المقابلات الشخصية | 1 |
| 102 | استمارات تسجيل النتائج | 2 |
| 104 | استمارة استطلاع آراء الخبراء والمختصين لتحديد مجالات التفكير الإيجابي | 3 |
| 106 | اسماء الخبراء الذين عرضت عليهم مجالات وفقرات المقياس والاختبارات | 4 |
| 107 | استمارة استطلاع آراء الخبراء والمختصين لتحديد فقرات مجالات التفكير الإيجابي | 5 |
| 112 | مقياس التفكير الإيجابي بصورته النهائية | 6 |
| 116 | استمارة استبيان آراء الخبراء لتحديد انسب اختبار | 7 |
| 118 | الوحدات التعليمية | 8 |

الفصل الاول

- 1- التعريف بالبحث :
- 1-1 مقدمة البحث واهميته :
- 1-2 مشكلة البحث:
- 1-3 اهداف البحث :
- 1-4 فروض البحث :
- 1-5 مجالات البحث :
- 1-6 تحديد المصطلحات:

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

لقد احدثت التطورات التكنولوجية الأخيرة تغييرا في الكثير من المفاهيم التربوية السائدة طالبت النظم الادارية وبناء المناهج الدراسية والتعليمية بل ظهر من يناوب بمراجعة الشكل القائم للمدرسة ومن يجادل بضرورة وجودها في ظل وجود طرق المعلومات السريعة ونظم الاتصال تلك البرامج التي تجمع بين الصوت والصورة والرسم والنص وكذلك فان تكنولوجيا التعليم علم متجدد لا يقف عند حدود استخدام الاجهزة التعليمية وصيانتها بل يتأثر بالمتغيرات النظرية التي تواجه المجال وتطبيقاته ،حيث يلاحظ كيف تأثر المجال بالتحويلات النظرية علم النفس الى المدرسة الادراكية الى المدرسة البنائية وقد تناول كثير من الدارسين في مجال التربية الرياضية دراسة العوامل والعناصر التي لها دور فعال في العملية التعليمية التي من مهامها الرئيسية تمكين المتعلم من الحصول على الاستجابات المناسبة والمواقف الملائمة.

يعد التعلم السريع ومراحله يمكن ان يبدي اسهامات جيدة في التعلم حيث يعمل على اشارة تفكير المتعلم والانتقال به من السلبية والتلقين الى النشاط وبناء المعرفة والمرونة والمتعة والتعاون ،حيث يعمل التعلم السريع الى اندماج المتعلم بكامل الجسم والفعل للحصول على افضل النتائج فالتعلم السريع يعد احد الاساليب الحديثة للتعلم ، اذ يقدم تصورا جديدا لاستثمار العقل البشري والجسم وجميع الحواس في التعلم واستخدامها معا على اقصى درجة من التعلم من خلال التطبيقات العملية التعاونية المليئة بالدعم والتوجيه من كل المصادر المحيطة والمتوفرة حوله وهو الذي يوفر بيئة تعلم ملهمة ومحاكيه للواقع ومرتبطة بالتفكير الايجابي الذي يدعم الطالب في اخذ التصور الصحيح حول المهارة المراد تعلمها دون الدخول في الخوف والتردد من المهارة وما سوف يعقبها والابتعاد قدر المستطاع من الافكار السلبية التي تعطل عملية التعلم لدى الطالب للابتعاد عن الاصابات التي تحدث اثناء التمرين

ان تعلم مهارات التفكير يعني تزويد المتعلم بالتقنيات التي يحتاجها لتمكنه من التعامل بفاعلية مع اي نوع من انواع المعلومات او المتغيرات التي تأتي مستقبلا والتفكير الايجابي احد الانماط الهامة حيث يؤدي بالفرد الابتعاد عن التبعية والضيق حول الذات للانطلاق الى مجالات اوسع من خلال تشجيع روح التساؤل والبحث وعدم التسليم بالحقائق دون تحري او استكشاف .

ويتأثر اداء اي مهارة رياضية ومنها مهارات لعبة الملاكمة بالتفكير الايجابي المصاحب للاداء والذي يعكس الواقع المثالي والصحيح لتطبيق هذه المهارات وفقا لما يتطلب الموقف الحركي لهذه المهارة من اداء ونظرا لما تتمتع به لعبة الملاكمة من مهارات عديدة

ان اغلب مهارات الملاكمة من المهارات المفتوحة الامر الذي يجعل المدرس لوضع تقنيات للتعلم السريع في تنمية التفكير الايجابي الصحيح من خلال أنشطة متنوعة ومن هنا تتجلى أهمية البحث باستخدام تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي من خلال بناء مقياس ووحدات تعليمية لتعلم مهارة اللكمة المستقيمة بالملاكمة للطلاب.

1-2 مشكلة البحث:

لعبة الملاكمة من الالعاب الفردية التي تعتمد على خبرة وذكاء الملاكم واتقانه المهارات الهجومية والدفاعية ومن اولى المهارات المهمة في الملاكمة هي مهارة اللكمة المستقيمة والتي تبدأ اغلب النزالات فيها، ومن خلال النزالات بين المنافسين تظهر على وجوه الملاكمين الكثير من الكدمات والاصابات نتيجة التنافس الشديد بواسطة اللكمات من الطرفين وهذه الإصابات التي تظهر لدى الملاكم بعد انتهاء المنافسة اظهرت الصورة السلبية للملاكمة لدى الكثير من الطلاب الذين يرومون تعلم مهارات الملاكمة مما يؤدي الى رسم الصورة السلبية والتي تؤدي الى عدم استقبالهم او استجابتهم الى التعليم في هذه المادة مما يولد ضعفا في استقبال المعلومات وكذلك ضعف في الاداء بصورة صحيحة ومن خلال ملاحظة الباحث كونه ممارس للعبة الملاكمة لاحظ وجود بعض الصعوبات لدى طلاب المرحلة الثانية اثناء تعلمهم اللكمة المستقيمة بسبب قلة استخدام الأدوات والاجهزة والتقنيات الحديثة بالتدريس، ، لذا ارتأى الباحث في استخدام تقنيات تعلم السريع التي تساعد في خلق صورة ايجابية من خلال التفكير الايجابي لتسهيل تعلم مهارات لعبة الملاكمة ومنها اللكمة المستقيمة بالملاكمة للطلاب.

1-3 اهداف البحث:

- 1- بناء مقياس التفكير الايجابي بالملاكمة لدى طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء .
- 2- اعداد وحدات تعليمية وفق تقنيات التعلم السريع في التفكير الإيجابي وتعلم اللكمة المستقيمة بالملاكمة لطلاب المرحلة الثانية (الدراسة الصباحية) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء للعام الدراسي 2023-2-2024.
- 3- التعرف على تاثير تقنيات التعلم السريع في التفكير الإيجابي وتعلم اللكمة المستقيمة بالملاكمة للطلاب المرحلة الثانية .

1-4 فروض البحث:

- 1- هناك تأثير ايجابي للوحدات المستعملة وفق تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي وتعلم اللكمة المستقيمة بالملاكمة للطلاب.
- 2- هناك افضلية في التأثير بين افراد المجموعتين التجريبية والضابطة في التفكير الإيجابي وتعلم اللكمة المستقيمة بالملاكمة ولصالح المجموعة التجريبية .

1-5 مجالات البحث:

- 1-5-1 **المجال البشري** : طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة كربلاء للعام الدراسي 2023-2024 .
- 1-5-2 **المجال الزمني** : من 2023/9/13 ولغاية 2024/1/25 .
- 1-5-3 **المجال المكاني** : قاعة الملاكمة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء .

1-6 تحديد المصطلحات:

1- تقنيات التعلم السريع :

عبارة عن تخطيط ، واعداد ،وتطوير ، وتنفيذ ، وتقدير كامل للعملية التعليمية، من مختلف جوانبها المعرفية والنفس حركية ،والوجدانية، من خلال وسائل تكنولوجيا متنوعة ،تعمل جميعها وبشكل منسجم مع العناصر البشرية لتحقيق اهداف عملية التعلم⁽¹⁾.

2- التفكير الايجابي :

عرف بانه " :

التأمل في مشكلة محددة من خلال التعرف على الجوانب الايجابية والتقاؤل بالقدرات الذاتية ،والابتعاد عن السلبية في التفكير للوصول الى افضل الحلول لها⁽²⁾ .

(1) وفيقة مصطفى سالم : تكنولوجيا التعليم والتعلم في التربية الرياضية، الاسكندرية ،منشأ المعارف ، 2007 ، ص 36.

(2) رعد عبد الامير فنجان: بناء وتقنين مقياس التفكير الايجابي لدى رؤساء الاتحادات الفرعية في العراق وعلاقته بكفاياتهم الادارية من وجهة نظر اعضائها ،اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ،جامعة بابل ،2012.

الفصل الثاني

2- الدراسات النظرية والسابقة :

2 - 1 الدراسات النظرية :

2- 1- 1 التعلم الحركي

2- 1- 2 مفهوم التعلم والتعلم الحركي

2- 1- 3 التعلم السريع

2- 1- 3- 1 مراحل التعلم السريع

2- 1- 3- 2 تقنيات التعلم السريع في التربية الرياضية

2- 1- 3- 3 مميزات التعلم السريع

2- 1- 3- 4 الفرق بين التعلم السريع والتعلم التقليدي

2- 1- 3- 5 تقنيات التعلم الحديثة

2- 1- 3- 6 مفهوم تقنيات التعلم

2- 1- 3- 7 أهمية استخدام تقنيات التعليم

2- 1- 3- 8 فوائد استخدام تقنيات التعلم

2- 1- 3- 9 معايير وقواعد اختيار تقنيات التعلم

2- 1- 3- 10 مميزات اختيار تقنيات التعلم

2- 1- 3- 11 معوقات استخدام تقنيات التعلم

2- 1- 3- 12 تطور التقنيات

2- 1- 4 مفهوم التفكير الايجابي

2- 1- 4- 1 التفكير الايجابي

2- 1- 4- 2 صفات المفكر الايجابي

2- 1- 4- 3 التفكير الايجابي في المجال الرياضي

2-1-5 لعبة الملاكمة

2-1-5-1 المهارات الاساسية في الملاكمة

2-2 الدراسات السابقة

2-2-1 دراسة محمد سعد جبر خليفة الناصري 2014

2-2-2 دراسة جاسم حسن غازي

2-2-3 مناقشة الدراسات السابقة

2- الدراسات النظرية والسابقة:

2-1 الدراسات النظرية :

2-1-1 التعلم الحركي:

التعلم الحركي عبارة عن عملية الحصول على المعلومات الاولية للحركة والتجارب الاولية للأداء الحركي، وتحسينها ثم تثبيتها، وتعد هذه العملية جزءا من عملية التطور العام للشخصية، وهو ايضا مجموعة من العمليات المرتبطة بالتدريب، التي تقود الى تغييرات ثابتة نسبيا، في الاداء الحركي، كما يمكن توضيح مفهوم، التعلم الحركي بان الفرد قد اكتسب المهارة واتقنها وبالتالي زادت لديه القدرة الحركية، لأداء هذه المهارة التي تدرب عليها، وللتعلم الحركي تعريفات عدة منها :

هو عملية الحصول على المعلومات الاولية للحركة والتجارب الاولية للأداء الحركي وتحسينها ثم تثبيتها، وتعد هذه العملية جزءا من عملية التطور بصورة عامة و للشخصية بصورة خاصة او هو التغيير في السلوك الحركي للفرد والتي تنتج اساسا بممارسة فعلية للأداء الحركي والتي لا تكون ناتجة عن عمليات مؤقتة كالتعب او النضج او تعاطي المنشطات، وغير ذلك من العوامل التي تؤثر وقتيا في السلوك الحركي .

"بينما يرى ماينل نقلا عن(ناهدة عبد زيد2001)".

اكتساب المهارات الحركية، وتحسينها وتثبيتها واستعمالها وهو تطور التصرفات والاشكال الحركية وتطبعها وتكاملها او هو النمو بالقدرات على الاداء الحركي وهو مجموعة من العمليات المرتبطة بالتدريب والخبرة، التي تقود الى تغييرات ثابتة نسبيا في قابلية المتعلم وامكانياته على الاداء المهاري⁽¹⁾.

و عرف التعلم بانه :

مجموعة من المتغيرات المتسلسلة التي تحدث خلال خبرة معينة لتعديل سلوك الانسان وهي "عملية يتم بها تكيف الاستجابات لتلائم المواقف المختلفة التي تعبر عن خبراته وتلاؤمه مع المحيط"⁽²⁾.

ان "التعلم احدى وظائف الدماغ الطبيعية، واكثر من ذلك حيث ان له قدرة فعلية عالية على التعلم لا تنفذ في كل دماغ بشري سليم، بغض النظر عن العمر والجنس والجنسية او الخلفية الثقافية، مزود فطريا بمجموعة من القدرات الكامنة"⁽³⁾.

(ناهدة عبد زيد الدليمي ومازن عبد الهادي : التعلم الحركي ، ط1 ، عمان ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، 2018 ، ص2. 1)

(2) وجيه محبوب: نظريات التعلم والتطور الحركي ، ط1 ، دار وائل للطباعة والنشر ، عمان ، 2001 ، ص4 .

(3) نادية سميح السلطي : التعلم المستند الى الدماغ ، ط1 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2004 ، ص107.

اما التعلم الحركي:

فهو سلسلة متكاملة ومتدرجة من العمليات المرتبطة بالممارسة والخبرة، والتي تؤدي الى تغييرات ثابتة نسبيا في السلوك الدقيق⁽¹⁾ .

2-1-2 التعلم السريع :

التعلم السريع هو "اسلوب تعلم يستخدم الحواس المتعددة ، والدماغ ومنهجية التعلم ،وهو ايضا تجميع كافة الجوانب النظرية للتعلم ،والقائم على التعلم المستند الى الدماغ ،لغرض اشراك المتعلمين والاسراع في عملية التعلم، ونظرا لحداثه مفهوم التعلم السريع فقد تعددت المصطلحات التي تشير اليه مثل (تسريع التعلم ، تعجيل التعلم ، التعلم المسرع ، التعلم المتسارع) وجميعها مصطلحات تدل على التعلم السريع وان هذا الاختلاف انما جاء لاختلاف طبيعة الترجمة وفي دراستنا استخدمنا مصطلح التعلم السريع⁽²⁾ .

ويرى الباحث انها احدى الاساليب الحديثة التي يتم من خلالها اتقان المتعلم للمهارة ، ويستطيع ايضا الوصول الى اهدافه، ويزداد هذا التعلم بصورة افضل في حالة توفر الوسائل والتقنيات التي تساعده في تثبيت المعلومة التي يحتاجها في لعبته، اي انه يستطيع المتعلم ان يتعلم بهذا الاسلوب حسب نوع النمط الذي لديه، وبمساعدة تقنيات التعلم الحديثة ، وبذلك يستطيع جميع المتعلمين التعلم وحسب انماطهم مما يحقق في ذلك تفاعل وانجاز للمهارات بصورة افضل واسرع ، اما من حيث التعريف فقد عرف بانه:

منهج للتعليم والتعلم يتوافق مع الدماغ ،ويعمل على زيادة كمية ما يتم تعلمه مع تقليل وقت التعلم⁽³⁾.

ومن الخصائص المهمة التي يركز عليها التعلم السريع⁽⁴⁾:

- * هو اشترك المتعلم (عقلا، ومشاعرا ، وجسدا) في عملية التعلم .
- * ايضا تتم عملية التعلم من التفاعل بين الخبرات الموجودة في عقل المتعلم وما تستقبله الحواس من معارف جديدة .
- * شعور المتعلم من الاولويات المهمة في التعلم السريع حيث انها تعزز الثقة بالنفس وتوفر بيئة ملائمة للتعلم .

(1) وجيه محبوب : التعلم والتعليم والبرامج الحركية ، ط1 ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 2002 ، ص 80 .

(2) فاطمة مطلق معيش : اثر استخدام التعلم السريع في التحصيل الدراسي لمادة المكتبة والبحث والاتجاه نحوها لدى طالبات الصف الاول الثانوي بمدينة مكة المكرمة ، رسالة ماجستير ، جامعة ام القرى ، 2012، ص12

(3) gakson,w.the Application of Accelerated lening techniq ues to ane – leaning training arogram :in theaetail Industry(ovder no.3311259Available from proQuest Global theses&Dissertations)2008.b11.

(4) جاسم حسن غازي : اثر التعلم السريع في تعلم ودقة واحتفاظ بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، جامعة الكوفة / كلية التربية الرياضية ، 2016 ، ص22.

*يقوم بتصميم أنشطة متنوعة قائمة على ابحاث الدماغ وتتناسب انماط التعلم (السمعي - البصري - الحركي -القرائي /كتابي) وانواع الذكاءات المتنوعة .

* يؤكد على اهمية التعاون بين المتعلمين في ترسيخ وصقل المعرفة الجديدة بشكل حقيقي ويتحملون مسؤولية تعليمهم بأيديهم وليس المعرفة شيئاً يمنحه المتعلم سلبياً بل هي ما يخلفه المتعلم بشكل فعال .

2-1-2-1 مراحل التعلم السريع⁽¹⁾:

بعد الاطلاع على الدراسات والابحاث وجد ان التعلم السريع يمر بأربع مراحل متتالية وهي :

1- المرحلة التحضيرية :

مرحلة جذب اهتمام الطالب ويقصد بل هو اشارة اهتمام المتعلمين ووضعتهم في المهام المثلى والهدف منها هو اخراجهم من عقلية اللامبالاة واستثارة اهتمامهم وفضولهم واعطائهم مشاعر ايجابية نحو الموضوع ،وهنا يكون من خلال مجموعة من الانشطة ،بيئية، اجتماعية ايجابية الادوات والوسائل المسبق تحضيرها والغرض منها هو ان يجمع المتعلمين افكارا عن الموضوع .

2- مرحلة العرض :

مرحلة العرض والشرح الاولي للمعرفة الجديدة او المهارة التي يتم تعليمها ،فهي مرحلة المواجهة الاولي بين المتعلم ومادة التعلم، وذلك من خلال عروض تفاعلية ومواد توضيحية مثيرة للاهتمام ، تعتمد على العمل في مجموعات من شخصين او كفريق فضلا عن تبادل الادوار .

3- مرحلة التمرين :

مرحلة تكامل والترابط في معرفة المعرفة الجديدة او المهارة الجديدة ، يرى الباحث ان الهدف من هذه المرحلة هو مساعدة المتعلمين على استيعاب المعطيات الجديدة واثابة الفرصة للتكامل مع معرفتهم السابقة بأكثر عدد من الطرائق .

(1) فاطمة بنت مطلق معيش اللحياني : اثر استخدام التعلم السريع في التحصيل الدراسي لمادة المكتبة والبحث والاتجاه نحوها لدى طالبات الاول الثانوي ،رسالة ماجستير في المناهج وطرق التدريس، مدينة مكة المكرمة، جامعة ام القرى، كلية التربية، 2012 ، ص43-44.

4- مرحلة الاداء :

تطبيق ما تعلمه المتعلم ميدانيا في جميع مجالات الحياة الحقيقية من وجهة نظر الباحث ان هذه المرحلة تعطي فرصة للمتعلم ليفكر فيما تعلمه وكيف تعلمه وكيف يستطيع ان يطبق المعرفة في مكان اخر لاسيما عندما يعطي القائم على العملية التعليمية امثلة تبين له كيف يطبق الجديد مما تعلمه في الواقع خارج نطاق المحاضرة .

من خلال ما تقدم نجد ان هذه المراحل تعتمد كليا على الطالب والتعلم ،اما المعلم فهو الطريقة او الاسلوب الذي يقوم بايصال المعلومة الى المستقبل، اي انه فقط لتسهيل مهمة التعلم، من خلال الاسلوب الفني والبيئة الجيدة مع مراعات الفروق الفردية .

2-1-2 تقنيات التعلم السريع في التربية الرياضية⁽¹⁾:

اولا/ قم بتهيئة البيئة اولا :

عندما توفر البيئة الحيدة يعمل الدماغ بشكل افضل في مجال التعلم السريع ،بتوفير البيئة النفسية والعاطفية والفيزيائية والاجتماعية، كما انه يوصي بتوفير انسب الظروف البيئية في هذا الجانب من اجل تعليم اكثر فعالية وكفاءة عالية تساعد على التركيز، اي يجب ان تكون البيئة المادية مريحة وجذابة ومجهزة بإرشادات البصرية والاصوات....ويرها من الوسائل

ثانيا / ابحث في معنى ما تقرأه :

اختبارك لمعلوماتك بين الحين والآخر، ومناقشة المعلومات التي تمر في عقلك، وعدم التعامل معها كلها باعتبارها امرا مفروغ من صحته، ناقش المعلومة بشكل نقدي ومن زوايا متعددة مما يساعد على ترسيخ المعلومة بشكل افضل .

ثالثا / لا تكتفي بتلقي المعلومة بل تفاعل معها :

في دروس البرمجة اللغوية العصبية يتعرف المتعلم على الاسلوب المفضل للتعلم ، فالناس قد يتفاوتون بين النمط البصري و السمعي او الحسي في ادخال المعلومات من البيئة الخارجية الى الدماغ ،ان اعتماد المعلم على نمط واحد من التعليم يؤدي الى تقليل الكفاءة التعليمية ، حيث ان الانسان يتذكر 20% مما يقرئه و30% مما يسمعه لذلك افضل اساليب التعليم هو تفعيل اغلب الحواس اثناء التعليم ومن خلال ربط المعلومات مع الانشطة الجسدية للحصول على تحفيز اكبر قدر من الحواس وتثبيت المعلومة الصحيحة في الدماغ.

(1) وسام صلاح وسامر يوسف :التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية وعلوم الرياضة ،ط1، بيروت، دار الكتب العلمية ،2014، ص15.

يرى الباحث ان استخدام معلم /مدرس لمادة مجموعة من انماط التعلم المعرفية والنفسية والحسية (سمعي ، بصري ،حركي) والتي تشكل في محلها الطريقة التي تعلم بها المعلمين الموضوعات المرتبطة بالمواد الدراسية المختلفة بشكل افضل واسرع من غيرها .

رابعا / اقدح فتيل ذاكرتك :

يمكن ان تتردد المعلومات اكثر من مرة حتى تحفظها ، ويمكن ايضا ربط المعلومات بأشياء محددة ، مثال ربط قانون العبة الملائمة مع المهارات الأساسية وكذلك يمكن ربط المعلومات القديمة بالجديدة مما يساعد على عدم نسيانها وكذلك ربط الارقام في تسلسل واحد.

خامسا/ استعرض معلوماتك :

تحتاج الذاكرة للتمرينات كالعضلات لذا طبق ما تعرفه في حياتك العلمية والعملية، كلما كان ذلك ممكنا ، او قم باختيار معلوماتك بين الحين والآخر .

سادسا/ قم بمراجعة ما تعلمت :

مراجعة ما تعلمته هو تحسين للمعلومات التي لم تركز بعد وحدد لنفسك الاستراتيجية التي تساعدك اكثر على التعلم .

2-1-2-3 مميزات التعلم السريع :

هناك مميزات عديدة للتعلم السريع منها (1):

- 1- يستطيع التوافق مع الانفجار المعرفي والانطلاق التكنولوجيا وثورة الاتصال في التعامل مع المعرفة .
- 2- يطرح اسلوبا جديدا لاستثمار العقل البشري وجميع الحواس في التعلم من خلال التطبيقات العملية والتمارين لتحقيق افضل النتائج .
- 3- المقدرة على اشراك عقل وحواس وجسم المتعلم في عمليات التعلم المختلفة .
- 4- يهيئ المناخ التعليمي الصحيح والمناسب لسرعة اكتساب المعرفة .
- 5- تحسين وتطوير دائم ومستمر لتسريع عملية التعلم في مجالات التعليم لملاحقة التطورات المعرفية الحديثة.
- 6- فتح افاق واسعة من التصور والتخيل والابتكار والابداع في مجالات التعلم المختلفة بواسطة تهيئة الظروف المناسبة للتعلم.

(1) هلال حسن ومحمد عبد الغني : مهارات التعلم السريعة والخريطة الذهنية ، مصر ،مركز تطوير الاداء والتنمية ،2007

7- مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب ويقدم خيارات ذات معنى تناسب احتياجات الطلاب المختلفة .

8- السهولة في معرفة التعامل والتأقلم في نواتج التعلم .

10- تحسين مهارات التفكير لدى الفرد المتعلم .

11- تقليل الوقت وكلفة الممارسة مع الزيادة في نواتج التعلم.

2-1-2-4 الفرق بين التعلم المتبع والتعلم السريع (1) :

ان التعلم السريع يجعل من الدرس أنموذج رائع في الانسجام بين المتعلمين والتفاعل والتناغم مع المادة والنشاط والمتعة ، وهو ما يمكن ان يسهم بشكل ايجابي في عملية التعلم ، اما اذا تعامل المعلم مع المتعلم بصفة مستهلكا للمعرفة لا منتج لها، كما في التعلم المعتاد فان هذا سينعكس سلبا على العملية التعليمية بأسرها، وقد تتوقف قدرة المتعلمين على اكتساب المعرفة والمهارات الجديدة .

| | | | |
|---|--|---|--|
|  التعلم التقليدي | <ul style="list-style-type: none"> • صلب • كتيب وجدي • ذو اتجاه واحد • مركز على الوسائل • تنافسي • شفهي • مركز على المواد • عقلي (معرفي) • مؤسس على الوقت |  التعلم السريع | <ul style="list-style-type: none"> • مرن • ممتع • متعدد الاتجاهات • مركز على النتائج • تعاوني • متعدد الحواس • مركز على النشاطات • عقلي وعاطفي وجسدي • مؤسس على النتائج |
|---|--|---|--|

شكل (1).

يوضح الفرق بين التعلم المعتاد (التقليدي) والتعلم السريع

2-1-2-5 تقنيات التعلم الحديثة (2):

باتت الثورة العلمية والتكنولوجيا في جميع مجالات الحياة سمة من سمات العصر الحديث ،وقد اصبح من الواجب علينا اتباع الاسلوب العلمي الحديث، كأساس في التعلم ، ومن اجل الوصول الى الرقي والتقدم حتى يمكننا مسايرة ركب الحضارة في مختلف فروع العلم والمعرفة، وتلعب التربية الرياضية الدور المهم والكبير في حياة الشعوب بوصفها احدى مجالات التربية العامة ،بحيث ان ارتفاع مستوى التربية البدنية والرياضة في اي بلد من بلدان

(فاطمة بنت مطلق معيش اللحياني : مصدر سبق ذكره ، ص 28 . 1)

2 (مؤيد محمد امين : التقنيات الحديثة ودورها كتغذية راجحة في تطوير اداء المهارة الحركية ، اربيل ، مطبعة النور ، 2017 ، ص 23.

العالم، يعتبر من المؤشرات التي تدل على مدى تقدمها الحضاري ، وكذلك التقدم العلمي في طرائق التدريب واعداد المتعلمين، اللاعبين من الجوانب المهمة التي يركز عليها التقدم الرياضي الملموس، حيث يعتبر المحصلة النهائية للاستفادة من كافة العلوم الاخرى. لغويا تعرف التقنية في اللغة :

مصدر صناعي او تقن اسلوب او فنية في انجاز عمل او بحث علمي او نحو ذلك جملة الوسائل والاساليب والطرائق التي تهتم بمهنة او فن .

ان كلمة تقنية ،(Technologas) كلمة اغريقية قديمة مشتقة من كلمتين هما (Techne) ، بمعنى مهارة فنية (loga) ، ومعناها دراسة فهي تعني تنظيم المهارة الفنية بحيث تصبح وظيفتها اكثر وضوحا وبحيث يمكن الاستفادة منها في مواقف جديدة قد لا تتضمن العناصر الاساسية التي اشتقت منها هذه المهارة .

اما تعريفها اصطلاحيا : التطبيقات العلمية للعلم والمعرفة في جميع المجالات ،او بتعبير اخر كافة الطرق التي يستخدمها الناس في اختراعاتهم واكتشافاتهم لتلبية حاجاتهم واشباع رغباتهم ، اذ كان لزاما على البشر منذ ازمان بعيدة جدا ان يجد في عمله و يكبح ليحصل على المأكل والملبس ومشرب ومأوى يقيه من كل الظروف الخارجية وهو ملجأه للراحة بعد التعب والعناء في يومه العملي ،كما كان لزاما عليه ان يعمل ايضا لتلبية رغباته في التمتع بأوقات الفراغ والخلود الى الراحة.

وقد قام البشر في كافة العصور باختراع الادوات والآلات والمواد والأساليب التي تواكب عصره وظروفه لكي يجعل العمل اكثر يسرا واسرع في الانجاز، ومن اكتشافاته ايضا الطاقة الكهربائية والمائية والنووية ، وغير ذلك من مصادر الطاقة التي زادت من معدل الإنجاز في عمله وخدمة في استمرار حياته بشكل افضل وعلى هذا ، فان التقنية تشمل ، استخدام الادوات والآلات والمواد والأساليب ومصادر الطاقة لكي تجعل العمل ميسورا واكثر انتاجية ،وضمنها الاتصالات الحديثة ومعالجة البيانات التي تعتمد على هذه اما من حيث التعريف فقد عرفها (عبد الحميد و محمد صبحي) بانها "نظام متكامل يتفاعل فيه الجهات البشرية وفكر الانسان والالة المستخدمة وفق تعليمات علمية صحيحة لتحقيق الاهداف العملية التعليمية من جانب ولتطوير مخرجاتها من جانب اخر"⁽¹⁾.

بينما عرفتها(وفيقة سالم) هي تخطيط واعداد ،وتطوير ، وتنفيذ ، وتقرير كامل للعملية التعليمية، من مختلف جوانبها المعرفية والنفس حركية ، والوجدانية، من خلال وسائل

(1) عبد الحميد كمال و محمد صبحي حسانين :الياقة البدنية ومكوناتها -الاسس النظرية -الاعداد البني -طرق القياس ،ط3، القاهرة ،دار الفكر ،1997،ص204.

تكنولوجية متنوعة ،كلها تعمل بشكل منسجم مع العناصر البشرية لتحقيق اهداف عملية التعلم وتفريد التعلم⁽¹⁾ .

2-1-2-6 مفهوم تقنيات التعلم :

ظهر في الآونة الاخيرة مصطلح جديد يرتبط بالوسائل التعليمية وتردد على اسماع العاملين في الاوساط التعليمية والتربوية الا وهوه تقنيات التعلم او تكنولوجيا التعليم ،وان هذا المصطلح يعني دراسة كيفية وضع المعرفة العلمية في اطار الاستخدام العلمي⁽²⁾ ويشير (فخري،2006) الى ان مصطلح التكنولوجيا هوه من اصل يوناني ،لذا قرر اغلب اساتذة اللغة العربية في الوطن العربي بالأجماع على تعريب كلمة تكنولوجيا ب تقنيات⁽³⁾ .

وان مصطلح تقنيات التعلم جديدة الانتشار لا يتعدى عمرها خمسين سنة ،استعمل هذا المصطلح ليحل محل مصطلح الوسائل التعليمية ،حيث كان لها اسماء عديدة منها اسم وسائل الايضاح ،او الوسائل التعليمية ،واخيرا تقنيات التعلم⁽⁴⁾ . ويرجع سبب انتشار تسمية تقنيات التعلم الى علاقتها بالتطور الحاصل في مجال العلوم التقنية⁽⁵⁾ .

ويشير (محمد جاد وباسل ، واخرين ،2001) الى ان الادوار التي تلعبها التقنيات التعليمية في عملية التعلم والتعليم انها تسهم في عملية اثراء التعليم من خلال توسيع خبرات المتعلم وتيسير بناء المفاهيم وتساعد في اقتصاد بالوقت والجهد والمال وتعمل على استثارة اهتمام الطالب واشباع حاجات التعلم⁽⁶⁾ .

ويعرفها (حسين ،1988) تقنيات التعلم بانها " عبارة عن المواد والاجهزة والمواقف التعليمية التي يستخدمها عضو هيئة التدريس في مجال التعليم بطريقة ونظام خاص لتغيير

(وفيقة مصطفى سالم : مصدر سبق ذكره ، (2017) ص 36 .1)

(يحيى محمد نبهان: تقنيات التعلم والوسائل التعليمية ، ط1 ، عمان ،دار اية للنشر والتوزيع ،2008 ، ص 11. 2)
(3) فخري رشيد خضر : طرائق تدريس الدراسات الاجتماعية ، الاردن ، عمان ،دار الميسرة للنشر والتوزيع ،2006، ص 269 .

(خالد محمد السعود: تكنولوجيا ووسائل التعليم وفعاليتها ، الاردن ، عمان ،دار مجتمع العربي ،2005،ص 4.21)

(يحيى محمد نبهان : مصدر سبق ذكره ،ص 5.7)

(5) باسل حمدان الشديفات : معوقات استخدام معلمي الدراسات الاجتماعية للوسائل التعليمية في البادية الشمالية الشرقية من وجهة نظرهم مجلة علوم الانسانية ،السنة السابعة ،ع42، 2009، ص 3 .

مفهوم او توضيح فكرة غامضة او شرح احد الموضوعات بغض النظر عن تحقيق المتعلم لأهداف سلوكية محددة⁽¹⁾ .

ويذكر (يحيى ،2004) نقلا عن (تشارلز هوبان) " ان تقنيات التعلم عبارة عن تنظيم متكامل يضم العناصر الاتية اساليب العمل والادارة والانسان والالة حيث تعمل جميعها في اطار واحد⁽²⁾ .

ايضا يذكر (Titus،1998) تعريف جمعية الاتصالات التربوية والتكنولوجيا بالولايات المتحدة الامريكية الذين عرف التقنيات التعليمية بانها "عملية متشابكة ومتداخلة تتضمن المشاركة الفاعلة بين عدة عناصر تشمل اساليب العمل والافكار ، العنصر البشري ، والمنظمات التي يتبعها لتحليل المشكلات التي وتساعد في اقتصاد بالوقت والجهد والمال وتعمل على استثارة اهتمام الطالب واشباع حاجات التعلم⁽³⁾.

وفي تعريف اخر يذكر " جميع الادوات والمعدات والآلات التي يستخدمها المدرس او الدارس لنقل محتوى الدرس الى مجموعة من الدارسين سواء داخل الفصل او خارجه بهدف تحسين العملية التعليمية دون الاستناد الى الالفاظ وحدها⁽⁴⁾ .

ويرى الباحث ان تقنيات التعلم هي احدى الحاجات المهمة في التعلم السريع للمتعلم ،حيث انها تسرع من عملية التعليم اذا تم اختيارها بشكل صحيح ،كونها تساهم بشكل كبير في اضافة عنصر التشويق عند الطالب وهذا يؤدي الى زيادة اهتمامهم في تعلم مهارة الملاكمة وتنمي وتبني عندهم برنامج حركي صحيح مما تساعد في عبور الكثير من الصعوبات اثناء اداء الحركات او المهارة كلها .

2-1-2-1 اهمية استخدام تقنيات التعلم :

لتقنيات التعلم في التقدم والتطور العلمي اهمية كبيرة وضرورية ،حيث انها تساهم في رقي العملية التعليمية والتربوية ، ويوجد هناك كثير من الانماط في التعلم والتعليم لم تكن متاحة من قبل ظهرت مواكبة لتقنيات التعليم ، فلم يكن للتعليم عن بعد والتعليم الالكتروني وغيرها بمعزل عن التكنولوجيا وتطبيقاتها⁽⁵⁾.

(1) حسين حمدي طوبجي : التكنولوجيا والتربية ، دار القلم ،1988، ص 1 .

(2) يحيى محمد نبهان : مصدر سبق ذكره ، ص 168 .

(3) باسل حمدان الشديفات : معوقات استخدام معلمي الدراسات الاجتماعية للوسائل التعليمية في البادية الشمالية الشرقية من وجهة نظرهم مجلة علوم الانسانية ،السنة السابعة ،ع42، 2009، ص 3 .

(4) (Titus, Aaron,internet in the physics classroom Davidson ,college-carolina,u.s.3

innorth,1998,p29.

(5) ماهر يوسف صبري: من الوسائل التعليمية الى تكنولوجيا التعليم ،الرياض ،مكتبة الرشد،2008. 5)

ان تقنيات التعلم تمثل احدى اهم العناصر المهمة والرئيسية في عملية التعليم ،لأنها تمثل القنوات التي تمر خلالها الرسالة بين المرسل والمستقبل ، ولذلك تعتبر ضرورية لكل مؤسسة تعليمية ولكل معلم (1).

وان للحواس تأثير كبير في ادراك الاشياء ،لان الشيء المحسوس يمكن فهمه في ايسر الطرائق وابسطها ،اما غير المحسوس يحتاج الى جهد وتعب حتى يفهمه المتعلم ،فالمعرفة تتعلق بالحواس ،وكلما تم اشراك اكبر عدد من الحواس في فهم امر ما كانت عملية التعلم اقوى اثرا واوسع واشمل ، وابقى تذكرا والاقتصار في التدريس على الالفاظ يؤدي الى الملل والضجر لدى المتعلم ويكون متواصلا ويديم ساعات طويلة اذا كان تقنية تعليمية (2).

وتتمثل اهمية استخدام تقنيات التعلم في المهام والوظائف التي تؤديها والاسهامات التي تثيري بها الميدان التعليمي ، حتى اصبح استخدامها ضرورة ملحة ،"وان تقنيات التعلم تستمد اهميتها من كونها ضرورة فرضتها طبيعة المواقف التعليمية المتنوعة" (3).

ويرى الباحث ان تقنيات التعلم تساهم بشكل كبير في التعلم والتعليم حيث انها تحتوى على الكثير من المصادر المهمة في انماط عملية التعلم والتعليم ومن خلال تعدد المصادر والانماط تصبح العملية التعليمية اكثر تأثير ومرح ، وذلك لوجود المعلم ،والانشطة المتاحة ، والاجهزة المساعدة ، والادوات.

2-1-2-8 فوائد استخدام تقنيات التعلم :

هناك بعض الفوائد التي تقدمها تقنيات التعلم للموقف التعليمي ومنها(4):

1- القدرة على ربط المعلومات السابقة لموضوع ما بالمعلومات الجديدة .

2- اداة تعلم افضل لمجهود ووقت اقصر وكلفة اقل ولجمهور اكبر .

وهناك مجموعة اخرى من الفوائد لعل اهمها(5).

1- تربية الذوق العام لدى الطالب .

2- تسهم بسبب كونها عنصر فعالا في تقديم حلول علمية مناسبة لبعض مشكلات التعليم المعاصر .

3- تساعد على تحاشي الوقوع في الاخطاء اللغوية .

(1) حسن حمدي الطوبجي : وسائل الاتصال والتكنولوجيا في التعليم ، ط6 ، الكويت ،دار القلم للنشر والتوزيع ،1996،ص25.

(عابد توفيق الهاشمي: طرق تدريس العلوم والتربية ،بيروت ،مؤسسة الرسالة ،1423هـ،ص36. 2)

(3) (Fulton,K,Technolory training for teachers ,usa,1989,p22.)

(4) احمد سالم وعادل : منظومة تكنولوجيا التعليم ،الرياض ،مكتبة الرشد،2003،ص34.

(عبد الحافظ محمد سلام : وسائل الاتصال والتكنولوجيا في التعليم ،عمان، دار الفكر ،1996،ص38. 5)

4- تؤدي الى تكوين مفاهيم سليمة .

5- تؤدي الى ترسيخ وتعميق عملية التعلم .

6- تساعد في تنوع اساليب التعزيز .

7- تساعد على تنوع اساليب مواجهة الفروق الفردية بين المتعلمين .

2-1-2-9 معايير وقواعد اختيار تقنيات التعلم :

هناك معايير وقواعد لتقنيات التعلم يجب على كل معلم الالتزام بها حتى تحقيق الاهداف التعليمية ، لان عملية اختبارها يرتبط ارتباطا وثيقا بالموقف التعليمي المراد تعليمه .

حيث انك لا "تستطيع ان تنظر للتقنيات التعليمية بمعزل عن العناصر الاخرى كالأهداف السلوكية ومهارات التعلم وقدراته وخصائص الطالب والمحيط والبيئة والتقويم حتى تهيء لتلك التقنيات افضل الظروف لتحقيق اكبر فائدة منها" (1) .

ومن اهم معايير وقواعد اختيار تقنيات التعلم هي (2) .

- ان تكون واقعية مثل صورة او مجسم او شكل فضلا عن كونها بسيطة
- ان تتناسب مع مستوى المتعلمين من حيث العمر والخبرات السابقة .
- ان تشوق الطالب تزيد من الرغبة في البحث والاطلاع والاستقصاء وتساعده على استنباط خبرات جديدة . ان تجمع بين الدقة العلمية والمجال الفني مع المحافظة على وظيفتها .
- ان تعين على ربط الخبرات السابقة بالخبرات الجديدة .
- ان تتناسب مع التطور العلمي وتكنولوجيا المجتمع .
- ان تنمي في المتعلمين القدرات والمهارات الفكرية والعلمية في المتعلم والتأمل والتفكير والتحليل والملاحظة والابداع .

كل هذه المعايير والقواعد هي متطلبات اساسية ومهمة يجب توفرها في تقنيات التعلم وان مهارة المتعلم تساعد في استخدامها بفاعلية لتحقيق الاهداف المرجوة .

2-1-2-10 مميزات استخدام تقنيات التعلم :

من اجل انشاء محيط تعليمي نشط وتفاعلي ينعكس ايجابيا على المعلم والمتعلم لابد من ادخال التقنيات الحديثة التي تناسب انماط المتعلمين وتتمثل فيما يأتي:

أولا : المدرس :

ان تقنيات التعلم تمنح الكثير من الخبرات الفنية التي تساعد المعلم في تطوير عملية التعلم ومن هذه المميزات هي (1) .

(محمد محمود الحيلة : طرائق التدريس واستراتيجياتها ، الامارات ، دار الكتاب ، 2001 ص1.84)

(محمود داود الربيعي : التعلم والتعليم في التربية الرياضية والبدنية ، ط1، بيروت ، دار الكتب العلمية، 2012، ص2.354)

- جعله خبيراً يعلم كل شيء كالمُرشد السياحي في عالم يعج بالمعلومات ويحتاج فيه الطالب إلى من يرشده .
- توسيع مدارك المعلم للمستجدات على الساحة العلمية والتعليمية وظروف التغيير بالنسبة للمجتمع ومتطلباته وتوقعاته المتجددة .
- تكسبه استراتيجيات تقويمية تتفق مع التطور التقني لتقويم نمو المتعلم الفعلي والاجتماعي والحسي ليضمن استمراره .
- تكسبه النزعة إلى التجريب والتجديد والوثوق بنفسه في تنظيم المواقف التعليمية وما يشمل عليها من أنشطة واستراتيجيات تدريبية ، فضلاً عن قدرته على البحث والاستقصاء لحل المشكلات عن دراية ووعي .

• ثانياً : المتعلم :

- اثرت تقنيات التعليم على دور المتعلم والمهام المنوطة به إذ لم يعد دوره مقتصرًا على التفاعل قدر الامكان واخذ زمام المبادرة من خلال التفتيش والبحث بنفسه ، ام من حيث المميزات بالنسبة للفرد والمتعلم هي:
- ان تقنيات التعلم تجعل للمتعم دور كبير في الاشتراك بعملية التعلم حيث ينمي القدرات الذاتية له والمواهب الشخصية ،من خلال تقديم الكثير له من المميزات ومنها⁽²⁾ .
- طبيعة التدريس تكون مميزة وذلك باستخدام الصور والألوان والرسومات والاصوات والفيديوات والداتا .
- المساعدة على تعليم مهارة البحث الذاتي في المصادر والمعلومات .
- اتاحة الفرصة لتطبيق بعض المهارات التي تعلمها في مواقف ربما لا تتوفر للمتعم الفرصة لتطبيقها في بيئة حقيقية .
- تسهل من عملية التدريب مما يجعلها اكثر تشويقا وجاذبية واثارة للمتعم
- اعطاء الحرية للمتعم للوصول الى المادة التعليمية المقررة عليه في اوقات واماكن مختلفة .
- تقديم التغذية الراجعة في الحال ليتعرف المتعم على صحة ما قام به من نشاطات مختلفة ومعرفة مدى نجاحه .
- اتاحة الفرصة للمتعم للتدريب والتمارين لإتقان المهارات المختلفة .

(3) محمد جابر الزبيدي و ناهل كمال خليل العبيدي : الوسائل والتقنيات التعليمية الحديثة في التدريب المهني والتقني ،

ط1،طرابلس ،منظمة العمل العربية ،2001،ص26.

2 () ابراهيم ابو السعود: دور الانترنت في اعداد الخريجين وتدريب اللغات مع تقديم استراتيجيات التعلم في الاقطار العربية ، القاهرة ،2001،ص6.

- تشجيع المتعلمين على العمل بروح الفريق من خلال التعليم التعاوني ، وتبادل الافكار والخبرات قيما بينهم .

11-2-1-2 معوقات استخدام تقنيات التعلم⁽¹⁾ :

هناك مجموعة من المعوقات تحول دون بلوغ تقنيات التعلم لأهدافه على اكمل وجه وقد ذكر منها (خالد محمد السعود 2005)

- قلة توفر الخدمات .
- الخوف من المحاولة والمشاركة في التجارب الجديدة والرائدة .
- الكلفة المادية لهذه التقنيات .
- قلة توفر مصدر الطاقة لتشغيل الاجهزة والادوات .
- النقص الواضح في استعدادات كثير من المباني التعليمية .
- قلة توفر الخدمات الكافية لتصليح الاجهزة المعطلة .
- النقص الحاصل في الاجهزة والوسائل التعليمية لاسيما اجهزة العرض وعدم توفر الاجهزة اللازمة كمادة او تخصيص معين .

12-2-1-2 تطور التقنيات⁽²⁾ :

ان اول ما تعلمه الانسان من معرفة كان عن طريق الصدفة ،عندها انتقلت معارفه الى بقية البشر عن طريق التقليد والمحاكاة ،وتم ازدادت خبرات الانسان ونمو مهارته ،حتى اتجه في تعلمه الى التجربة ،ورافقت التجارب ابتكارات ادت الى كشف امور كثيرة ادت في النهاية الى تطور ونمو المعرفة والعلم .

حيث كانت الوسائل من ادوات الانسان في نقل معارفه الى الاخرين منذ القدم، كالنقوش والمنحوتات والرسوم والصور، التي حفرها الانسان البدائي ، واهل الحضارات القديمة السومرية والاشورية والبابلية والكنعانية والفينيقية والآرامية والفرعونية والصينية والهندية واليونانية على واجهات المعابد والصخور ، هي في الواقع وسائل فنية ومعبرة قامت بتسجيل تاريخ الامم ، وانها وسائل حسية تظهر عظمة مخلفيها وتظهر أن الانسان عبر عن افكاره بصورة رموز واتقن التعامل بها، كذلك الكتابة الهيروغليفية التي تشكل بمجموعها وسائل من مجموعات من الصور لبيان مدلولاتها وتطور استخدام الوسائل تبعا لحاجة المدرسة اليها، ففي عهد افلاطون، (374- 227 قبل الميلاد) يذكر ان المعلم في تعليم الكتابة كان يحفر الحروف

(خالد محمد السعود: مصدر سبق ذكره، ص83-84 .1)

(مؤيد محمد امين : مصدر سبق ذكره ، (2017) ص 24 . 2)

بواسطة سكين على الواح من خشب ويطلب من المبتدئين تتبع خطوات ما حفره اي باستخدام النماذج ، وفي القرن الاول الميلادي طالب كونتليان ان يتعلم الاطفال اشكال الحروف واسماءها عن طريق نماذج من العظام....

2-1-3 مفهوم التفكير:

ان التفكير الذي نال اهتمام العديد من الباحثين والمختصين والفلاسفة عبر التاريخ ولغاية الآن، لم يحصل إجماع على الكيفية التي نفكر بها ، وكيفية عمل الدماغ البشري، غير أنّ الاهتمام بالتفكير سابقاً كان اهتماماً بسيطاً، فالمجتمعات في السابق كانت أكثر استقراراً وكان حل المشكلات واتخاذ القرارات يعتمد على ما تمليه العقيدة والأطر الأخلاقية⁽¹⁾ .
فالتفكير هو " عملية يومية ومصاحبة للإنسان بشكل دائم، وهو كأي سلوك طبيعي نقوم به وباستمرار"⁽²⁾.

وعرف أيضاً بأنه "كل ما يجول في الذهن من عمليات تسبق القول أو الفعل والتي تبدأ بفهم ما نحس به أو ما نتذكره، أو ما نراه وتمر بتقويم ما نفهمه حباً أو كرهاً وتنتهي بمحاولة حل أي مشكلة قد تعترضنا"⁽³⁾.

وهناك من يرى بان التفكير يشمل أنواعاً كثيرة من النشاط العقلي أو السلوك المعرفي الذي يتميز بتوظيف الرموز التي تمثل الأشياء والأحداث عن طريقها ، بدلاً من معالجتها عن طريق النشاط الظاهر⁽⁴⁾ ، ويُعدُّ التفكير مهارة التشغيل التي يتولى بها الذكاء معالجة معطيات الخبرة، وتبدأ مرحلة التفكير لدى الإنسان عندما لا يعرف ما الذي سيقوم به بالتحديد، والتفكير مفهوم معقد يتألف من ثلاثة مكونات هي⁽⁵⁾:

اولاً- عمليات معرفية معقدة (مثل حل المشكلات) وأقل تعقيداً (كالاستيعاب والتطبيق والاستدلال)، وعمليات توجيه وتحكم فوق معرفية.
ثانياً- معرفة خاصة بمحتوى المادة أو الموضوع.
ثالثاً- استعدادات وعوامل شخصية (اتجاهات، موضوعية، ميول) .

(1) عدنان يوسف العتوم وآخرون : تنمية مهارات التفكير نماذج نظرية وتطبيقات عملية، ط2، عمان ، دار الميسرة للنشر والتوزيع، والطباعة ، 2009 ، ص17.

(2) فتحي عبد الرحمن جروان : تعليم التفكير مفاهيم وتطبيقات، ط2، عمان، دار الفكر للنشر ، 2005، ص22.

(3) مجدي عبد الكريم حبيب : دراسات في أساليب التفكير ، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية ، 1995، ص18.

(4) سناء مجهول الهزاع : أثر برنامج تدريبي لتنمية مهارات التفكير العلمي لطلبة المرحلة المتوسطة ، أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، 1999، ص3 .

(5) مجدي عبد الكريم حبيب: التفكير الأسس النظرية والاستراتيجيات، القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية، 1996، ص123.

يرى الباحث أن التفكير هو معرفة وإيجاد الحلول المناسبة للمواقف والمشكلات التي يمر بها الإنسان بطريقة تتناسب مع التنشئة الاجتماعية والثقافية والعلمية، وهو من المهارات العقلية الداخلية المعقدة، التي تنشئ من خلال تفاعل الفرد مع المواقف التي تمر به والمشكلات التي تعترضه.

2-1-3-1 التفكير الايجابي:

يعد التفكير الايجابي من المصطلحات التي تم التركيز عليها بشكل كبير في أواخر التسعينيات مع بداية الاهتمام بعلم النفس الايجابي بزعامة سيلجمان (seligman)، الذي أعطى أهمية كبيرة للجوانب الايجابية في الشخصية، من خلال التركيز على نواحي القوة عند الانسان و تعزيزها بدلا من التركيز على المعوقات و نواحي الضعف و القصور و التوقف عندها.

ودعا (سيلجمان) إلى أن "الانسان يحمل بداخله بذور قوته و ضعفه و هما اللتان تحددان حياته فقد ان الاوان لعلم النفس ان يفهم جوانب الفضيلة والقوة، وان يحدد مفهومها و يصمم المقاييس التي تعني بقياسها⁽¹⁾.

ومن أهم أهداف علم النفس الايجابي هو بناء التمكين الشخصي (اي الحالة الجيدة للذات) وإن "اكثر ما تطور هذا التمكين الشخصي هو التفكير الإيجابي، الذي يعد الاداة الاكثر فاعلية في التعامل مع مشكلات الحياة و تحدياتها و مهامها⁽²⁾.

2-3-1-2 صفات المتعلم الايجابي:

للمفكر الايجابي مجموعة من الصفات الشخصية التي تميزه عن غيره من الأشخاص والتي تساعد على تحقيق اهدافه والشعور بالسعادة و منها الاتي⁽³⁾.

1- **الإيمان** : هو الإيمان بالله تعالى و التوكل عليه حقّ التوكل و الاستعانة به في كلّ الاوقات و قد قال تعالى في كتابه العزيز (فاذا عزمتم فتوكل على الله ان الله يحب المتوكلين) ، ويشمل الإيمان أيضاً قوة الاعتقاد بالذات وبالأخرين المستمدة ايضا من قوة الإيمان بالله تعالى .

1) مارتن سيلجمان : الطفل المتفائل، ط1، ترجمة، مكتبة جرير، مكتبة جرير للتوزيع والنشر، 2005، ص6.

2) مصطفى حجازي: الانسان المهدور - دراسة تحليلية نفسية اجتماعية، دار البيضاء، المركز الثقافي العربي، 2005، ص327.

3) ابراهيم الفقي: التفكير السلبي والتفكير الايجابي، القاهرة، الراية للنشر والتوزيع، 2013، ص101-103.

2- **القيم العليا:** المفكر الايجابي يعيش دائماً بقيم عليا مهما كانت المؤثرات أو الإغراءات، فجنده يبتعد دائماً عن السلوكيات السلبية مثل: الكذب، الغيبة، النميمة والاستغلال ويتميز بالأمانة وحب الخير للناس والعطاء والكرم ... الخ .

3- **الرؤية الواضحة:** المفكر الايجابي يعرف جيداً ماذا يريد على المدى القصير و المتوسط والبعيد، و يعرف أيضاً متى يريد و كيف يستطيع ان يحصل على ما يريد باستخدام مصادره وامكانياته كافة والتخطيط و التنفيذ بمرونة تامة إلى أن يصل إلى أهدافه.

4- **التركيز على الحل عند مواجهة الصعوبات :** المفكر الايجابي يركز انتباهه على ما يريد، فهو يركز على الحل و الاحتمالات، ويعرف أن أية مشكلة مهما كان تعقيدها لابد ان يكون لها حلا روحانيا، فيبدأ بالتفكير في الحلّ بهدوء، بعيداً عن الآراء التي قد تعيق عليه عملية التوصل الى الحل .

5- **الإفادة من التحديات و الصعوبات:** المفكر الايجابي لا يركز على الحلّ فقط، بل يستفيد من اي تحدّ يواجهه و يستخدمه في التخطيط للمستقبل، وهو بذلك يحول التحديات إلى مهارات وخبرات وتجارب قوية يستند إليها .

6- **لا يدع التحديات و الصعوبات تؤثر على أركان حياته :** والمقصود بأركان الحياة هي : (الروحي ، الصحي ، الشخصي ، العائلي ، الاجتماعي ، المهني والمادي)، فإذا واجه الفرد تحدياً في أي ركن من هذه الأركان السبع فهو لا يدع ذلك التحدي يؤثر على الأركان الأخرى، بل على العكس يهتم أكثر بنفسه و بأفكاره و صحته و روحانيته، فهو يضع التحدي في إطاره الحقيقي و الطبيعي ولا يعطيه أكثر مما يستحقه وبذلك يعيش حياته باتزان تام و يركز على الحلّ في الوقت نفسه، فهو يمتلك التصميم للمضي الشاق نحو تحقيق الهدف .

7- **التفاؤل :** و المقصود به الإيمان بالنتائج الايجابية وتوقعها حتى في أصعب المواقف و الأزمات والتحديات .

8- **الحماس:** المقصود به امتلاك المفكر الايجابي لأعلى مستويات الاهتمام والطاقة والمشاعر الايجابية .

9- **الصبر:** يمتلك المفكر الايجابي الإرادة والأمل في انتظار الفرص فهو لا يملُّ ولا ييأس مهما كانت الظروف.

10- **الهدوء:** التحلي بالهدوء و التوازن عند التفكير في كيفية مواجهة الصعوبات و التحديات و الأزمات اليومية .

11- **اجتماعي و يحب مساعدة الآخرين** : المفكر الايجابي يتمتع بشخصية محببة إلى القلب، لما يتمتع به من أسلوب ايجابي، يحترم الآخرين ويتعامل معهم بتقبل تام من دون محاولة التحكم فيهم أو استغلالهم أو السيطرة عليهم، فهو يحب الناس ويستمتع بمساعدتهم ويقدم يد العون لهم بالطرق كافة.

2-1-3 التفكير الايجابي في المجال الرياضي:

التفكير بإيجابية هو بداية الطريق للنجاح في اي نشاط يقوم به الفرد إذ أن "الاتجاه العقلي الايجابي يرتبط ارتباطا وثيقا بالنجاح وان ما يضعه الفرد في ذهنه سواء كان سلبيا ام ايجابيا سيجنه في النهاية⁽¹⁾ .

ان التفكير بنوعيه السلبي و الايجابي له دور بارز ومهم في المجال الرياضي، فالأنشطة الرياضية بشكل عام والألعاب الفردية بشكل خاص وما تصاحبها من مؤثرات وما يواجهه الرياضي من صعوبات و متغيرات تؤثر على عملية التفكير إذ أن " السلوك الحركي هو نتيجة التفكير ، فالفكرة تولد المزاج و المزاج يولد السلوك ، كما ان اغلب الاحداث الذي تمر به هي احداث طبيعية ولكن الاختلاف في كيفية التفكير بها و تفسيرها⁽²⁾ .

عندما يفكر اللاعب ايجابيا لا يدع للشك أو اليأس مكانا في عقله ، فتفكيره يساعده على بناء ثقته بنفسه مما يؤدي به إلى الفعل الايجابي والأداء العالي تحت أي ظرفٍ مهما كان صعبا ، فالتفكير الايجابي يساعد اللاعب على التحرر من الافكار السلبية التي تشلُّ قدرة الفرد على التفكير ومن ثمَّ يصبح غير قادر على الإفادة من خبراته ومهاراته ولا يستطيع تقديم أفضل ما عنده أثناء المنافسة " فالعقل يمتلك فكرة واحدة في اي وقت، فاذا ادخلنا في عقولنا فكرة ايجابية اخرجت الفكرة السلبية التي تقابلها، العقل لا يقبل الفراغ فاذا لم نملأه بالأفكار الايجابية فسوف تمتلئ بالأفكار السلبية⁽³⁾ .

فهناك الكثير من الافكار التي تراود اللاعب وخاصة أثناء مقابلة المنافسين الاقوياء وكذلك عند تأخره في النتيجة وكذلك أهمية المباراة ومكانها وغيره من المواقف مما يولد افكاراً سلبية تؤثر على أدائه ومستواه في المباراة، ويتوقع مسبقا الفشل والافكار التشاؤمية ، على العكس من ذلك فالمفكر الايجابي لا ينظر إلى قوة المنافس وإلى الهزائم السابقة التي مني بها وإنما يركز على الحاضر من خلال إيمانه بنفسه وبقدراته وبزملائه وقبل كل هذا إيمانه بالله تعالى وتوكله عليه والاستعانة به و هذا ما نراه عند بعض اللاعبين قبل نزوله حلبة الملاكمة او في

(رعد عبد الامير فنجان: مصدر سبق ذكره، ص130. 1)

(2) علي يوسف حسين: مصدر سبق ذكره، ص112-111 .

(3) باريان تريسي: علم نفس النجاح، ترجمة، عبداللطيف الخياط، عمان، جار الثقافة للنشر والتوزيع، 2006، ص 27 .

بداية نزوله للحلبة إذ يقوم بقراءة آيات من القرآن الكريم أو ترديد بعض الأدعية والتضرع الى الله لكي يوفقه في التنفيذ للكلمة المناسبة للمنافس والتي من خلالها يحرز الفوز ، فالإيمان هو أحد الركائز الاساسية التي يعتمد عليه الرياضي والذي هو دليل على تفكيره الايجابي ، وهنا يجب أن نذكر أنه ليس شرطاً أن يكون كل مفكر ايجابي مؤمن ولكن يمكن ان نقول أن كل مؤمن هو مفكر ايجابي، فتفكيره الايجابي هو الذي يؤدي به إلى الإيمان بعد هداية الله سبحانه وتعالى ، وهذا الايمان يجعل اللاعب يبتعد عن السلوكيات السلبية كلها التي نهى الله عنها مما يؤدي به إلى الراحة النفسية والصحة البدنية ويجعله محبوباً بين زملائه في الفريق مما يقوي العلاقة بينهم لما يحمله من صفات حميدة ومن ثم يؤثر ايجاباً على أداء اللاعب وتفكيره وتركيزه أثناء المنافسة .

اللاعب صاحب التفكير الايجابي دائماً ما يكون له حديث ذاتي ايجابي يومي يحدث به نفسه ويرسل رسائل ايجابية الى عقله الباطن يؤكد فيها أن مستوى قدراته وما يمتلكه من خبرات هي مناسبة لتحقيق النجاح في التدريب و الفوز في المنافسة مما يؤدي إلى برمجة عقله الباطن ليفكر ايجابياً فيزداد ثقة بنفسه و بقدراته على مواجهة المنافس والفوز عليه .

إذ أن " اكثر المحددات اهمية في تطوير الثقة و تعزيزها هي ما يقوله الرياضي لنفسه فاذا كانت صورته العقلية عن ذاته ايجابية ، السمات و المدركات فهو بالتأكيد يتمتع بالثقة و الاداء الجيد و ان اثبات الذات هي عملية توجيه حديث الذات لتوكيد قدرات الرياضي و مهاراته الايجابية فضلاً عن ما حصل عليه من تدريب مناسب"⁽¹⁾.

فاللاعب الذي يتصف بتفكير ايجابي دائماً ما يركز على الطول في ايّ تحدٍ يواجهه ويجعل التحديات في صالحه ، فاذا تأخر في احراز لكمة الفوز يجعل هذا التأخر دافعاً له لبذل المزيد من الجهد ، فالتفكير الايجابي يدفع اللاعب الى القول في قرارة نفسه أنه من المحتمل الا أستطيع التحكم في ظروف المباراة ولكنني أستطيع التحكم في افكاري، فالتفكير الايجابي يؤدي الى الفعل الايجابي ومن ثم يؤدي الى النتائج الايجابية ، وغالباً ما نرى اللاعب الايجابي التفكير ببعد في أداء المهارات وتنفيذ الخطط فهو يقلق بشكل أقل ويستمتع بشكل أكثر .

(1) مصطفى حسين باهي وسمير عبد القادر: المدخل الى الاتجاهات الحديثة في علم النفس الرياضي، القاهرة، الدار العالمية للنشر، 2004، ص129.

2-1-4 لعبة الملاكمة :

إن لعبة الملاكمة هي فن أُستخدم قديماً من أجل الدفاع عن النفس، ولعبة الملاكمة تتطلب إلى جانب القوة والمهارة في أداء مختلف اللكمات إلى الذكاء في الهجوم والدفاع وبهذا فإنها تعد مهارة رياضية يتغلب فيها الفن على القوة⁽¹⁾.

وتسمى لعبة الملاكمة قديماً وحديثاً بلعبة الفن النبيل، وهي إحدى الألعاب الأولمبية التي تتميز بالاحتكاك المباشر مع المنافس فيسعى كل منهما بتقديم ما لديه من مهارات هجومية ودفاعية وكذلك الهجوم المضاد لإحراز الفوز بالتعلم وفق القواعد الدولية المحددة لها⁽²⁾.

وكذلك تعد لعبة الملاكمة من الألعاب الرياضية التنافسية التي يتوجب فيها الفوز والتفوق في التعلم من خلال تسديد أكبر عدد ممكن من اللكمات إلى الملائم المنافس وهذه اللكمات ينبغي أن تكون موجهة إلى المناطق المسموح بها قانونياً، (الرأس والذراع)، (منطقة الصدر والبطن)، وإن هذه اللكمات من أجل أن تحتسب قانونياً يجب أن تتميز بمميزات وهي⁽³⁾:

1. القبضة ينبغي أن تكون مغلقة.
2. اللكمة ينبغي أن تكون في مقدمة القفاز.
3. اللكمة ينبغي أن تكون مصحوبة بثقل الجسم.
4. اللكمة ينبغي أن تسدد إلى المناطق المسموح بها قانونياً.

ويرى الباحث ان لعبة الملاكمة واحدة من تلك الالعاب التي تمتاز باللعب الرجولي وجمال الاداء التي تثير الحماس وتعطي افضل اختبارات الذكاء مما تجعل اللاعب يستخدم حواسه وتفكيره الايجابي واجهزة الجسم المختصة بالمهارة للفوز بالنزال.

2-1-4-1 المهارات الاساسية في الملاكمة :

أولاً: وقفة الاستعداد:

وقفة الاستعداد من مهارات الملاكمة الاساسية والتي فيها يؤدي اللاعب مهاراته الهجومية والدفاعية بسهولة ويسر، وهي تتيح الحماية والتغطية لا كبر منطقة من الراس والجسم بعيدا عن اللكمات المباشرة ، وتكون المسافة بين القدمين بأتساع الحوض كما يجب أن تكون القدم الخلفية مرفوعة الكعب ، وان يحمي اللاعب كفه بكتفي قبضتيه، (اليمين ، اليسار) ويحمي جذعه وخاصة منطقة الاضلاع العائمة بمرفقيه⁽⁴⁾.

(محسن رمضان علي: الملاكمة للمبتدئين، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص9. 1)

(سامي محب حافظ: المدخل إلى الملاكمة الحديثة، المنصورة، مكتبة شجرة الدر، 2005، ص29. 2)

(عادل خير الله: الرياضة خطوة خطوة/الملاكمة، بيروت، دار المؤلف للنشر والطباعة والتوزيع، 2006، ص5. 3)

(محسن رمضان علي : مصدر سبق ذكره ، ص204)

ويعطي هذا الوضع استرخاء للجسم حتى يسهل استثارة العضلات اللازمة للعمل بسرعة وقوة لحظة الحاجة اليها ، ويؤمن هذا الوضع سهولة التوافق بين عمل القدمين واليدين ، ويتوقف شكل وقفة الاستعداد قبل كل شيء على امكانيات ومميزات المتعلم البدنية والتنافسية ، فمثلا وقفة المتعلم القصير تختلف عن المتعلم الطويل ولهذا يجب ان تتماشى الوقفة مع امكانيات كل متعلم⁽¹⁾ . كما في الشكل (2) .



شكل (2)

يوضح وقفة الاستعداد.

"وتعرف مهارة وقفة الإستعداد بأنها الوضع الذي يتخذه المتعلم الذي يميزه عن غيره من المتعلمين، إذ تشكل مهارة وقفة الإستعداد قاعدة الإرتكاز للمتعلم وتدخل في الأداء الحركي الخاص باللكمات الهجومية والدفاعية ، وتشكل وقفة الإستعداد وضع القدمين ووضع الذراعين⁽²⁾.

1- وضع الذراعين :

وهو الوضع الذي يتم تعليمه للمبتدئ والهدف منه:

- أ- لضمان سهولة تعلم أداء اللكمات.
- ب- لضمان الأداء الصحيح للكمات.
- ت- لضمان الدفاع الجيد.

(وديع ياسين واخرون: المبادئ التعليمية في الملاكمة ، ج1 ،الموصل ، مطبعة الجامعة ، 1983 ، ص 163 . 1)

(يحيى السيد اسماعيل الحاوي: الملاكمة اسس نظرية وتطبيقات عملية، ط2، جامعة الزقازيق، 1999، ص 60 . 2)

ولتحقيق الغرض من مهارة وقفة الاستعداد فمن الضروري أن يكون وضع الذراعين عند التعلم يحقق هذه النقاط الثلاث، وبعد إتقان المتعلم لمهارة اللكمات بحيث يبلغ مستوى متقدماً يمكنه أن يختار الوضع الخاص بالذراعين الذي يتناسب مع مواصفاته البدنية، وبهذا فإن تعليم وضع الذراعين الصحيح سيضمن لنا التعلم الصحيح للقبضة ووضعية الذراعين.

- تعلم القبضة :

وهي من النقاط المهمة لكل ملاكم اذ ينبغي أن تكون قبضة المتعلم مغلقة بإحكام وبدون شد عضلي زائد ويتم ذلك بثني الأصابع الأربعة على راحة اليد ثم نقوم بثني أصبع الإبهام على الأصابع بدون شد عضلي أيضاً وذلك لتجنب ترك أي مجال للحركة في أصابع اليد لتجنب حدوث أي إصابة في هذه الأصابع، كذلك لإيصال قوة اللكمة إلى المنافس بدون حدوث إمتصاص في مفاصل الاصابع، ولكي تكون اللكمة بشكلها القانوني ينبغي أن تلامس جسم المنافس في مقدمتها.

- تعلم وضع الذراعين :

إن الوضع التقليدي المتبع في تعليم وضع الذراعين هو (جانب الصدر واتجاه القبضة للداخل)، وبما أن وضع الذراعين عندما يكون لغرض التعلم فمن الممكن تغيير وضع الذراعين عندما يصل المتعلم إلى المستوى المتقدم بما يتناسب مع مواصفات الملاكم الجسمية والقدرات البدنية والإمكانيات الفنية ، وأفضل وضع للذراعين هو وضع الذراعين أمام الصدر ويكون اتجاه القبضة للأمام باتجاه المنافس والمرفق للداخل لسهولة أداء المتعلم ولضمان الأداء الصحيح كذلك لتأمين دفاع جيد للمتعلم لوجود الكف اليمين المفتوحة أمام الوجه، أما الذراع اليمين فإنها تكون ملاصقة للجذع والكف أمام الوجه وبمستوى الذقن بحيث يكون المرفق للداخل.

- وضع القدمين :

وهي الفتحة المناسبة التي يتخذها المتعلم كقاعدة إرتكاز له عندما يتعرض لأي نوع من أنواع اللكمات من قبل المنافس، كذلك فإن وضع القدمين يساهم في الأداء الصحيح لمهارات الملاكمة، وهناك العديد من الطرائق التقليدية لتعلم وضع القدمين في مهارة وقفة الإستعداد أولها من وضع الوقوف بحيث تكون القدمين متلاصقتين ثم نقوم بنقل رجل اليسار بمقدار قدم واحدة إلى الامام جانب اليسار، بحيث تكون المسافة بين القدمين مساوية لسعة الحوض⁽¹⁾.

(1) موسى جواد كاظم: تأثير وضع الذراعين امام الصدر في تعليم واداء اللكمة المستقيمة للمبتدئين بالملاكمة ، مجلة التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، المجلد الحادي عشر ، العدد الثالث ، 2002، ص35 .

شروط مهارة وقفة الإستعداد⁽¹⁾ :

هنالك أربعة شروط أساسية لمهارة وقفة الإستعداد:

- **التغطية** : من شروط مهارة وقفة الإستعداد ينبغي أن تكون ذو تغطية جيدة مع تجنب كشف المناطق المسموح بها قانونيا باللكم مفتوحة أمام المنافس، وذلك من خلال الوضع الصحيح للذراعين وللرجلين.
- **سهولة الحركة**: لضمان سهولة حركة المتعلم في هجوم و دفاعه ينبغي أن تكون الفتحة مناسبة وتمائل سعة حوضه بالإضافة إلى تشكيله لقاعدة إرتكاز جيدة.
- **الاتزان**: يضمن لنا الإتزان الصحيح التحكم والتصرف بمركز ثقل جسم المتعلم في توجيهه للكلمات.
- **الاسترخاء**: يضمن لنا الاسترخاء الإبتعاد عن الشد العضلي الزائد كون الأخير يفقد المتعلم قوته وسرعته فضلا عن الشعور بالتعب مبكرا.

ثانيا: حركات القدمين :

تعد من اهم المهارات التي يجب الاهتمام بها والتركيز عليها لاسيما بعد اتقان وقفة الاستعداد من الثبات ،وكلما كانت حركات القدمين جيدة فإنها تعطي للمتعلم الثقة بالنفس وتجعله متمكنا من الاداء والسيطرة على الموقف فيها فيهاجم برشاقة وسرعة ويتراجع الى اي جانب لأسباب دفاعية وبحسب حالة النزال⁽²⁾.

اما في حال تنقل الملائم داخل الحلبة اثناء النزال فيجب ان يكون الرياضي بوضع الارتخاء فتكون كل عضلات الجسم مرتخية وغير مشدودة متبها الى حركات المنافس فيجب ان تكون القدمين في مسافة متقاربة مناسبة وان يوزع ثقل الجسم على كلتا الرجلين ، لتسهيل حركة الملائم في المناورة والزوغان من الخصم ولهذا على الملائم ان يكون متأهب وفي وضع الاستعداد على مدار النزال .

وهناك ثلاثة أساليب لحركة المتعلم على الحلبة⁽³⁾ :

أولا : أسلوب الزحف.

ثانيا : أسلوب الحركة.

ثالثا : أسلوب الزحف والحركة.

(عبد الفتاح فتحي خضر: المرجع في الملاكمة ، الاسكندرية، منشاء المعارف ، 1996 ، ص123 .1)

(محمود عبدالله احمد واخرون: تعليم وتدريب الملاكمة، بغداد، طبع بمطابع التعليم العالي ، ، 1990 ، ص 31 . 2)

3(محمد جسام عرب وموسى جواد: كراس دورة الحكام والمدربين التأهيلية، بغداد، الاتحاد العراقي للملاكمة، 2004، ص32.

أهم الأخطاء الشائعة في مهارة حركات القدمين⁽¹⁾:

أولاً: التحرك بالوثب الخفيف.

ثانياً: مبالغة المتعلم في توسيع أرضية الخطوة بالقدم المتحركة.

ثالثاً: انثناء في مفصل الركبة أكثر من المطلوب.

رابعاً: تشنج وتصلب في العضلات العاملة عند أداء المتعلم للحركات.

ثالثاً: اللكمات :

وهي الوسيلة التي يظهر بها المتعلم قدراته الفنية اثناء التسديد مستعملاً في ذلك القبضة الصحيحة لتحقيق وتطبيق الاساليب الخطئية بغرض التفوق على المنافس⁽²⁾.

"وتستعمل اللكمات لتحقيق غاية وتنفيذ طرائق واساليب الهجوم والدفاع والتمويه وفتح الثغرات وايقاف هجوم ولذا يجب الاهتمام بدقة وسرعة الاداء والاحتفاظ بتوازن الجسم باستمرار واتخاذ احتياطات الامان اللازمة لتلاقي لكمات المنافس واستغلال الذراع الاخرى في تغطية الهدف المكشوف⁽³⁾.

فالهدف الاساسي من اللكمات هوه اصابة المنافس اثناء الجولات وتسجيل نقاط اكثر من خلال الاساليب الخطئية لغرض التفوق في النزال .

واللكمات هي المهارات التي تميز اداء المتعلم وتستعمل بهدف تحقيق التفوق على المنافسين من خلال تنفيذ الطرائق والاساليب الخطئية المختلفة فالمتعلم يستخدم اللكمات (المستقيمة ، الجانبية ، القلع) على هيئة⁽⁴⁾:

- لكمات هجومية .

- لكمات مضادة وتقسم الى (لكمات مقابلة ، لكمات جوابية)

وتعد اللكمات المستقيمة من أبرز وأهم اللكمات في لعبة الملاكمة، وهي من المهارات الأساسية في درس الملاكمة التي تناولتها الدراسة الحالية وكالاتي:

(1) محمد جسام عرب (واخرون): الملاكمة تعليم، تدريب، تحكيم، ط1، النجف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2012، ص51.

(2) محمد جسام عرب (واخرون): المصدر السابق نفسه ، ص52.

3 () محمد عبد الله واخرون : مصدر سبق ذكره ، 1990 ص121 .

(4) موسى جواد كاظم : تأثير برمجة المهارات وتعميمها في الية الاداء المهاري ولخططي للناشئين بالملاكمة ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية ، 2005 ، ص 38.

– اللكمة المستقيمة :

هي نظام حركي مركب يتحدد في تركيبية واحدة ومن اهم هذه التركيبات هوه تقدم حركة القبضة، ولكون اللكمة المستقيمة أسهل أنواع اللكمات أداء وأكثرها استخدام فإنها تعطى كأول مهارة لكمية عند تعلم مهارات الملاكمة⁽¹⁾.

فقد عرفها (محمد عبد الله وآخرون) بأنها " لكمات تضرب أو توجه للأمام بشكل مستقيم على مستوى النظر وتصيب الوجه أو الجسم أو البطن من الأمام وتتميز بدقة الاصابة وبشدتها وسرعة وصولها إلى الهدف إذا أديت بانتقان⁽²⁾.

أما أنواع اللكمات المستقيمة الاساسية فهي كالآتي:

1- اللكمة المستقيمة اليسار⁽³⁾ :



شكل (3)

يوضح اللكمة المستقيمة اليسار

تعد اللكمة المستقيمة اليسارية لكمة تتصف بالسهولة عند الأداء، واللكمة المستقيمة هي أول نوع من أنواع اللكمات التي يتعلمها المتعلم، وتعد من أسهل وأسرع وأدق اللكمات وأكثرها فاعلية في الحصول على النقاط، وتستعمل أساسا في الهجوم للمسافات الطويلة فضلا عن إستعمالها بكثرة في الحركات التمويهيه لخداع المنافس وتشثيت إنتباهه وفتح الثغرات لديه، وهناك نوعان أساسيان من اللكمات المستقيمة اليسار هما كالآتي:

(1) موسى جواد: تأثير منهج تعليمي مقترح للكمة المستقيمة والدفاع عنها للمبتدئين بالملاكمة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2000، ص17.

(محمد عبد الله وآخرون: تعليم وتدريب الملاكمة، الموصل، مطبعة الموصل، 1990، ص114. 2)

(يحيى السيد إسماعيل الحاوي: تعلم وتدريب الملاكمة، 1999، ص74. 3)

أ- اللكمة المستقيمة اليسار الموجهة الى الراس :

تعد من اكثر اللكمات اشتدادا في النزالات نظرا لقربها من المنافس ولانها لكمة سهلة الاداء لاتغير كثيرا من وقفة الاستعداد اذ يقوم المتعلم بدفع ذراعه اليسار على طول إمتداده مع دوران قبضته اليسار قليلا للداخل على أن تكون القبضة وعظمتا الساعد والعضد في خط مستقيم، وفي نفس الوقت ينقل مركز ثقل جسمه على القدم اليسار مع الدوران قليلا لجهة اليسار بحيث يبدو مظهر القبضة للأعلى عند ملامستها رأس المنافس، وتكون الذراع اليمين في وضع الإنثناء حيث أنها تغطي منطقة الوجه والذقن والجذع بواسطة الكف المفتوح وعودة الذراع اليسار إلى وضعها الأول (وقفة الإستعداد) .

ب- اللكمة المستقيمة اليسار للجذع(منطقة الصدر والبطن):

من وضعية الإستعداد يقوم المتعلم بتسديد اللكمة باتجاه جذع المنافس وذراعه ممدودة بكامل الإمتداد بحيث يميل بالجذع قليلا للأمام وتشي بسيط بركبتيه وإيصال اللكمة إلى منطقة الهدف المحددة مع مراعاته للدفاع (رفع الذراع اليمين كحائط صد أمام ذقنه)

أهم المميزات الخاصة باللكمة المستقيمة اليسار⁽¹⁾ :

- سهولة تعلمها وأدائها لهذا فإنها تعطى كأول لكمة للمتعلم.
- تستخدم اللكمة لغرض التمويه والخداع.
- تتصف بسرعتها ودقتها وفعاليتها.
- تتصف بإنها قريبة من المنافس .
- تتصف بإنها كثيرة الإستعمال.
- تستخدم كلكمة تمهيدية.
- تستخدم لجمع أكبر عدد من النقاط لإحراز الفوز.
- تستخدم لتشتيت إنتباه المنافس .
- تستخدم لفتح الثغرات في جسم المنافس.
- تستخدم كلكمة أساسية.

2- اللكمة المستقيمة اليمين⁽²⁾ :

تعد اللكمة المستقيمة اليمينية من اللكمات القوية والمهمة وذات التأثير الفعال على مستوى سير التعلم، ويعود السبب إلى تمييزها بالمدى الحركي الكبير في الميكانيكية الخاصة

(1) بشار عبد الامير شمخي: مقارنة منحنى القوة والزمن كدالة لدقة أداء اللكمة المستقيمة اليمين واهم المتغيرات البايوكينماتيكية للاعبين بعض الفنون القتالية للمتقدمين ،رسالة ماجستير ،جامعة بابل، كلية التربية الرياضية ،3013،ص.

(محمد عبد الله وآخرون: مصدر سبق ذكره ، ص2 .132)

بحركة دوران الجذع، وتتصف اللكمة المستقيمة اليمينية بأنها سريعة ومؤثرة وتؤدي كلكمة أساسية أو كلكمة مضادة لهجوم الملاكم المنافس .

وهناك نوعان أساسيان من اللكمات المستقيمة اليمين:

أ- اللكمة المستقيمة اليمين الموجهة إلى الرأس:

تعد اللكمة المستقيمة اليمينية إلى الرأس من اللكمات القوية التي تتميز بالتأثير الفعال على مستوى سير اللكم لما تتمتع به من مدى حركي كبير، وهذا بدوره ناتج عن حركة اللف بالجذع وربطها بالدفع الكبير، من قبل القدم اليمين، كذلك تعد اللكمة المستقيمة اليمينية إلى الرأس من اللكمات التي تتصف بسهولة التعلم والاداء، يرى الباحث ولتحقيق ذلك لابد من الاخذ بعين الاعتبار مسافة اللكم وكذلك عدم المبالغة بدرجة الميل بحيث تكون مناسبة والطول الذي يتمتع به الملاكم كما ان تحقيق سرعة وسهولة حركة الرجوع وتوزيع ثقل الجذع على القدم الايسر الذي يتطلب الاحتفاظ بتوازن الجسم مع مراعات استرخاء المجموعات العضلية غير المشتركة في الاداء بقصد تحقيق سرعة ودقة وسهولة الاداء.



شكل (4)

يوضح اللكمة المستقيمة اليمين

ب- اللكمة المستقيمة اليمين الموجهة إلى الجذع (منطقة الصدر والبطن):

تعد اللكمة المستقيمة اليمينية إلى الجذع من اللكمات الأكثر استخداما من اللكمة المستقيمة اليمينية إلى الرأس والسبب وراء ذلك يعود إلى إنخفاض وضعها، أي زيادة في ثني الركبتين وميل الجذع للامام واليسار والمحافظة عليها مبداء التغطية والتوازن، وتنفذ اللكمة المستقيمة اليمينية إلى الجذع بعد التمهيد لها بلكمة يسارية، وتعد اللكمة المستقيمة اليمينية

إلى الجذع من اللكمات قوية التأثير والفعالية في الهجوم عند إصابتها لمعدة المنافس، وتعد اللكمة المستقيمة اليمينية إلى الجذع من ضمن اللكمات التي تسبب ضربتها المفاجئة والسريعة إلى سقوط المنافس بالضربة القاضية، فضلا عن استعمالها في الهجوم الأساسي والهجوم المضاد كلكمة مقابلة أو مرتدة بعد أن يتم ربطها بالدفاع المناسب، وتؤدي من وضعية الثبات ومن وضعية الخطوة.

2-2 الدراسات السابقة :

2-2-1 دراسة علي صالح عبد علي 2020⁽¹⁾.

اثر استراتيجية التعليم السريع في تعلم واحتفاظ بعض مسكات الرمي بالمصارعة الرومانية للناشئين.
هدف الدراسة

- 1- اعداد وحدات تعليمية باستراتيجية التعلم السريع في تعلم بعض مسكات الرمي بالمصارعة الرومانية والاحتفاظ بها للناشئين .
- 2- التعرف على اثر تلك الوحدات التعليمية في تعلم بعض مسكات الرمي بالمصارعة الرومانية والاحتفاظ بها للناشئين .

مجتمع وعينة البحث .

استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذوات الاختبار القبلي والبعدي.

وقام الباحث بتطبيق المنهج التعليمي بوحدات التعليمية باستراتيجية التعلم السريع وتنفيذ واداء التمرينات الخاصة بالمنهج المعد على مصارعي اندية محافظة واسط فئة الناشئين

وفي ضوء النتائج التي توصل اليها خرج الباحث باستنتاجات وتوصيات اهمها:

- 1- ان استراتيجية التعلم السريع مان لها الاثر الكبير في تعلم واحتفاظ المسكات الثلاث المدروسة لدى المصارعين في المجموعة التجريبية .
- 2- التنوع في اعطاء المعلومات والمعارف واستعمال الوسائل البصرية والسمعية والفكرية جعلت من المصارعين تربة خصبة لزرع المعلومات وتثبيتها وتكوين برامج حركية مختلفة عن المسكات الثلاثة .

(1) علي صالح عبد علي: اثر استراتيجية التعلم السريع في تعلم بعض مسكات الرمي بالمصارعة الرومانية والاحتفاظ بها

3- اعتماد التسلسل الصحيح في مراحل التعلم السريع سهل على المصارعين تعلم المسكات الثلاثة ورفعت من نسبة الاحتفاظ بها فضلا عن انخفاض مقدار فقدان .

2-2-2 دراسة جاسم حسن غازي⁽¹⁾

اثر التعلم السريع في تعلم ودقة واحتفاظ بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للناشئين.

هدف الدراسة:

الى التعرف على اثر ترمينات التعلم السريع في تعلم واحتفاظ مهارتي الضرب الساحق والدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة للناشئين والتعرف على اثر ترمينات التعلم السريع في دقة اداء مهارتي الضرب الساحق والدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة للناشئين .

وقد استعمل الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين التجريبية والضابطة لملائمة طبيعة مشكلة البحث وتم اختيار العينة من اللاعبين الناشئين للمركز التدريبي للكرة الطائرة في محافظة النجف الاشرف والبالغ عددهم (20) لاعب حيث تم اختيار (14) لاعب بالطريقة العشوائية تم تقسيمهم الى مجموعتين متكافئتين ضابطة بواقع (7) لاعب وتجريبية (7) لاعب وتم اجراء التجربة الاستطلاعية على (6) لاعبين من نصف مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث .

وقد توصل الباحث الى الاستنتاجات الاتية .-

- 1- ان الترمينات الموضوعية وفق اسلوب التعلم السريع ساهمت في زيادة المهارات الاساسية في الكرة الطائرة قيد البحث للاعبين المجموعة التجريبية .
- 2- ان الترمينات الموضوعية بأسلوب التعلم السريع زادت من اندفاع اللاعبين ورغبتهم وميولهم بالتدريب وزيادة عنصر الاثارة والتشويق مما اثر على الاداء العام وساهم في تطوير تعلم المهارات وزيادة الدقة للمهارات المبحوثة .

2-3 مناقشة الدراسات السابقة :

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة لاحظنا الاهتمام بالتقنيات والتعلم السريع لما لها من دور كبير في عملية التعلم.

اما اوجه التشابه والاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة فهي :

- 1- دراسة محمد سعد جبر بالنسبة الى اوجه التشابه فقد استخدم التقنيات التعليمية التي استعملت في الدراسة الحالية، واختلفت معها كونها على لعبة ساحة وميدان واستخدمت المنهج التجريبي ذات المجموعات الثلاثة .

(1) جاسم حسن غازي : مصدر سبق ذكره ، ص66.

2- دراسة جاسم حسن تشابهت باستعمال التعلم السريع والمنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين واختلفت معها كونها على لعبة الكرة الطائرة. وبهذا تمت الدراسة الحالية بإضافة محاولة علمية جديدة من خلال استخدام تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي وتعلم مهارة اللكمة المستقيمة بالملاكمة للطلاب.

الفصل الثالث

3- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

3- 1- منهج البحث

3- 2- مجتمع البحث وعينته

3- 2- 1- تجانس وتكافؤ المجموعات

3- 2- 1- 1- تجانس العينة

3- 2- 1- 2- تكافؤ المجموعات

3- 3- الوسائل والاجهزة والادوات المستعملة في البحث

3- 3- 1- وسائل جمع المعلومات

3- 3- 2- الأدوات والأجهزة المساعدة

3- 4- اجراءات البحث الميدانية

3- 4- 1- إجراءات مقياس التفكير الايجابي

3- 4- 1- 1- تحديد الهدف من الاختبار

3- 4- 1- 2- تحديد الاطار النظري للظاهرة المقاسة

3- 4- 1- 3- تحديد مجالات المقياس

3- 4- 1- 4- وضع الصيغة الأولية لمقياس التفكير الايجابي

3- 4- 1- 5- تعليمات المقياس

3- 4- 1- 6- استطلاع المقياس

3- 4- 1- 7- تطبيق المقياس على أفراد عينة البناء

3- 4- 1- 8- تصحيح المقياس

3- 4- 1- 9- التحليل الإحصائي لل فقرات

3- 4- 1- 10- أسلوب المجموعتان الطرفيتان

3- 4- 1- 11- معامل الاتساق الداخلي

3- 4- 1- 12- الخصائص السايكومترية للمقياس

3- 4- 2- تحديد المهارات

3- 4- 3- تحديد الاختبارات

- 3- 4- 3- 1 تحديد اختبار مهارة اللمة المستقيمة بالملاكمة
- 3- 4- 4- 4 توصيف الاختبارات
- 3- 4- 5- 3 التجربة الاستطلاعية
- 3- 4- 6- 3 الأسس العلمية للاختبارات
- 3- 4- 6- 1 صدق الاختبار
- 3- 4- 6- 2 ثبات الاختبار
- 3- 4- 6- 3 موضوعية الاختبار
- 3- 4- 7- 3 الاختبار القبلي
- 3- 4- 8- 3 التجربة الرئيسية
- 3- 4- 9- 3 الاختبار البعدي
- 3- 5- 3 الوسائل الإحصائية

3- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث

انتهج الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة) ذات الاختبارين القبلي والبعدي ، الملائم لطبيعة المشكلة وتحقيق اهداف الدراسة .

| الإجراءات | | | المجموعات |
|--|----------------------------------|--|--------------------|
| الاختبار البعدي | المتغير المستقل | الاختبار القبلي | |
| اختبار مقياس التفكير الايجابي + اختبار الأداء الفني والدقة للكلمة المستقيمة اليسار واليمين | تقنيات التعلم السريع | اختبار مقياس التفكير الايجابي + اختبار الأداء الفني والدقة للكلمة المستقيمة اليسار واليمين | المجموعة التجريبية |
| اختبار مقياس التفكير الايجابي + اختبار الأداء الفني والدقة للكلمة المستقيمة اليسار واليمين | المنهج المتبع من قبل مدرس المادة | اختبار مقياس التفكير الايجابي + اختبار الأداء الفني والدقة للكلمة المستقيمة اليسار واليمين | المجموعة الضابطة |

شكل (5)

يوضح التصميم التجريبي للبحث

3-2 مجتمع البحث وعينته:

اشتمل مجتمع البحث على طلاب المرحلة الثانية (الدراسة الصباحية) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء للعام الدراسي (2023- 2024)، والبالغ عددهم (105) طالب ، وتم اختيار (65) طالب لعينة البحث لبناء مقياس التفكير الإيجابي واختيار العينة الأساسية للبحث بواقع (30) طالب مقسمين الى مجموعتين تتضمن كل مجموعة (15) طالب حيث مثل طلاب شعبة (C) (15) طالب المجموعة التجريبية، ومثل طلاب شعبة (D) المجموعة الضابطة وتم اختيار (10) طالب، للتجربة الاستطلاعية وكما مبين في الجدول (1).

جدول (1)

يوضح عدد افراد العينة حسب المجموعتين وعدد افراد المجتمع والنسبة المئوية للعينة.

| عينة اساسية | | عينة البناء | العينة الاستطلاعية | المجتمع | ت |
|-------------|---------|-------------|--------------------|---------|--------|
| ضابطة | تجريبية | 65 | 10 | 105 | -1 |
| 15 | 15 | | | | |
| %15 | %15 | %65 | %10 | %100 | النسبة |

3-2-1 تكافؤ المجموعتين

للتأكد من افراد العينة هم تحت خط شروع واحد ولغرض البدء في التنفيذ للوحدات التعليمية المعدة من قبل الباحث ، كان لابد من اجراء عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية ، الضابطة) في (مقياس التفكير الايجابي ، اختيار الكيس المرقم ، اختيار وسادة الحائط) تم ايجاد التكافؤ بين المجموعتين باستخدام قانون (T) للعينات المستقلة ، جدول (2) يبين ذلك .

جدول (2).

يبين تكافؤ مجموعتي البحث بالاختبارات والقياسات للمتغيرات قيد الدراسة

| نوع الدلالة | مستوى المعنوية | T قيمة المحسوبة | ع | س | المجموعة | المتغيرات |
|-------------|----------------|-----------------|-------|--------|-----------|---|
| غير معنوي | 0.325 | 1.002 | 4.780 | 62.000 | الضابطة | التفكير الايجابي |
| | | | 6.071 | 60.000 | التجريبية | |
| غير معنوي | 0.428 | 0.811 | 0.334 | 2.767 | الضابطة | دقة أداء للكلمة المستقيمة اليسار |
| | | | 0.446 | 2.910 | التجريبية | |
| غير معنوي | 0.450 | 0.771 | 0.423 | 2.944 | الضابطة | دقة أداء للكلمة المستقيمة اليسار |
| | | | 0.263 | 3.066 | التجريبية | |
| غير معنوي | 0.417 | 0.831 | 0.409 | 2.932 | الضابطة | الأداء الفني للكلمة المستقيمة اليسار |
| | | | 0.372 | 3.078 | التجريبية | |
| غير معنوي | 0.556 | 0.600 | 0.410 | 3.144 | الضابطة | الأداء الفني للكلمة المستقيمة اليمين |
| | | | 0.333 | 3.244 | التجريبية | |

أظهرت النتائج في جدول (2) ان جميع قيم مستوى الدلالة للمتغيرات قيد الدراسة هي اقل من مستوى الدراسة المعتمدة (0,05) وهذا يؤكد تكافؤ المجموعتين في المتغيرات المبحوثة .

3-3 الوسائل والاجهزة والادوات المستعملة في البحث.

قام الباحث باستعمال الأدوات والاجهزة والوسائل البحثية التي تساعده في جمع البيانات الخاصة بمشكلة واهداف البحث وهي كالاتي :

3-3-1 وسائل جمع المعلومات

- 1- المصادر والمراجع العربية والأجنبية
- 2- الاستبانة
- 3- الاختبارات
- 4- الملاحظة

3-3-2 الأدوات والأجهزة المساعدة

1. استمارات تسجيل نتائج الاختبارات (**)
2. استمارة التسجيل وتفرغ البيانات
3. حلبة ملاكمة نظامية
4. قفازات ملاكمة عدد(20) نوع صيني المنشاء .
5. اكياس لكم مرقمة عدد / 6 صيني المنشاء .
6. وسائد الحائط عدد/6 صيني المنشاء .
7. وسائد يدوية عدد /6 صيني المنشاء .
8. وافي راسي عدد (6) صيني المنشاء .
9. شريط قياس سنتمتري بطول (3)سم صيني المنشاء
10. صفارة عدد /2 صيني المنشاء .
11. حاسبة يدوية نوع (casio) امريكي المنشاء .
12. كامرة تصوير فديوية نوع (sony) ياباني .
13. اقراص (CD) عدد/15.
14. جهاز Dg
15. جهاز LED

3-4 إجراءات البحث الميدانية.

3-4-1 إجراءات قياس التفكير الايجابي :

لغرض قياس متغير التفكير الايجابي لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كربلاء تطلب ذلك من الباحث القيام ببناء مقياس التفكير الايجابي وفق مراحل وخطوات وهي كالآتي:

3-4-1-1 تحديد الهدف من المقياس.

ان الهدف من بناء مقياس التفكير الايجابي هو التعرف على التفكير الايجابي لطلاب المرحلة الثانية الدراسة (الصباحية) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء للعام الدراسي 2023-2024 .

3-4-1-2 تحديد الاطار النظري للظاهرة المقاسة.

بغية تحديد الاطار النظري للظاهرة المقاسة قام الباحث بمسح المراجع والمصادر العلمية والاطلاع على النظريات التي فسرت الأفراد الذين لديهم تفكير ايجابي ووجد أن هناك العديد من النظريات التي فسرت التفكير الايجابي وهي:

- اولاً: نظرية العجز المتعلم (سيلجمان).

-ثانياً : نظرية القيادة الذاتية للتفكير (نيك ومانز).

اعتمد الباحث نظرية القيادة الذاتية للتفكير (نيك ومانز):

لقد فسّر نيك ومانز (Neck&Manze)) التفكير الايجابي من خلال نظريتهما المعرفية (القيادة الذاتية للتفكير) والتي عبرا من خلالها على العملية التي يمارس الفرد من خلالها التأثير الذاتي (الادارة الذاتية) على سلوكه وادائه وتفكيره ومن خلال سيطرته المفترضة على مجموعة من الافكار والقناعات على النجاح وتتضمن هذه النظرية تحديداً للاستراتيجيات المعرفية التي تساعد في ادارة الأنشطة العقلية الارادية المؤدية الى التفكير الماهر وتنظيمها، و اكدت هذه النظرية على وجود علاقة مباشرة بين التحدث الذاتي والتصوير العقلي والاداء ومعتقدات الفرد وحالته الوجدانية والتخطيطات النفسية وانماط التفكير، وتوصلا من خلالها الى ان الحالة الانفعالية تقود الافراد الى انماط محددة من التفكير، فهناك اختلاف بين الافراد من حيث ميلهم الى ربط كل من اساليب التفكير بسلسلة من الافكار السلبية او الايجابية⁽¹⁾.

(1) Neck .Managerial Psychology Self-Leadership, Journal Chris To Pher, 2006, p303.

3-1-4-3 تحديد مجالات المقياس :

لغرض تحديد مجالات مقياس التفكير الايجابي لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة قام الباحث بمسح المراجع والمصادر العلمية والدراسات السابقة التي تناولت التفكير الايجابي والاطلاع على النظريات التي فسرت الفرد الذي لديه تفكير ايجابي حيث تم تحديد (11) مجال للمقياس* وتم عرضها على السادة الخبراء** في تخصص علم النفس ، والمقياس والتقويم ، والتعلم الحركي ، وطرائق التدريس من اجل التعرف على مدى صلاحية تلك المجالات .

حيث قام الباحث في تحديد أهمية كل مجال واستخراج قيمة الأهمية النسبية من خلال جمع نصف القيمة القصوى لاتفاق الخبراء مع نصف القيمة للمدى (الأهمية) الموجودة ضمن الاستمارة ، أما قيمة الأهمية النسبية فهي قسمة الأهمية على القيمة القصوى للاتفاق مضروبة في مئة⁽¹⁾.

أما قيمة الأهمية النسبية فهي قسمة الأهمية على القيمة القصوى للاتفاق مضروبة في مئة، ويمكن توضيح ذلك بما يأتي :

$$\text{القيمة القصوى للاتفاق} = \text{عدد الخبراء} \times \text{مدى الأهمية} = 10 \times 13 = 130$$

$$\text{نصف القيمة القصوى للاتفاق} = 2/130 = 65 = \text{نصف مدى الأهمية} = 2/10 = 5$$

$$\text{قيمة الأهمية} = \text{نصف المدى} + \text{نصف القيمة القصوى} = 5 + 65 = 70$$

$$\text{قيمة الأهمية النسبية} = 100 \times 130/70 = 53.8\%$$

وبعد ان تم جمع الاستمارات وتفرغ البيانات ومعالجتها تم استبعاد المجالات التي حصلت على اقل من (70) من الأهمية ، أو أقل من (53.8%) من الأهمية النسبية من خلال اخذ أراء (13) خبيراً ومتخصصاً كما موضح في الجدول (3).

* ينظر ملحق (3)

** ينظر ملحق (4)

(1) حسن علي حسين: تقويم دافعية الانجاز الرياضي وفقا لنمط الشخصية (B,A) ونسبة مساهمتها بالقدرات الحركية والمهارية للاعبين كرة القدم الشباب ، اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2011 ، ص 95 .

جدول (3).

يوضح درجة الأهمية والأهمية النسبية لمجالات مقياس التفكير الايجابي باتفاق آراء (13) من الخبراء والمختصين.

| ت | المجالات | درجة الأهمية | الأهمية النسبية % | قبول الترشيح | |
|----|---------------------------------------|--------------|-------------------|--------------|-----|
| | | | | نعم | كلا |
| 1 | الايمان بالله وبالقيم العليا | 105 | %80 | √ | |
| 2 | يسعى لمساعدة الاخرين | 45 | %35 | | √ |
| 3 | القيم العليا | 60 | %46 | | √ |
| 4 | الرؤية الواضحة والتفاؤل والحماس | 100 | %77 | √ | |
| 5 | التركيز على الحل عند مواجهة الصعوبات | 120 | %92 | √ | |
| 6 | القدرة على مواجهة الصعوبات | 40 | %31 | | √ |
| 7 | التفاؤل | 65 | %50 | | √ |
| 8 | الافادة من التحديات والصعوبات السابقة | 110 | %85 | √ | |
| 9 | الحماس | 55 | %42 | | √ |
| 10 | الهدوء | 65 | %50 | | √ |
| 11 | الصبر | 50 | %38 | | √ |

3-4-1-4 وضع الصيغة الأولية لمقياس التفكير الايجابي :

كل مقياس يتكون من عدد من الفقرات ونعرف بان الفقرة على أنها "عمل أو واجب أو سؤال مفرد لا يمكن تحليله أو تجزئته إلى وحدات اصغر أو أبسط ، وتعد الفقرة وحدة المقياس الأساسية"⁽¹⁾ .

بعد تحديد خطوات تحديد مجالات المقياس، أصبح من الضروري أن يقوم الباحث بإعداد فقرات مقياسه وتجميعه. حيث تعد عملية إعداد فقرات المقياس من أهم الخطوات،

(1) صباح حسين العجيلي (وآخرون): مبادئ القياس والتقويم التربوي، بغداد، مكتب احمد الدباغ للطباعة والاستنساخ، 2001، ص47.

فضلا عن ضرورة توافر شروط معينة لدى مصمم المقياس، وهي التمكن من المادة العلمية المتخصصة والمتعلقة بالموضوعات المراد قياسها، فضلاً عن معرفة الطرائق المختلفة بكتابة المفردات حتى يستطيع أن يختار منها ما يناسب هدف الاختبار، والطلاقة اللغوية وسهولة التعبير بلغة بسيطة، وأن تكون له القدرة على تطوير وابتكار المواقف التي يتمكن من خلالها قياس القدرة أو السمة المراد قياسها⁽¹⁾.

ان إعداد فقرات المقياس في وقت مبكر يمنح المصمم الفرصة الكافية لمراجعتها وتعديلها إذا لزم الأمر، حيث انه من الافضل القيام بإعداد عدد اكبر مما يلزم من الفقرات، ليتبقى منها عدد كافٍ يغطي ما هو مطلوب فيما لو جرى حذف لبعضها أو استبعاده لسبب آخر.

ومن أجل جمع وإعداد وصياغة عدد مناسب من الفقرات المعنية بمقياس التفكير الايجابي لدى طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء اتجه الباحث إلى صياغة (36) فقرة معنية بقياس مجالات التفكير الايجابي* بواقع (9) فقرة لكل مجال من مجالات مقياس التفكير الايجابي وهي (الايمان بالله وبالقيم العليا، الرؤية الواضحة والتفائل والحماس، التركيز على الحل عند مواجهة التحديات والصعوبات، الإفادة من التحديات والصعوبات).

بعدها تم عرض هذه الفقرات على نفس السادة الخبراء والمختصين، في مجال علم النفس الرياضي والقياس والتقويم والتعلم الحركي لتقويمها والحكم على صلاحية كل فقرة في قياس ما وضعت من اجل قياسه، مع ذكر الملاحظات اللازمة إذا تطلب الأمر فضلاً عن توضيح الرأي حول صلاحية بدائل الإجابة (الثلاثية)، (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي احياناً، لا تنطبق علي ابداء)، التي اقترحها الباحث وبعد جمع الاستمارات وتقريغ البيانات وتحليل آراء الخبراء والمختصين، تم حذف وتغيير قسم من الفقرات، أما لتكرارها في المعنى مع فقرات أخرى، أو انها لا تصلح لقياس ما وضعت من أجله، وتعديل القسم الآخر، على ان تكون بدائل الإجابة هي نفسها.

وعلى ضوء ذلك تم أخذ بآراء الخبراء والمختصين حول اعتماد بدائل الإجابة الثلاثية الخاصة بمقياس التفكير الايجابي تم تعديل قسم من الفقرات وحذف القسم الآخر، ومن خلال استخدام اختبار (كا2) حول صلاحية الفقرات والإبقاء على الفقرات التي حصلت على

1) ممدوح عبد المنعم الكناني وعيسى عبد الله جابر : القياس والتقويم النفسي والتربوي، بيروت، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع،

1995، ص140.

*ينظر ملحق (5)

نسبة اتفاق (80%) ، من الخبراء فأكثر والذي تكون فيه قيمة (كا2) ، المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية البالغة (3.84)، عند مستوى دلالة (0.05)، ودرجة حرية (1)، إذ استبقت (32) فقرة وحذف (4) فقرات، معنية بقياس مجالات التفكير الايجابي لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء وكما مبين في جدول (4) .

جدول (4).

يبين آراء الخبراء والمختصين حول صلاحية فقرات مجالات مقياس التفكير الايجابي.

| الدلالة الإحصائية | قيمة كا ² | | عدد الخبراء | | | | عدد الفقرات | تسلسل الفقرات | المجالات |
|-------------------|----------------------|----------|----------------|---------------|----------------|-----------|-------------|---------------------|--|
| | الجدولية | المحسوبة | النسبة المئوية | غير الموافقين | النسبة المئوية | الموافقون | | | |
| معنوية | | 15 | 0 | 0 | %100 | 15 | 9 | -3_2_1 9-7_6_5_4 | الايمان بالله وبالقيم العليا |
| غير معنوي | | 3.26 | %27 | 4 | %73 | 11 | 1 | 8 | |
| معنوي | | 15 | 0 | 0 | %100 | 15 | 9 | 7_6_4_3_2_1 9_8_ | الرؤية الواضحة والتفاؤل والحماس |
| غير معنوي | | 3.26 | %27 | 4 | %73 | 11 | 1 | 5 | |
| معنوي | | 15 | 0 | 0 | %100 | 15 | 9 | 7_6_4_3_2_1 9_8_ | التركيز على الحل عند مواجهة التحديات والصعوبات |
| غير معنوي | | 3.26 | %27 | 4 | %73 | 11 | 1 | 5 | |
| معنوي | | 15 | 0 | 0 | %100 | 15 | 9 | 6_5_4_3_2_1 9_8_ | الإفادة من التحديات والصعوبات السابقة |
| غير معنوي | | 3.26 | %27 | 4 | %73 | 11 | 1 | 7 | |

3-4-1-5 تعليمات المقياس :

من أجل ان تكتمل الصيغة الأولية لمقياس التفكير الايجابي لغرض تطبيقه على أفراد عينة البناء من طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء، قام الباحث بوضع عدة تعليمات للمقياس والتي تعد الدليل للطلاب المستجيب على فقرات المقياس وهي كالآتي :

- 1- عدم ذكر الاسم
 - 2- عدم ترك أي فقرة بدون إجابة.
 - 3- ضرورة الإجابة بصراحة وبدقة.
 - 4- ضرورة عدم الاستعانة بزميل آخر للإجابة.
 - 5- وضع علامة (√) في الحقل الذي ينطبق عليك وأمام كل فقرة.
- وقام الباحث بإخفاء الغرض الحقيقي من المقياس إذ لم يذكر اسم المقياس كما تضمنت التعليمات مثلاً عن كيفية الإجابة عن الفقرات، تعليمات مقياس التفكير الايجابي بفقراته (32). إذ كتب بصورة مجتمعة بدون ذكر المجال الذي تنتمي إليه الفقرة.

3-4-1-6 استطلاع المقياس :

لغرض معرفة وضوح التعليمات والفقرات وبدائل الإجابة من قبل الطلاب، اضافة الى تحديد الوقت اللازم للإجابة على فقرات المقياس، والتعرف على الصعوبات والمعوقات التي قد تواجه الباحث عند تطبيق المقياس على الطلاب وتلافيها، أستطلع المقياس من قبل الباحث على عينة مكونة من (10) طلاب تم اختيارهم عشوائياً من افراد المجتمع يوم الاربعاء الموافق 2023/9/27.

وقد تبين ان التعليمات كانت واضحة وان الوقت المستغرق للإجابة على فقرات المقياس كان ما بين (10 - 15) دقيقة وان بدائل الاجابة (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي احياناً ، لا تنطبق علي ابدا) هي وبذلك أصبح المقياس جاهزا للتطبيق على طلاب عينة البناء* .

3-4-1-7 تطبيق مقياس التفكير الايجابي على عينة البناء :

لغرض استكمال إجراءات بناء مقياس التفكير الايجابي المكون من (4) مجالات و(32) فقرة قام الباحث بتطبيقه على أفراد عينة البناء والبالغ عددهم (70) طالب بتاريخ 2023/10/4 بعدها اتجه الباحث إلى تفريغ الاستمارات وتحليلها إحصائياً والكشف عن كفاءة كل فقرة من فقرات المقياس.

3-4-1-8 تصحيح المقياس :

ان مقياس التفكير الايجابي صيغت فقراته بالاتجاه الايجابي ولمعرفة طبيعة إجابة العينة على مقياس التفكير الايجابي تم استخدام مفتاح التصحيح وبثلاثة بدائل وقد أعطيت أوزان تراوحت بين (1-2-3) بحسب تسلسل الإجابة بالنسبة للفقرات الايجابية علما ان الدرجة الكلية للمقياس 96 والذي يعني "الأداة التي يكشف بها الفاحص، عن الإجابات التي تدل على وجود النتيجة التي تقاس"⁽¹⁾.

3-4-1-9 التحليل الإحصائي للفقرات :

تعتمد جودة المقاييس على الفقرات التي تتألف منها فمن الضروري إن نحل كل فقرة والكشف عن كفاءتها وان تستبقى الفقرات التي تلاءم الأسس المنطقية التي بنيت من اجل⁽²⁾، حيث هناك عدة أساليب لتحليل فقرات المقياس منها المجموعتين الطرفيتين لاستخدام معامل تميز الفقرة وهو "قدرة الفقرة على تمييز الفروق الفردية بين المختبرين"⁽³⁾ "ومعامل الاتساق الداخلي الذي يقدم لنا الدليل على تجانس الفقرات من خلال دراسة علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه الفقرة وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس"⁽⁴⁾.

3-4-1-10 أسلوب المجموعتان الطرفيتان :

لغرض استخراج القدرة التمييزية لفقرات مقياس التفكير الايجابي، هنالك عدة خطوات لا بد من إتباعها من قبل الباحث، وهي :

1- ترتيب الدرجات التي حصل عليها الطلاب في كل فقرة ترتيباً تنازلياً من أعلى درجة إلى اقل درجة .

2- استخراج قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المجموعتين العليا والدنيا من الطلاب .

3- تأخذ نسبة (27%) من أعلى وأسفل الترتيب للدرجات لتكوين المجموعتين العليا والدنيا والمقدرة بـ(18) طالب من المجموعتين العليا والدنيا وبعد إتباع خطوات استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد لاختبار الفروق بين وسطي المجموعتين الطرفيتين لكل

1) (عمر سعيد الخيكاني : بناء مقياس للعدوانية على الرياضيين وتقنيته على لاعبي كرة القدم وتحديد مستويات والمقارنة به حسب مركز اللعب ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2002 ، ص54.

2) (إخلاص عبد الحميد ومصطفى حسين باهي : طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية ، ط2 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2000 ، ص219.

3) (حمد محمد الزغيبي : علم النفس للفروق الفردية وتطبيقاته التربوية ، ط1 ، دمشق ، دار الفكر ، 2007 ، ص190.

4) (صلاح الدين محمود علام : الاختبارات والمقاييس التربوية والنفسية ، ط1 ، عمان ، دار الفكر ناشرون موزعون ، 2006 ،

فقرة على حدة إذ تمثل قيمة (T) المحسوبة القوة التمييزية للفقرة بين أفراد المجموعتين وهكذا جاءت نتائج التحليل إن جميع فقرات مقياس التفكير الايجابي لها قوة تمييزية دالة بين الطلاب، من خلال مقارنة قيمة (T) المحسوبة مع قيمتها الجدولية البالغة (2,032) تحت مستوى دلالة (0.05) وعند درجة حرية (34) وكما في الجدول (5).

جدول (5).

يوضح قيم القدرة التمييزية لفقرات مقياس التفكير الايجابي

| قوة الفقرة التمييزية | قيمة (t) المحسوبة | المجموعة الدنيا | | المجموعة العليا | | تسلسل الفقرة بالمقياس |
|----------------------|------------------------|-----------------|------|-----------------|------|--------------------------|
| | | ع | س- | ع | س- | |
| مميزة | 14.52 | 0.38 | 1.82 | .000 | 3.00 | 1 |
| مميزة | 14.52 | 0.38 | 1.82 | .000 | 3.00 | 2 |
| مميزة | 24.00 | 0.20 | 1.95 | .000 | 3.00 | 3 |
| مميزة | 24.00 | .20 | 1.95 | .000 | 3.00 | 4 |
| مميزة | 13.78 | .50 | 1.58 | .000 | 3.00 | 5 |
| مميزة | 13.56 | .48 | 1.66 | .000 | 3.00 | 6 |
| مميزة | 13.62 | .49 | 1.62 | .000 | 3.00 | 7 |
| مميزة | 16.95 | .48 | 1.33 | .000 | 3.00 | 8 |
| مميزة | 13.56 | .48 | 1.66 | .000 | 3.00 | 9 |
| مميزة | 13.62 | .49 | 1.62 | .000 | 3.00 | 10 |
| مميزة | 13.84 | .44 | 1.75 | .000 | 3.00 | 11 |
| مميزة | 21.15 | .41 | 1.20 | .000 | 3.00 | 12 |
| مميزة | 13.78 | .50 | 1.58 | .000 | 3.00 | 13 |
| مميزة | 33.25 | .28 | 1.08 | .000 | 3.00 | 14 |
| مميزة | 16.31 | .33 | 1.87 | .000 | 3.00 | 15 |
| مميزة | 25.00 | .20 | 1.95 | .000 | 3.00 | 16 |
| مميزة | 16.95 | .48 | 1.33 | .000 | 3.00 | 17 |
| مميزة | 13.56 | .48 | 1.66 | .000 | 3.00 | 18 |
| مميزة | 6.30 | .55 | 2.29 | .000 | 3.00 | 19 |

| قوة الفقرة التمييزية | قيمة (t) المحسوبة | المجموعة الدنيا | | المجموعة العليا | | تسلسل الفقرة بالمقياس |
|----------------------|------------------------|-----------------|------|-----------------|------|--------------------------|
| | | ع | س- | ع | س- | |
| مميزة | 13.56 | .481 | 1.66 | .00 | 3.00 | 20 |
| مميزة | 13.78 | .503 | 1.58 | .00 | 3.00 | 21 |
| مميزة | 13.56 | .484 | 1.66 | .00 | 3.00 | 22 |
| مميزة | 13.84 | .421 | 1.78 | .00 | 3.00 | 23 |
| مميزة | 9.65 | .387 | 1.82 | .34 | 2.86 | 24 |
| مميزة | 10.87 | .208 | 1.95 | .00 | 3.00 | 25 |
| مميزة | 15.74 | .344 | 1.86 | .00 | 3.00 | 26 |
| مميزة | 18.09 | .288 | 1.91 | .00 | 3.00 | 27 |
| مميزة | 12.94 | .344 | 1.86 | .20 | 2.95 | 28 |
| مميزة | 18.79 | 0.28 | 1.91 | .00 | 3.00 | 29 |
| مميزة | 13.46 | .448 | 1.73 | .00 | 3.00 | 30 |
| مميزة | 24.00 | .208 | 1.95 | .00 | 3.00 | 31 |
| مميزة | 14.26 | .414 | 1.79 | .00 | 3.00 | 32 |

3-4-1-11 معامل الاتساق الداخلي :

استخدم الباحث أسلوب آخر للكشف عن كفاءة فقرات مقياس التفكير الايجابي يختلف عن الأسلوب السابق (المجموعتين الطرفيتين) ويعتمد هذا الأسلوب على إيجاد قيمة معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليها الفقرة إذ قام الباحث باستخراج قيمة معامل ارتباط (بيرسون) ولجميع فقرات مقياس التفكير الايجابي (32) فقرة ونتيجة لهذا الإجراء أظهرت النتائج إن جميع دلالات معامل الارتباط المحسوبة كانت معنوية من خلال مقارنتها بقيمة معامل الارتباط الجدولية عند عينة (65) وتحت مستوى دلالة (0.05) البالغة (0.240) وكما مبين في جدول (6) (7) (8) .

جدول (6).

يوضح قيم معامل الارتباط بين درجة الفقرة ودرجة المجموع الكلي للمجال الذي تنتمي إليه الفقرة لمقياس التفكير الايجابي والدلالة الإحصائية.

| اسم المجال | تسلسل الفقرة بالمجال | معامل الارتباط | الدلالة |
|--|----------------------|----------------|---------|
| الايمان بالله وبالقيم العليا | 1 | .419** | معنوية |
| | 2 | .531** | معنوية |
| | 3 | .440** | معنوية |
| | 4 | .545** | معنوية |
| | 5 | .520** | معنوية |
| | 6 | .527** | معنوية |
| | 7 | .446** | معنوية |
| | 8 | .381 | معنوية |
| الرؤية الواضحة والتفاؤل والحماس | 1 | .451** | معنوية |
| | 2 | .443** | معنوية |
| | 3 | .457** | معنوية |
| | 4 | .493** | معنوية |
| | 5 | .461** | معنوية |
| | 6 | .281° | معنوية |
| | 7 | .429** | معنوية |
| | 8 | .271° | معنوية |
| التركيز على الحل عند مواجهة التحديات والصعوبات | 1 | .554** | معنوية |
| | 2 | .515** | معنوية |
| | 3 | .555** | معنوية |
| | 4 | .475** | معنوية |
| | 5 | .526** | معنوية |
| | 6 | .421** | معنوية |
| | 7 | .658** | معنوية |
| | 8 | .339** | معنوية |
| الإفادة من التحديات والصعوبات السابقة | 1 | .337** | معنوية |
| | 2 | .476** | معنوية |
| | 3 | .582** | معنوية |
| | 4 | .522** | معنوية |
| | 5 | .515** | معنوية |
| | 6 | .476** | معنوية |
| | 7 | .377** | معنوية |
| | 8 | .376** | معنوية |

جدول (7).

يوضح قيمة الارتباط بيرسون بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي.

| الفقرات | قيمة الارتباط | الدلالة المعنوية | الفقرات | قيمة الارتباط | الدلالة المعنوية |
|---------|---------------|------------------|---------|---------------|------------------|
| 1 | .26* | معنوي | 17 | .31** | معنوي |
| 2 | .34** | معنوي | 18 | .34** | معنوي |
| 3 | .26** | معنوي | 19 | .30** | معنوي |
| 4 | .38** | معنوي | 20 | .33** | معنوي |
| 5 | .34** | معنوي | 21 | .42** | معنوي |
| 6 | .29** | معنوي | 22 | .31** | معنوي |
| 7 | .37** | معنوي | 23 | .46** | معنوي |
| 8 | .33** | معنوي | 24 | .28** | معنوي |
| 9 | .31** | معنوي | 25 | .30** | معنوي |
| 10 | .31** | معنوي | 26 | .24* | معنوي |
| 11 | .29** | معنوي | 27 | .30** | معنوي |
| 12 | .26** | معنوي | 28 | .48** | معنوي |
| 13 | .46** | معنوي | 29 | .34** | معنوي |
| 14 | .35** | معنوي | 30 | .24* | معنوي |
| 15 | .33** | معنوي | 31 | .42** | معنوي |
| 16 | .48** | معنوي | 32 | .42** | معنوي |

جدول (8).

يوضح قيمة الارتباط بيرسون بين درجة المجال والدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي .

| ت | المجالات | قيمة الارتباط | الدلالة المعنوية |
|---|--|---------------|------------------|
| 1 | الإيمان بالله وبالقيم العليا | .728** | معنوي |
| 2 | الرؤية الواضحة والتفاؤل والحماس | .699** | معنوي |
| 3 | التركيز على الحل عند مواجهة التحديات والصعوبات | .688** | معنوي |
| 4 | الإفادة من التحديات والصعوبات السابقة | .691** | معنوي |

3-4-1-12 الخصائص السايكومترية للمقياس :

إن الصدق والثبات يعدان من أهم الخصائص السايكومترية في المقياس النفسي ومهما كان الغرض من استخدامه وعليه يجب التحقق من هذه الخصائص والشروط من أجل ضمان جودة صلاحية المقياس المستخدم بالمقياس والتقييم⁽¹⁾.

أولاً : صدق المقياس :

يشير صدق المقياس إلى الصحة والصلاحية إلى إن الاختبار يقيس بالفعل الوظيفة المخصص لقياسها دون إن يقيس وظيفة أخرى إلى جانبها⁽²⁾ وقام الباحث من التحقق من صدق مقياس التفكير الايجابي، لدى طلاب المرحلة الثانية، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة كربلاء من خلال مؤشر صدق المحتوى عندما عرض المقياس بصورته الأولية، على مجموعة من الخبراء والمختصين لإقرار صلاحية فقراته في قياس ما وضعت من اجله ومن خلال التحليل الإحصائي لفقرات المقياس تم التحقق من صدق البناء (التحليل المنطقي)، باستخدام القدرة التمييزية لفقرات المقياس وأسلوب الاتساق الداخلي كما معروض في جدول (6) و (7) و (8) الذي يعدّ من أكثر أنواع الصدق شيوعاً في مجال البحوث التربوية والرياضية، وقد تحقق ذلك من خلال إيجاد قيمة معامل الارتباط بيرسون بين درجة الفقرة بدرجة المجموع الكلي للمجال التي تنتمي إليها الفقرة، وإيجاد قيمة معامل الارتباط بيرسون بين درجة الفقرة بدرجة المجموع الكلي لمقياس التفكير الايجابي، وإيجاد قيمة معامل الارتباط بيرسون بين درجة المجال بدرجة المجموع الكلي للمقياس لاستمارات أفراد عينة البناء الصالحة، والتي أظهرت معنوية جميع معاملات الارتباط وهذا يؤكد مدى انتماء الفقرة للمجال الذي تنتمي إليه وانتماء الفقرة لمقياس التفكير الايجابي، كما قام الباحث في إلى دراسة علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس من خلال استخراج قيمة معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، والكشف عن مدى انتماء المجال للمقياس.

ثانياً : ثبات المقياس :

ان مفهوم الثبات من المفاهيم الأساسية في المقاييس، ويجب ان يتوفر في المقياس لكي يكون صالحاً للاستخدام ويعني "إن الاختبار موثقاً به ويعتمد عليه أو إن درجة الفرد لا تتغير جوهرياً بتكرار أداء الاختبار أو اتساق نتائج الاختبار مع نفسها"⁽³⁾.

(1) صلاح الدين محمود علام : مصدر سبق ذكره ، 2006 ، ص88.

(2) سامي مصطفى وآخرون: القياس والتشخيص في التربية الخاصة ، عمان ، دار يافا العلمية للنشر والتوزيع ، 2006 ، ص11 .

(3) سبع محمد أبو لبده : مبادئ القياس النفسي والتقييم التربوي ، ط1 ، عمان ، دار الفكر العربي ، ناشرون وموزعون ، 2008 ، ص220.

وللتحقق من ثبات مقياس التفكير الايجابي استخدم الباحث طريقة (التجزئة النصفية) . وفي هذه الطريقة يعطي المقياس ككل ثم يقسم عند التصحيح الى قسمين متساويين بحيث يتحقق تساوي كل الأوساط الحسابية والانحرافات في كلا النصفين وعادة يحتوي القسم الأول على الفقرات ذات الأرقام الفردية والقسم الثاني على الفقرات ذات الأرقام الزوجية وتجمع درجات كل قسم على حدة، فيصبح لدينا درجتان لكل طالب⁽¹⁾ وقد اعتمد الباحث طريقة الأرقام الفردية والزوجية وتم تقسيم فقرات المقياس (32) فقرة إلى نصفين ضم النصف الأول الفقرات ذات الأرقام الفردية، وضم النصف الثاني الفقرات ذات الأرقام الزوجية، وبعد التأكد من تجانس النصفين بتطبيق معادلة النسبة الفئوية إذ بلغت قيمة (F) المحسوبة (1.034)، وهي اصغر من قيمتها الجدولية البالغة (1.490)، تحت مستوى دلالة (0.05) مما يؤكد عشوائية الفروق بين نصفي مقياس التفكير الايجابي وإنهما متجانسين بنسبة جيدة بعد ذلك تم حساب معامل ارتباط (بيرسون) بين أنصاف المقياس والتي أظهرت إن قيمة معامل ارتباط نصف المقياس قد بلغت (0.865) وبما إن هذه القيمة تمثل ثبات نصف المقياس لذا سعى الباحث إلى استخدام معادلة (سبيرمان - براون)، للتعديل واستخراج قيمة ثبات المقياس كاملاً والحصول على درجة ثبات مقياس التفكير الايجابي، وقد بلغت (0.927) وعند الاستدلال عن معنوية ثبات المقياس باستخدام اختبار (t) لمعنوية معامل الارتباط المحسوبة وبالبالغة (21.829) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (1.995) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية(63)، مما يؤكد تمتع مقياس التفكير الايجابي لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء بدرجة ثبات عالية وموثوق بها .

3-4-2 تحديد المهارة:

تم تحديد مهارة اللكمة المستقيمة (اليسار واليمين) للراس بالاتفاق مع السيد المشرف والمقرر الدراسي اما فترة اجراء الوحدة التعليمية فتحدد حسب مفردات المقرر الدراسي لطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء للعام الدراسي (2023-2024) في الفصل الدراسي الاول على ضوء مفردات منهج الملائمة لطلاب المرحلة الثانية في الكلية للعام الدراسي (2023-2024) .

1 () تيسير مصلح كوافحة : القياس والتقويم، أساليب القياس والتشخيص في التربية الخاصة ، ط1 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2005 ، ص83.

3-4-3 تحديد الاختبارات:

بعد مراجعة المصادر والمراجع العلمية واستشارة المشرف على البحث تم ترشيح الاختبارات الخاصة لمتغيرات البحث المراد قياسها وكالاتي :

3-4-3-1 تحديد اختبارات مهارة اللكمة المستقيمة بالملاكمة :

قام الباحث بعمل استبيان ملحق (7) وتم عرضه على السادة الخبراء والمختصين في مجال والاختبار والقياس ،والملاكمة، لتحديد الاختبار لقياس اداء مهارة اللكمة المستقيمة قيد البحث وبعد تفريغ البيانات ومعالجتها احصائيا باستخدام اختبار (كأ) تم اختيار اختبار اللكم على الكيس المرقم واختبار وسادة الحائط ،وكما مبين في جدول (9).

جدول (9).

يوضح الاختبارات المقترحة وعدد الخبراء ونسبة اتفاق الخبراء حسب كا2

| الاختبارات المرشحة | الغرض من الاختبار | العدد الكلي للخبراء | عدد الخبراء الموافقون | النسبة المئوية للموافقون | قيمة كا ² المحسوبة | قيمة كا ² الجدولية | الدلالة |
|------------------------------|-----------------------------------|---------------------|-----------------------|--------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-----------|
| 1 اختبار وسادة الحائط | قياس الاداء للكلمات المستقيمة | 13 | 11 | %84.61 | 6.23 | 3.84 | معنوي |
| 2 اختبار الملاكمة مع الزميل | قياس الاداء للكلمات المستقيمة | 13 | 3 | %23.07 | 3.76 | | غير معنوي |
| 3 اختبار اللكم على كيس اللكم | قياس دقة الاداء للكلمات المستقيمة | 13 | 11 | %84.61 | 6.23 | | معنوي |

3-4-4 التجربة الاستطلاعية :

تعد التجربة الاستطلاعية واحدة من الخطوات المهمة لتثبيت متطلبات العمل العلمي الدقيق والصحيح والخالي من الصعوبات والإجراءات غير الاقتصادية في الجهدين المادي

والبشري⁽¹⁾ ، وبناء على ذلك فقد تم اجراء تجربة استطلاعية يوم الاربعاء المصادف 2023/10/5 على طلاب المرحلة الثانية (الدراسة الصباحية) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء للعام الدراسي 2023-2024 في قاعة الملاكمة على مجموعة قوامها (10) طلاب من مجتمع البحث من خارج عينة لبحث الرئيسية واشرف الباحث ومدرس المادة على التجربة وبوجود السيد المشرف وفريق العمل المساعد^(*) وتضمنت هذه التجربة إجراء اختبار مهارة اللكمة المستقيمة والتي تتمثل اختبار لكمة وسادة الحائط واختبار اللكم على الكيس المرقم وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية ما يأتي

- 1- التعرف على مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث.
- 2- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات التي سوف تستعمل في التجربة.
- 3- التعرف على الوقت المستغرق لإجراء الاختبارات .
- 4- تنظيم عمل فريق العمل المساعد والتعرف على مدى امكانيته اثناء اجراء الاختبارات المهارية
- 5- التعرف على المعوقات التي قد تعترض عمل التجربة الميدانية .
- 6- ايجاد ثبات وموضوعية الاختبار

3-4-5 الأسس العلمية للاختبارات :

ان من اهم خصائص الاختبار او القياس الجيد هو توافر اسس الصدق والثبات والموضوعية فيتم ذلك عند استعمال الاختبار مع ملاحظة معامل ادارة وتنظيم الاختبارات والقياس بدقة⁽²⁾ ، و سعى الباحث الى ايجاد الاسس العلمية للاختبارات المختارة وكما يأتي :

3-4-5-1 صدق الاختبار :

يعني صدق الاختبار "ان تكون مهمة الاختبار قياس وتقويم الصفة التي وضع من اجلها الاختبار فعلاً"⁽³⁾ وقد تم تعزيز ذلك بطريقة صدق المحتوى او المضمون من خلال عرض الاختبارات المطلوب استعمالها في تجربة البحث على مجموعة من الخبراء والمختصين لاختيار الاختبار المناسب لكل لكمة من اللكمات المبحوث

1 () عبد الكريم رحيم المرجاني : دراسة بعض المحددات الاساسية كمؤشر للانتقاء اشبال الملاكمة ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، 1998 ، ص30 .

^(*) (ينظر ملحق) .

2 () علي سلوم جواد : الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي ، جامعة القادسية ، مطبعة الطيف ، 2004 ، ص22

3() علي سلوم جواد : مصدر سبق ذكره ، ص27 .

3-4-5-2 ثبات الاختبار :

"ان الاختبار يعد ثابتاً" اذا كان يؤدي الى النتائج نفسها في حالة تكراره خاصة اذا كانت الظروف المحيطة بالاختبار والمختبر متماثلة في الاختبارين⁽¹⁾ ، وعلى هذا الأساس قام الباحث بتطبيق اختبار وسادة الحائط واختبار اللكم على الكيس المرقم على العينة الاستطلاعية بتاريخ (2023/10/11) وتم اعادة الاختبارات بعد مرور سبعة أيام بتاريخ (2023/10/18) وعند معالجتها إحصائياً أثبتت نتائج الارتباط باستعمال قانون الارتباط البسيط (بيرسون) ان الاختبارات تتمتع بدرجات ثبات عالية وكما هو مبين في الجدول(10).

3-4-5-3 موضوعية الاختبار :

"ان الموضوعية هي عدم تأثر النتائج الخاصة بالاختبار بذاتية المصحح او شخصيته وان المفحوص يحصل على درجة معينة عندما يقوم بتصحيح الاختبار اكثر من واحد وعلى هذا الاساس ومن خلال التجربة الاستطلاعية تم تكليف مقومين* لتأشير نتائج الاختبارات ، وبعد تنفيذ هذه الاختبارات جمعت البيانات التي جاء بها كل منهما ثم عولجت احصائياً من خلال استعمال معامل الارتباط البسيط لبيرسون فكانت القيم موجبة واكبر من القيمة الجدولية مما دل على موضوعية الاختبارات ومن خلال قوة العلاقة بين درجات المقومين وكما مبين في الجدول(10).

جدول (10)

يوضح الاسس العلمية للاختبارات

| معامل الموضوعية | معامل الثبات | الأسس العلمية الاختبارات | | ت |
|-----------------|--------------|-----------------------------|---------------------|---|
| 0.94 | 0.96 | اللكمة مستقيمة اليسار | اختبار الأداء الفني | 1 |
| 0.91 | 0.93 | اللكمة مستقيمة اليمين | | |
| 0.97 | 0.99 | اللكمة مستقيمة اليسار | اختبار دقة الاداء | 2 |
| 0.94 | 0.96 | اللكمة مستقيمة اليمين | | |

(1) صالح بن حمد العساف : المدخل الى البحث في العلوم السلوكية ، ط1 ، الرياض ، مكتبة العبيكان ، 1995 ، ص430.

* المقومين :

1 محمد صاحب عباس، مدرب منتخب كربلاء للملاكمة

2 محمد حسين حيدر، حكم اتحادي .

3-4-6 توصيف الاختبارات:

1- اختبار وسادة الحائط (1).

اسم الاختبار : اختبار وسادة الحائط.

الغرض من الاختبار : قياس الاداء الفني للكلمة المستقيمة اليسار واليمين.

الادوات المستعملة:

- وسائد حائط .
- قفازات ملاكمة.
- استمارة تسجيل النتائج.
- مسجل صوتي

وصف الاداء :

يقف المتعلم المختبر في المكان المخصص له امام وسادة الحائط وعند سماع اشارة البدء من المدرس يقوم بأداء ثلاث محاولات في الكلمة المستقيمة اليسار ثم ثلاث محاولات في الكلمة المستقيمة اليمين كما في الشكلين (6) و (7).

. الشروط:

العودة الى وقفة الاستعداد ثم القيام بأداء الكلمة الثانية وهكذا بالنسبة لباقي الكلمات.

.التسجيل

عن طريق ثلاث مقومين يكونون جالسين بجانب المتعلم المختبر اذ يقوم كل مقوم وحده بتقييم كل كلمة من الكلمات ولكل طالب مختبر ومن خلال اعطاء درجة من (1 . 10) في استمارة التقويم وتحسب النقاط على عدد المحاولات الصحيحة من خلال تقسيمها على اجزاء المهارة (3 درجات على مقدمة القفاز المقفل ، 4 درجات على استقامة الذراع ومتابعة ثقل الجسم ، 3 درجات على تغطية الذراع للوجه) بعدها يقوم الباحث بجمع الدرجات الثلاثة واستخراج الوسط الحسابي لكل كلمة .

(1)عباس حسين عبيد : تأثير تدريبات البليومترك والإتقال في بعض الصفات البدنية الخاصة والأداء المهاري للكلمة المستقيمة للمبتدئين بالملاكمة، رسالة ماجستير، جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، 2000 .



شكل (6)

يوضح اللكمة المستقيمة اليسار على وسادة الحائط



شكل (7)

يوضح اللكمة المستقيمة اليمين على وسادة الحائط

2- اختبار اللكم على الكيس المرقم.

. اسم الاختبار:

اختبار اللكم على الكيس المرقم.

▪ الغرض من الاختبار:

قياس دقة الاداء للكمات المستقيمة اليسار واليمين.

. الادوات المستعملة:

- كيس لكم مرقم من (1 . 6) .
- قفازات ملاكمة. عدد (10)
- استمارة تسجيل النتائج.
- مسجل صوتي. عدد (1)
- وصف الاداء :

يقف المتعلم المختبر في المكان المخصص له امام الكيس المرقم وعند سماع صوت التسجيل بالعد بدون ترتيب من (1 . 6) يقوم المتعلم بإصابة الارقام المرسومة على الكيس المرقم عن طريق اللكمة المستقيمة اليسار والتي يسمعها من صوت المسجل ثم يؤدي الاختبار بمستقيمة اليمين على ان تتصف المحاولة باللكم بمقدمة الكف واستقامة الذراع والتغطية الصحيحة بالذراع المعاكس كما في الشكلين (8) و (9).

▪ الشروط :

يسمح لكل طالب متعلم اداء تجربة اولية قبل الاختبار ، صوت المسجل يكون ثابتاً من ناحية التوالي مع تغيير تتابع الارقام بين متعلم واخر حتى لا يحفظها ويتوقعها المتعلم، وتكون معروفة مسبقاً.

▪ التسجيل

عن طريق ثلاث مقومين (*) يكونون جالسين بجانب المتعلم المختبر بمسافة 2 متر اذ يقوم كل مقوم وحده بتسجيل كل لكمة من اللكمات الصحيحة ولكل طالب مختبر ومن خلال اعطاء درجة من (1 . 10) في استمارة التقويم الموجودة امام كل مقوم بعدها يقوم الباحث بجمع الدرجات الثلاثة واستخراج الوسط الحسابي لكل لكمة .

(*)المقومين :



شكل (8)

يوضح اللكمة المستقيمة اليسار على الكيس المرقم



شكل (9).

يوضح اللكمة المستقيمة اليمين على الكيس المرقم

3-4-7 الاختبار القبلي :

بعد تنفيذ وحدتين تعليميتين اوليتين يومي (2023/10/25 و 2023/ 11/ 1)، ولكتا المهارتين (اللكمة مستقيمة اليسار ، اللكمة مستقيمة اليمين)، اذ تضمنتا شرح دلائل اللكمة مستقيمة اليسار واللكمة مستقيمة اليمين بعد الاستعانة ببعض الصور والرسومات الايجابية الخاصة وعرض انموذج أولي لهما وكيفية تقسيم الطلاب وتوزيعهم وانتقالهم ليتسنى لمدرس المادة اخذ فكرة عامة عند تطبيق الوحدات التعليمية ومن ثم تطبيقهما من قبل

المتعلمين .، تم اجراء الاختبارات القبلية المتمثلة بـ (اختبار التفكير الایجابي ، اختبار الاداء الفني ، اختبار دقة الاداء) لعينة البحث المشمولة بالدراسة يوم (2023/11/8) الساعة الحادية عشر صباحاً ، اذ التزم الباحث بموعد محاضرة مادة الملاكمة المحدد في جدول الكلية (يوم الاربعاء) الساعة الثامنة والنصف صباحاً ،

3-4-8 التجربة الرئيسية:

بعد الانتهاء من تنفيذ الاختبارات القبلية قام الباحث باطلاع على المصادر الخاصة بعمله واخذ اراء السيد المشرف على البحث والمقابلات التي اجراها مع المختصين، قام الباحث باعداد وحدات تعليمية وفق تقنيات التعلم السريع ينظر ملحق (8) ، وكما يلي:

- قام الباحث بتطبيق مفردات الوحدات التعليمية على المجموعة التجريبية التي تتكون من (15) طالب في حين تم استعمال الوحدات المتبعة من قبل مدرس المادة مع المجموعة الضابطة التي تتكون من (15) طالب.

- استغرق تطبيق الوحدات التعليمية (8) اسابيع وبواقع وحدة تعليمية اسبوعياً بحيث بلغ عدد الوحدات (8) وحدات ، حيث تم تنفيذ الوحدات التعليمية يوم الاربعاء من كل اسبوع
- تم تطبيق التمرينات الخاصة بتقنيات التعلم السريع ضمن الوحدة التعليمية وبزمن مقداره (90) د.

- تم البدء بتنفيذ مفردات الوحدات التعليمية يوم الاربعاء الموافق 15 / 11 / 2023 .

- كانت اخر وحدة تعليمية يوم الاربعاء الموافق 3 / 1 / 2024.

- اعتمد الباحث وضع التمرينات للمجموعة التجريبية التي اعددها في وحدات تعليمية وطبقت المجموعة الضابطة المنهج والتمرينات المعدة من قبل مدرس المادة . وراعى الباحث مبدأ التنوع والتغيير في اعداد الوحدات التعليمية باستخدام وسائل حديثة ومتنوعة لرفع الروح المعنوية وللتشويق والاثارة ولضمان عدم الشعور بالملل من خلال اعادة وتكرار وتنوع في اماكن وطريقة العمل .

- تم تطبيق مراحل تقنيات التعلم السريع التي ساهمت في رفع المستوى المهارى للطلاب من خلال جذب اهتمام المتعلمين من خلال الشرح والتوضيح وعرض الصور وكانت هذه المرحلة الاولى (المرحلة التحضيرية) وبعدها عرض فيديو وصور المهارة (الكلمة المستقيمة اليسار واليمين) من خلال شاشة واستخدام جهاز Dg الاصوات وهذه المرحلة الثانية وهي (مرحلة العرض) ثم مساعدة المتعلمين لدمج خبراتهم السابقة مع المهارات الجديدة من خلال طرح معلومات عن المهارة بشكل مشوق وهذه هي المرحلة الثالثة (مرحلة التمرين) لينتهي الباحث

بالمرحلة الرابعة (مرحلة التطبيق) من خلال التطبيق لما تعلمه للمهارة وبشكل يتطابق مع البرنامج الحركي الجديد ,ومراعاة مبدأ التكرار والممارسة لضمان ترسيخ البرنامج الحركي الصحيح لتلك المهارة .

- تم التدرج في تعلم هذه المهارة من السهولة الى الصعوبة والتنويع في تطبيقها اذ يتعلم الطالب اللكمة المستقيمة اليسار ثم اليمين، كما راعى الباحث الوزن الحركي للمهارات التي قام بدراستها من خلال تعليم المهارات وفق تسلسل المنهج المختص بالكلية

- اشراك المتعلم جسدا وعقلا ومشاعرا في عملية التعلم من خلال استخدام اسلوب التعاون وتعزيز الثقة بالنفس ضمن بيئة ملائمة ومريحة مما اثر ذلك في خلق شعور بالمتعة والسرور أثناء تطبيق الاداء .

- ان المهارة التي تعطى في الوحدة الاولى تبقى تتكرر الى نهاية الوحدة التعليمية مع التنويع في تطبيقها وتتم باستخدام الوسائل المتوفرة مثل تطبيق المهارة امام المرآة او على وسادة الحائط او وسادة المدرب .

3-4-9 الاختبار البعدي:

بعد اكمال (8) وحدات تعليمية في مدة (8) أسابيع لتعلم اللكمات المستقيمة اليسار واليمين ، اجريت الاختبارات البعدية على مجموعتي البحث وبظروف وشروط الاختبارات القبلية نفسها في يوم (10 / 1 / 2024) الساعة الثامنة والنصف صباحا.

3-5 الوسائل الإحصائية :

استعان الباحث في معالجة نتائجه بالوسائل الاحصائية التي تناسب بحثه وفقا للحقيبة الإحصائية **spss** .

الفصل الرابع

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها .

1-4 عرض نتائج اختبار اللكمة المستقيمة على الكيس المرقم ووسادة الحائط في التفكير الايجابي للاختبار القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لعينة البحث وتحليلها ومناقشتها .

1-1-4 عرض نتائج اختبارات الكيس المرقم ووسادة الحائط في التفكير الايجابي في الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد الدراسة وتحليلها ومناقشتها .

2-1-4 عرض نتائج اختبارات اللكمة المستقيمة على الكيس المرقم ووسادة الحائط في التفكير الايجابي في الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها .

3-1-4 عرض نتائج الاوساط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الاحصائية للاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشتها .

2-4 مناقشة نتائج البحث .

4- عرض وتحليلها ومناقشتها:

4-1 عرض نتائج اختبارات اللكمة المستقيمة على الكيس المرقم ووسادة الحائط في التفكير الايجابي للاختبار القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لعينة البحث وتحليلها ومناقشتها .

4-1-1 عرض نتائج اختبارات اللكمة المستقيمة على الكيس المرقم ووسادة الحائط في التفكير الايجابي في الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها .

حتى يتم تحقيق هدف الدراسة الذي يتضمن تأثير تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي وتعلم مهارة اللكمة المستقيمة للطلاب بالملاكمة لأفراد عينة البحث، ولغرض وصف نتائج افراد العينة قام الباحث بتفريغ الاختبارات ومعالجتها احصائيا وكما في جدول (11).

جدول(11)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومتوسط الفروق والخطأ المعياري للفروق وقيمة t المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الإحصائية للاختبارات القبلية والبعدي لمتغيرات البحث للمجموعة التجريبية.

| المتغيرات | الاختبار | س- | ع | ف- | ع ف- | قيمة T المحسوبة | مستوى المعنوية | نوع الدلالة |
|--|----------|-------|------|-------|------|-----------------|----------------|-------------|
| التفكير الايجابي | القبلي | 62.00 | 6.07 | 15.13 | 1.55 | -9.71 | .0000 | معنوي |
| | البعدي | 75.13 | 7.44 | | | | | |
| اختبار دقة الأداء للكمة المستقيمة اليسار | القبلي | 2.91 | .446 | 4.58 | .220 | 20.80 | .0000 | معنوي |
| | البعدي | 7.49 | .503 | | | | | |
| اختبار دقة الأداء للكمة المستقيمة اليمين | القبلي | 3.06 | .263 | 4.33 | .192 | 22.51 | .0000 | معنوي |
| | البعدي | 7.39 | .438 | | | | | |
| اختبار الاداء الفني للكمة المستقيمة اليسار | القبلي | 3.07 | .372 | 4.25 | .261 | 16.29 | .0000 | معنوي |
| | البعدي | 7.33 | .544 | | | | | |
| اختبار الاداء الفني للكمة المستقيمة اليسار | القبلي | 3.24 | .333 | 4.02 | .155 | 25.79 | .0000 | معنوي |
| | البعدي | 7.26 | .344 | | | | | |

من خلال الجدول (11) تبين ان هناك تباين واختلاف بين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في القياسين القبلي والبعدي وعند كل المتغيرات في التفكير الايجابي ومهارة اللكمة المستقيمة.

وقد تبين ان قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمهارة اللكمة المستقيمة (اللكمة المستقيمة اليسار على الكيس المرقم ، اللكمة المستقيمة اليمين على الكيس المرقم ، اللكمة المستقيمة اليمين على وسادة الحائط ، لى افراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي حيث بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للكمة المستقيمة اليسار على الكيس المرقم في الاختبار القبلي هي (2.91) ، والانحراف المعياري (0.44). اما في القياس البعدي فكانت (7.49) والانحراف المعياري كان (0.50) ، كما وأظهرت النتائج ان قيمة (t) المحسوبة بلغت (20809 .) عند مستوى الدلالة (0.000) وهذا يؤكد ان هناك فرق معنوي بين الاوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي لهذه المهارة حيث بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير تقييم اداء اختبار اللكمة المستقيمة على الكيس المرقم اليمين وكان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي هو (3.06) والانحراف المعياري كان (0.26) اما الوسط الحسابي البعدي لتقييم الاداء في اللكمة المستقيمة اليمين هو (7.3998) وكان الانحراف هو (0.43) وعندما اردنا الاستدلال عن المعنوية بين الوسطين القبلي و البعدي اظهرت لنا النتائج ان قيمة (t) المحسوبة كانت تبلغ (22.51) تحت مستوى الدلالة (0.000) كما وبلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار اللكمة المستقيمة اليسار على وسادة حائط الصد للقياس القبلي (3.07) والانحراف المعياري القبلي كان (0.26) اما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمقياس البعدي كان (7.33) والانحراف المعياري للقياس البعدي كان (0.54) وعند الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين اظهرت النتائج ان قيمة (t) المحسوبة بلغت (16.29) تحت مستوى الدلالة (0.000) وقد بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار اللكمة المستقيمة اليمين على وسادة حائط الصد للاختبار القبلي وعلى التوالي (3.24) والانحراف المعياري القبلي (0.33) ومن خلال الاستدلال عن معنوية الفرق بين الوسطين اظهرت النتائج ان قيمة (t) المحسوبة لها (25.79) وتحت مستوى الدلالة (0.000) مما اكد ان هناك فروق معنوية بين الاوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي للمهارة اذ بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس التفكير الايجابي في القياس القبلي حيث بلغ الوسط الحسابي لمتغير التفكير الايجابي القبلي هو (62.00) والانحراف المعياري لمتغير التفكير الايجابي هو

(0.33) اما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للتفكير الايجابي البعدي كانت المقاييس على التوالي الوسط الحسابي كان (75.13) والانحراف المعياري كان (7.44) والقيمة ال (t) المحسوبة لمعنوية الفرق بين الوسطين كانت (9.71) تحت مستوى الدلالة (0.000).

4-1-2 عرض نتائج اختبارات اللكمة المستقيمة على الكيس المرقم ووسادة الحائط في التفكير الايجابي في الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها .

جدول (12)

يبين الأوساط الحسابية والانحراف المعياري ومتوسط الفروق والخطأ المعياري للفروق وقيمة t المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الإحصائية للاختبارات القبلية والبعدي لمتغيرات البحث للمجموعة الضابطة.

| المتغيرات | الاختبار | س- | ع | ف- | ع ف- | قيمة T المحسوبة | مستوى المعنوية | نوع الدلالة |
|--|----------|-------|------|------|------|-----------------|----------------|-------------|
| التفكير الايجابي | القبلي | 60.00 | 4.78 | 3.20 | .41 | 7.68 | .000 | معنوي |
| | البعدي | 65.20 | 4.24 | | | | | |
| اختبار دقة اللكمة المستقيمة اليسار | القبلي | 2.76 | .334 | 3.96 | .15 | 26.19 | .000 | معنوي |
| | البعدي | 6.73 | .263 | | | | | |
| اختبار دقة اللكمة المستقيمة اليمين | القبلي | 2.94 | .323 | 3.68 | .15 | 24.02 | .000 | معنوي |
| | البعدي | 6.63 | .246 | | | | | |
| اختبار الاداء الفني للكمة المستقيمة اليسار | القبلي | 2.93 | .309 | 3.66 | .18 | 19.71 | .000 | معنوي |
| | البعدي | 6.59 | .265 | | | | | |
| اختبار الاداء الفني للكمة المستقيمة اليسار | القبلي | 3.14 | .310 | 3.45 | .17 | 20.28 | .000 | معنوي |
| | البعدي | 6.60 | .263 | | | | | |

من خلال الجدول (12) تبين ان هناك تباين واختلاف بين قيم الاوساط الحسابية والانحراف المعياري في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات التفكير الايجابي ومهارة اللكمة المستقيمة للطلاب في الملاكمة وقد بينت قيم الاوساط الحسابية والانحراف المعياري لمهارة اللكمة المستقيمة في الملاكمة للطلاب (اللكمة المستقيمة اليسار على الكيس المرقم ، اللكمة المستقيمة اليمين على الكيس المرقم ، اللكمة المستقيمة اليسار على وسادة حائط الصد ، اللكمة المستقيمة اليمين على وسادة حائط الصد)، حيث بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري في متغير اللكمة المستقيمة اليسار في الملاكمة

للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي هو (2.76) وكان الانحراف هو (0.33) اما قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري في الاختبار البعدي فكانت (6.73) و(0.63)، ومن خلال النتائج التي ظهرت ان قيمة (t) المحسوبة كانت (26.19) تحت مستوى الدلالة (0.000)، مما اكد ان هناك فرق معنوي بين الوسطين الحسابيين، اما تقييم اداء اختبار مهارة اللمعة المستقيمة اليمين فكان الوسط الحسابي والانحراف المعياري في الاختبارين القبلي والبعدي حيث كان الاختبار القبلي هو (2.94)، (0.32)، والبعدي كان (6.63)، (0.24) اما قيمة (t) المحسوبة فأنها كانت (24.02)، تحت مستوى دلالة (0.000)، وهذا يدل على ان هناك فروق معنوية بين الوسطين الحسابيين اما الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اللمعة المستقيمة اليسار على وسادة الحائط كانت كما يلي قياس القبلي كانت (2.93)، (0.30) والبعدي كان (6.59)، (0.26)، والقيمة المحسوبة (t) قيمتها كانت (19.71) ومستوى الدلالة لها هو (0.000) وهذا يدل على ان هناك فروق معنوية بين الاوساط الحسابية القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة، وقد ظهرت ايضا قيم الاوساط الحسابية والانحراف المعياري للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مهارة اللمعة المستقيمة اليمين على وسادة حائط الصد فكانت القيم في الاختبار القبلي هي (3.1444)، (0.41017)، ام الاختبار البعدي فكانت القيم هي (6.60)، (0.26) على التوالي، وبلغت ايضا القيمة ال (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي وكانت (-20.28) ومستوى الدلالة (0.000) وهي تبين ان هناك فرق معنوي بين الاوساط الحسابية لهما . اما تقييمات التفكير الإيجابي في الاختبارين القبلي والبعدي للأوساط الحسابية والانحراف المعياري للمجموعة الضابطة فكانت القيم للاختبار القبلي هي (62.00)، (4.78) والاختبار البعدي هو (65.20)، (4.20) والقيمة المحسوبة (t) كانت ذا فروق معنوية بين الاوساط الحسابية حيث بلغت قيمتها (7.68) ومستوى الدلالة كان (0.000) .

4-1-3 عرض نتائج الاوساط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة ومستوى المغنوية ونوع الدلالة الاحصائية للاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشتها .
جدول(13).

يبين الأوساط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة t المحسوبة ومستوى المغنوية ونوع الدلالة الإحصائية للاختبارات البعدية بين المجموعتين لمتغيرات البحث.

| المتغيرات | المجموعة | س | ع | قيمة T المحسوبة | مستوى المغنوية | نوع الدلالة |
|--|-----------|-------|------|-----------------|----------------|-------------|
| التفكير الايجابي | الضابطة | 65.20 | 4.24 | 4.48 | .000 | معنوي |
| | التجريبية | 75.13 | 7.4 | | | |
| اختبار دقة اللكمة المستقيمة اليسار | الضابطة | 6.73 | .26 | 4.26 | .000 | معنوي |
| | التجريبية | 7.49 | .50 | | | |
| اختبار دقة اللكمة المستقيمة اليمين | الضابطة | 6.63 | .24 | 4.821 | .000 | معنوي |
| | التجريبية | 7.39 | .43 | | | |
| اختبار الاداء الفني للكمة المستقيمة اليسار | الضابطة | 6.59 | .27 | 3.836 | .001 | معنوي |
| | التجريبية | 7.33 | .54 | | | |
| اختبار الاداء الفني للكمة المستقيمة اليسار | الضابطة | 6.60 | .26 | 4.866 | .000 | معنوي |
| | التجريبية | 7.26 | .34 | | | |

من خلال جدول (13) نلاحظ هناك فروق في قيم الاختبارات البعدية لكل من مهارات اللكمة المستقيمة (اللكمة المستقيمة اليسار على الكيس المرقم ،اللكمة المستقيمة اليمين على الكيس المرقم ، اللكمة اليسار على وسادة حائط الصد، اللكمة اليمين على وسادة حائط الصد)لمجموعة الضابطة والتجريبية حيث احرزت اللكمة المستقيمة اليسار على الكيس المرقم في المجموعة الضابطة وسط حسابي (6.73) وانحراف معياري (.263) وقيمة (t) المحسوبة (4.26) تحت مستوى الدلالة (0.000) اما التجريبية فكان وسطها الحسابي (7.49) والانحراف (.50) وهذا يدل على ان طبيعة افراد العينة اظهرت تباينا في الفروق بين المجموعتين في الاختبار البعدي والصالح المجموعة التجريبية.

اما اختبار اللكمة المستقيمة اليمين فجاءت بوسط حسابي للمجموعة الضابطة (6.63) وانحراف معياري (0.24) وقيمة (t) المحسوبة (4.82) ومستوى المعنوية (0.000) اما المجموعة التجريبية كان وسطها الحسابي (7.39) والانحراف (0.43) ولصالح المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي .

وكانت اختبارات اللكمة المستقيمة اليسار على وسادة حائط الصد كان وسطها الحسابي للمجموعة الضابطة هو (6.60) والانحراف المعياري (0.54) وقيمة (t) المحسوبة (3.83) ومستوى المعنوية (0.000)، وكانت المجموعة التجريبية قيمة الوسط الحسابي لها هو (7.33) والانحراف المعياري (0.54) ولصالح المجموعة التجريبية .

اما بالنسبة الى الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة في اللكمة المستقيمة اليمين على وسادة الحائط الصد كان الوسط الحسابي لها هو (6.60) والانحراف المعياري (2.63) وقيمة (T) المحسوبة (4.86) وتحت مستوى الدلالة (0.000) اما المجموعة التجريبية فان قيم وسطها الحسابي لها كانت (7.26) والانحراف المعياري (4.24) اما المعنوية لصالح المجموعة التجريبية .

وكانت نتائج التفكير الايجابي للمجموعة الضابطة للاختبارات البعدية وسطها الحسابي هو (65.20) والانحراف المعياري لها هو (4.24) وقيمة (t) المحسوبة لها هي (4.48) تحت مستوى الدلالة (0.000) .

اما المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي كان وسطها الحسابي هو (75.13) والانحراف المعياري لها هو (7.44) .

2-4 مناقشة النتائج :

من خلال عرض النتائج في الجداول السابقة (11) و(12) والتي توضح لنا هناك فروقا واضحا لإفراد مجموعتين البحث التجريبية والضابطة وبشكل واضح في تأثير عملية التعلم في المتغيرات المبحوثة حيث تبين هناك فروقا معنوية لكلا المجموعتين وفيما يخص الفروق في نتائج المجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي.

يعزو الباحث سبب هذه الفروق، إلى ممارسة أفراد هذه المجموعة التمرينات الخاصة بالتعلم السريع ، إذ إن "التكرار يقودنا إلى التعلم وفق النظرية التي تقول إلى إن الاستجابة الناجحة هي الاستجابة الأكثر تكرار وحدثة"⁽¹⁾، وهذا يدل على ان تقنيات التعلم ادت الى زيادة في التفكير الايجابي

1 () سيد محمد خير الله وممدوح عبد المنعم.: سيكولوجيا التعلم بين النظرية والتطبيق، بيروت، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، 2003، ص126.

اثناء تنفيذ مفردات الوحدات التعليمية وأجزائها وتطبيق التمرينات بشكل واضح، وهذا يؤكد ان هناك تأثيراً معنوياً لتقنيات التعلم السريع في التفكير الإيجابي وتعلم اللكمة المستقيمة للطلاب. والمطبق من قبل الباحث لما تحويه الوحدات التعليمية من تقنيات ، اذ احتوت الوحدات التعليمية على مجموعة من التمرينات التي تساعد على تعلم المهارات الاساسية بالملكمة (اللكمة المستقيمة اليسار واليمين) كل هذا ساعد في تعلم واكتساب مستوى جيد من المعرفة العلمية والقانونية للعبة الملكمة لأفراد المجموعة التجريبية .

وزيادة على ذلك جانب عنصر الاثارة والتشويق والرغبة والاندفاع نحو وسائل العرض المرئية والادوات المتنوعة طوال البرنامج التعليمي جعلت من الافراد المتعلمين اكثر قوة وحافزا نحو التعلم حيث ان التعلم على الاجهزة والادوات والوسائل سيولد نجاحات اولية تحفز المتعلم على الالتزام بالتدريب ويؤدي الى الاندفاع نحو التمرين زيادة على ذلك ان المشاهدات المتكررة والتي من خلالها تكونت هذه الصور الذهنية ، يتم استدعائها عند تنفيذ الواجب الحركي والذي كان مخزونا في الذاكرة الحركية .

اما ما يخص المجموعة الضابطة فيرى الباحث ان للأسلوب التعليمي المتبع من قبل مدرس المادة كان له تأثير في تعلم الطلاب للمهارات الاساسية بالملكمة ، ويعزو الباحث سبب الفروق الموجودة في اختبارات المجموعة الضابطة التي اعتمدت الاسلوب التعليمي المعتمد من قبل المدرس الى التكرارات المناسبة التي رافقت الوحدات التعليمية ، فضلا عن اداء التمرينات المستمرة اخذين بنظر الاعتبار ملائمتها لقابليات وقدرات الطلاب وكذلك التدرج في مستوى الصعوبة للحركات والمهارات والذي تضمن الاداء من قبل الجميع وهذا يتفق مع ما اشار اليه (نجاح مهدي شلش واكرم محمد، 2000) الى "ان الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعليم والاكساب، كما ان التدريب عامل اساسي في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في اداء متتابع سليم وزمن مناسب وهو يزيد من تعلم وتطوير المهارة وانقانها"⁽¹⁾.

ومن خلال ما تم عرضه في جدول (13) وجود فروق ذات دالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في التفكير الإيجابي، وتعلم اللكمة المستقيمة للطلاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء .

ويرى الباحث تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي في تعلم بعض المهارات الاساسية بالملكمة الى تعرض المجموعة التجريبية للوحدات

¹ () نجاح مهدي شلش واكرم محمد: التعلم الحركي، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 2000، ص129.

التعليمية التي تتضمن تقنيات العلم السريع اي تأثير المتغير المستقل (تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي) في تعلم مهارة اللكمة المستقيمة حيث اكدت الاحصائيات ان التقنيات في التفكير الايجابي ادت الى نتائج افضل واسرع في تعلم الطالب حيث أظهرت النتائج الاحصائية في اختبار اللكمة المستقيمة للمجموعة التجريبية فروقا ملحوظه بعد اخضاعه الى تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي والذي ادى الى زيادة نسبة التعلم من خلال زيادة ثقة الطالب بنفسه في تعلم الملاكمة وتطوير سمات الشخصية من خلال تحقيق اهداف التعلم بصورة سهلة وسريعة والنظر الى انفسهم نظرة ايجابية ويكون مستوى طموحهم عاليا في انجازهم للمهارة المطلوب تعلمها في اللعبة ،وزيادة ثقتهم بكفاءتهم في بذل الجهد والمثابرة من اجل نجاحه ، وهذا ينعكس عليه ايجابيا ويساعد على تعزيز ثقته بنفسه.

ويرى الباحث ان هناك اهمية كبيرة في ادخال تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي لأجل بناء تفكير صحيح حول اللعبة عند الطالب مما يساعد على تطوير ذاته وتحويل الافكار السلبية في تعلم مهارات اللكمة المستقيمة الى افكار ايجابية ،وكذلك بناء الخطوات الاولى عند الطالب في تعلم اللكمة المستقيمة دون التخوف او التردد منها لذا يجب تنمية الافكار الايجابية التي تساعد على التغلب على المشاكل النفسية، وقدرتهم على تكوين مدركات جديدة نحو انفسهم وبيئتهم ، ويرى الباحث أن الثقة بالنفس تعد بمثابة التعبير عن قيمة الشخص لذاته ، وفي بذل كل شخص الكثير من اجل حماية ذاته .

ويرى (Seligman) ان الفرد صاحب التفكير الايجابي تكون لديه القدرة على ضبط النفس والتحكم والمرونة عند تعرضه للمواقف الضاغطة ويدرك اسبابها وبالتالي تزداد احتمالية مواجهته للموقف بطريقة فعالة⁽¹⁾.

كما يرى الباحث إن هذا الفرق جاء نتيجة لنوع التقنيات المستعملة خلال الوحدة التعليمية والاسلوب المتبع في إعطائها ألا وهو تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي الذي اعتمد على التقنية الحديثة والوسائل التعليمية التي تسهم في زيادة مدى تفاعل المتعلم وانشغاله بالمادة العلمية القائمة على التعاون بين المدرس واللاعب فيما بينهم وتطبيق مهارة اللكمة المستقيمة بالشكل المثالي وتقديم تغذية راجعة كبيرة وواضحة وكذلك عرض بواسطة اجهزة الداتا او الشاشة البلازما ودعم الطالب بالتفكير الايجابي عن مهارة اللكمة المستقيمة اليسار واليمين وكيفية الأداء ومحاولة استعمال جميع الحواس والمشاعر العاطفية والقدرات العقلية والجسدية من قبل المتعلم لاستقبال المعلومات وبرمجتها واخراجها على شكل مهارات ، وهذا ما ساعد على توفير بيئة تعلم ملهمة وفعالة تعمل على زيادة دافعية المتعلمين نحو

(1)Seligman&pawelski,2003,161.

التعلم والعمل على زرع الثقة بالنفس التي تؤدي إلى الوصول لأفضل مستوى ممكن وبأقل زمن، وهذا ما أكدته (ناهدة عبد زيد : 2008) في أن التدريب أو التعلم يكون أكثر فاعلية كلما زادت الحواس التي من خلالها تكتسب الكثير من نواحي المعرفة والمهارة ، ولذلك زاد الاهتمام باستعمال التقنيات التعليمية .

في تعليم المهارات الحركية وقواعد اللعب⁽¹⁾، كما يذكر إن عملية التعلم السريع يؤكد على أهمية التفاعل والتعاون بين المتعلمين في ترسيخ وصل المعرفة الجديدة ، فضلاً عن توفير بيئة مناسبة إذ يعمل الدماغ بشكل أفضل عندما توفر له البيئة المناسبة للتعلم⁽²⁾.

كما يعزو الباحث هذه الفروق إلى طريقة التدرج في المهارة مع الدعم المعنوي في التفكير الايجابي الذي تميّز بالتدرج في الأداء من البسيط إلى المعقد، والابتعاد في اول المهارة عن الاداء الذي يعطيه افكار سلبية حتى يتمكن من التعلم والانسيابية في الاداء واتقان المهارة وكذلك يسمح للطالب في معرفة خفايا المهارة، وظهور الانسيابية في الأداء، وذلك عن طريق تكوين برامج حركية مناسبة لكل حركة يقوم بها المتعلم، وبتكرار الحركات نتمكن من الوصول إلى الأداء المطلوب، وهذا ما أشار إليه (يعرب خيون: 2010) في أن (تكرار الأداء يؤدي إلى تحسين المسارات الحركية للمتعم ، فضلاً زيادة المهارة في الأداء)⁽³⁾، وأكد ذلك أيضاً (عادل تركي وسلام جبار: 2009) في أن "التكرار في الأداء، واعتماداً على التغذية الراجعة التي وصلت للمتعم يعمل على استيعاب الحركة، ووضع برنامج حركي خاص بها في الدماغ يحسن الحركة، ويصحح مسارها، ويزيد الثقة بالنفس للمتعم، ويمنحه المقدرة على أداء الحركة فيتطور الأداء بسرعة، ويأخذ البرنامج الحركي المثبت في الدماغ طريقه بالتنفيذ"⁽⁴⁾.

ويرى الباحث إن ما تضمنته الوحدات التعليمية من عرض تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي والالتزام بمراحل التعلم السريع بالتسلسل من مرحلة التحضير إلى مرحلة العرض فمرحلة التمرين ثم مرحلة الأداء التي امتازت كل مرحلة بخصوصية تختلف عن غيرها بالوظيفة وطريقة التطبيق ، فقد كان في مرحلة التحضير التي بعرض للمهارة عن طريق اجهزة العرض والشرح والتوضيح من قبل المعلم والتعاون المتبادل بين الطلاب والمعلم وتبادل الآراء والنقاش بين المتعلمين وتحضير الوسائل المناسبة التي تدخل في التعلم السريع

1) ناهدة عبد زيد الدليمي : مصدر سبق ذكره، ص 171.

2) وسام صلاح وآخرون : مصدر سبق ذكره ، 2018، ص135.

3) يعرب خيون: التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، ط2، بغداد، مطبعة الكلمة الطيبة، 2010، ص19.

4) عادل تركي حسن وسلام جبار صاحب: كرة القدم تعليم وتدريب، ط1 البصرة، مطبعة النخيل، 2009، ص15.

وتنشيط التفكير الايجابي لديهم ، أما في مرحلة العرض فقد وفرت للطالب الوسائل التعليمية الإلكترونية السمعية والبصرية الإيجابية

واخيرا مرحلة الاداء التي يقوم بها الطالب بالتطبيق لمهارة الملاكمة للكلمة المستقيمة والتي هي يتم خلالها تقييم التعلم السريع في التفكير الايجابي من خلال وصول الطالب الى الثقة بنفسه وعدم التخوف من اداء مهارته التي يراد تعلمها على احسن شكل.

إكما يرى الباحث ان التعلم السريع هو مجموعة من الاساليب التعليمية، التي يتم تنظيمها في خطوات اجرائية محددة اثناء تعلم، (الكلمة المستقيمة) من خلال خطوات التعلم السريع، التي تبدأ بجذب الانتباه، ثم العرض، ثم التمرين، واخيرا مرحلة الاداء، مع التوجيه من قبل المدرس لتنفيذ السلوكيات الصحيحة. التي يجب ان يلتزم بها المتعلم اثناء تنفيذ الخطوات من اجل تحقيق تعلم يتميز بالسرعة والفاعلية والتأثير في تنمية الكلمة المستقيمة وبناء تفكير ايجابي لدى الطلاب

حيث ان التفكير الايجابي هو الدرجات العالية التي يحصل عليها طلاب المرحلة الثانية في الملاكمة ، وذلك بتقويم افكارهم والتحكم بها، وتحويل الافكار السلبية الى ايجابية ، لتحقيق نتائج مميزة من خلال معرفة المشاكل السلبية بشكل منطقي وتحويلها الى ايجابي وتطبيق هذه الافكار في اثناء ادائهم للعبة .

الفصل الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

2-5 التوصيات

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

- 1- حققت مجموعتا البحث التجريبية والضابطة فروقا ملحوظا في التفكير الإيجابي وتعلم مهارة اللكمة المستقيمة بالملاكمة .
- 2- ان تقنيات التعلم السريع التي استعملت ضمن الوحدات التعليمية أظهرت افضلية بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية .
- 3- ان تقنيات التعلم السريع التي كانت ضمن الوحدات التعليمية ساهمت في احداث تغييرات سريعة تلائم طبيعة عينة البحث من خلال ما وفرته من عناصر مهمة مثل التشويق والاثارة والمنافسة .
- 4- تفوق المجموعة التجريبية التي استعملت التقنية التعليمية في التفكير الايجابي على المجموعة الضابطة في التعلم لمهارة اللكمة المستقيمة بالملاكمة للطلاب .
- 5- فاعلية استخدام تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي في التعلم للأداء الفني لمهارة اللكمة المستقيمة بالملاكمة للطلاب .

5-2 التوصيات

- 1- ضرورة اجراء دراسة للتعرف على مدى تاثير الوحدات التعليمية في تنمية التفكير الإيجابي لدى المتعلمين لمادة الملاكمة .
- 2- ضرورة الاهتمام الكبير في اعداد وحدات تعليمية باستخدام أسلوب التعلم السريع لما له من فائدة كبيرة في تحسين التفكير الإيجابي لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- 3- التأكيد على التنوع في استخدام تقنيات التعلم السريع لخدمة الواجب الحركي وملائمة للعينة بحيث تكون مناسبة حتى لا تؤدي الى الملل والرتابة والضجر .
- 4- اجراء دراسات وبحوث أخرى لنفس المتغيرات وغيرها من الفئات والعينات الاخرى .
- 5- ضرورة تجهيز قاعات الملاكمة بجميع تقنيات التعلم في الملاكمة لغرض سرعة التعلم و توفير الوقت والجهد

المراجع والمصادر

العربية والأجنبية

المصادر العربية والأجنبية

المراجع

- * القرآن الكريم
- * المصادر العربية
- * ابراهيم ابو السعود: دور الانترنت في اعداد الخريجين وتدریس اللغات مع تقديم استراتيجیة التعلم في الاقطار العربية ، القاهرة ، 2001 .
- * ابراهيم الفقي: التفكير السلبي والتفكير الايجابي ، القاهرة، الراية للنشر والتوزيع، 2013 .
- * ابراهيم عبد الفتاح رزق : فاعلیة نموذج تدريسي مقترح في التاريخ القائم على التعلم لتنمية المهارات الاجتماعية والتنظيم الذاتي والتحصيل لدى تلاميذ الصف الاول المتوسط ، مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية، العدد 92 ، 2017 .
- * احمد سالم عادل :منظومة تكنولوجيا التعليم ،الرياض ،مكتبة الرشد،2003.
- * احمد محمد الزغبی : علم النفس للفروق الفردية وتطبيقاته التربوية ، ط1 ، دمشق ، دار الفكر ، 2007
- * إخلاص عبد الحمید ومصطفى حسین باهي : طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية ، ط2 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2000 .
- * باریان تریسی: علم نفس النجاح، (ترجمة) عبداللطيف الخياط، عمان، جار الثقافة للنشر والتوزيع،2006.
- * باسل حمدان الشديفات : معوقات استخدام معلمي الدراسات الاجتماعية للوسائل التعليمية في البداية الشمالية الشرقية من وجهة نظرهم ، مجلة علوم الانسانية،السنة السابعة، ع42، 2009 .
- * بشار عبد الامیر شمخي: مقارنة منحنى القوة والزمن كدالة لدقة أداء اللكمة المستقيمة اليمين واهم المتغيرات البايوكينماتيكية للاعبی بعض الفنون القتالية للمتقدمین ،رسالة ماجستير،جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، 3013 .
- * تیسیر مصلح كوافحة : القياس والتقويم (أساليب القياس والتشخيص في التربية الخاصة) ، ط1 ، عمان ، دار المیسرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2005.
- * جاسم حسن غازي : اثر التعلم السريع في تعلم ودقة واحتفاظ بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة ، رسالة ماجستير ،جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2016 .
- * حسن حمدي الطوبجي :وسائل الاتصال والتكنولوجيا في التعليم ، ط6 ، الكويت ،دار القلم للنشر والتوزيع ،1996 .

- * حسن علي حسين :تقويم دافعية الانجاز الرياضي وفقا لنمط الشخصية (B,A) ونسبة مساهمتها بالقدرات الحركية والمهارية للاعبين كرة القدم الشباب ، اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2011 .
- * خالد محمد السعود: تكنولوجيا ووسائل التعليم وفعاليتها ، الاردن ،عمان ،دار مجتمع العربي ،2005 .
- * داليا الشربيني : استخدام الانفوجرافك في تدريس الدراسات الاجتماعية لتنمية مهارات التعلم السريع والقدرة المكانية لدى طلاب الصف الخامس الابتدائي ،المجلة التربوية ، كلية التربية ،جامعة سوهاج ،العدد754، 2020 .
- * رعد عبد الامير فنجان: بناء وتقنين مقياس التفكير الايجابي لدى رؤساء الاتحادات الفرعية في العراق وعلاقته بكفاياتهم الادارية من وجهة نظر اعضائها ،اطروحة دكتوراه غير منشورة ،كلية التربية الرياضية ،جامعة بابل ،2012.
- * سامي محب حافظ: المدخل إلى الملاكمة الحديثة، المنصورة، مكتبة شجرة الدر، 2005 .
- * سامي مصطفى (وآخرون) : القياس والتشخيص في التربية الخاصة ، عمان ، دار يافا العلمية للنشر والتوزيع ، 2006 .
- * سبع محمد أبو لبده : مبادئ القياس النفسي والتقييم التربوي ، ط1 ، عمان ، دار الفكر العربي ، ناشرون وموزعون ، 2008 .
- * سناء مجهول الهزاع : أثر برنامج تدريبي لتنمية مهارات التفكير العلمي لطلبة المرحلة المتوسطة ، أطروحة دكتوراه، كلية الأردن، جامعة بغداد، 1999 .
- * سيد محمد خير الله وممدوح عبد المنعم.: سيكولوجيا التعلم بين النظرية والتطبيق، بيروت، دار النهضة العربية للطباعة والنشر ،1983، ص126.
- * صالح بن حمد العساف : المدخل الى البحث في العلوم السلوكية ، ط1 ، الرياض ، مكتبة العبيكان ، 1995.
- * صباح حسين العجيلي (وآخرون) : مبادئ القياس والتقييم التربوي: بغداد ، مكتب احمد الدباغ للطباعة والاستنساخ، 2001.
- * صلاح الدين محمود علام : الاختبارات والمقاييس التربوية والنفسية ، ط1 ، عمان ، دار الفكر ناشرون موزعون ، 2006 .
- * عادل عبدالصير علي. الميكانيكا الحيوية والتقييم والقياس والتحليل في الاداء البدني . الاسكندرية ،المكتبة المصرية للطباعة، 2007.
- * عابد توفيق الهاشمي: طرق تدريس العلوم والتربية ،بيروت ،مؤسسة الرسالة، 1423هـ .

- * عبد الكريم رحيم المرجاني : دراسة بعض المحددات الاساسية كمؤشر للانتقاء اشبال الملاكمة ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، 1998 ، ص30 .
- * عادل تركي حسن وسلام جبار صاحب: كرة القدم تعليم وتدريب، ط1 البصرة، مطبعة النخيل، 2009 .
- * عادل خير الله: الرياضة خطوة خطوة/الملاكمة، بيروت، دار المؤلف للنشر والطباعة والتوزيع، 2006 .
- * عامر سعيد الخيكاني : بناء مقياس للعدوانية على الرياضيين وتقنيته على لاعبي كرة القدم وتحديد مستويات والمقارنة به حسب مركز اللعب ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2002 .
- * عباس حسين عبيد : تأثير تدريبات البليومتر ك والإثقال في بعض الصفات البدنية الخاصة والأداء المهاري للكلمة المستقيمة للمبتدئين بالملاكمة، رسالة ماجستير، جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، 2000 .
- * عبد الحافظ محمد سلام: وسائل الاتصال والتكنولوجيا في التعليم ، عمان، دار الفكر ، 1996.
- * عبد الحميد كمال ومحمد صبحي حسانين : اللياقة البدنية ومكوناتها -الاسس النظرية -الاعداد البني - طرق القياس ، ط3، القاهرة ، دار الفكر ، 1997 .
- * عبد الفتاح فتحي خضر: المرجع في الملاكمة ، الاسكندرية، منشاء المعارف ، 1996.
- * علي سلوم جواد : الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي ، جامعة القادسية ، مطبعة الطيف ، 2004 .
- * علي مجيد مطاوع : سيكولوجية المنافسات، ج1 ، مصر، دار المعارف ، 1977 ، ص104.
- * فاطمة بنت مطلق معيش اللحياني: أثر استخدام التعلم السريع في التحصيل الدراسي لمادة المكتبة والبحث والاتجاه نحوها لدى طالبات الاول الثانوي ،رسالة ماجستير في المناهج وطرق التدريس، مدينة مكة المكرمة، جامعة ام القرى، كلية التربية، 2012 .
- * فتحي عبد الرحمن جروان: تعليم التفكير (مفاهيم وتطبيقات)، ط2، عمان، دار الفكر للنشر ، 2005 .
- * فخري رشيد خضر: طرائق تدريس الدراسات الاجتماعية ، الاردن ، عمان ،دار الميسرة للنشر والتوزيع ، 2006، .
- * مارتن سيلجمان : الطفل المتقاتل، ط1، (ترجمة) ، مكتبة جرير للتوزيع والنشر، 2005 .
- * ماهر يوسف صبري: من الوسائل التعليمية الى تكنولوجيا التعليم ،الرياض ،مكتبة الرشد، 2008.
- * مجدي عبد الكريم حبيب : دراسات في أساليب التفكير ، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية ، 1995 .
- * مجدي عبد الكريم حبيب: التفكير (الأسس النظرية والاستراتيجيات) ، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية، 1996 .

- * محسن رمضان على: الملاكمة للمبتدئين، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999.
- * محمد الحجار : الطب السلوكي المعاصر، ط1، بيروت، دار الملايين، 1989.
- * محمد جابر الزبيدي وناهل كمال خليل العبيدي: الوسائل والتقنيات التعليمية الحديثة في التدريب المهني والتقني ، ط1، طرابلس، منظمة العمل العربية، 2001 .
- * محمد جسام عرب (واخرون): الملاكمة تعليم، تدريب، تحكيم ، ط1، النجف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2012 .
- * محمد جسام عرب وموسى جواد: كراس دورة الحكام والمدربين التأهيلية، بغداد، الاتحاد العراقي للملاكمة، 2004 .
- * محمد داود الربيعي: التعلم والتعليم في التربية الرياضية والبدنية ، ط1، بيروت ، دار الكتب العلمية، 2012 .
- * محمد سعد جبر خليفة الناصري: أثر استخدام بعض التقنيات التعليمية في التعلم والاحتفاظ للأداء الفني في فعالية رمي القرص، كلية التربية الرياضية، جامعة تكريت، 2014 .
- * محمد عبد الفتاح الصيرفي: البحث العلمي الدليل التطبيقي للباحثين ، ط1، عمان ، دار وائل للنشر والتوزيع، 2002 .
- * محمد عبد الله (وأخرون): تعليم وتدريب الملاكمة ،الموصل، مطبعة الموصل، 1990 .
- * محمد محمود الحيلة: طرائق التدريس واستراتيجياتها ، الامارات ، دار الكتاب، 2001 .
- * محمد محمود الحيلة: مهارات التدريس الصفي : عمان، دار الميسرة، 2004 .
- * محمود عبدالله احمد واخرون: تعليم وتدريب الملاكمة، بغداد، طبع بمطابع التعليم العالي ، ، 1990 .
- * مصطفى حجازي: الانسان المهدور - دراسة تحليلية نفسية اجتماعية ، الدار البيضاء، المركز الثقافي العربي، 2005 .
- * مصطفى حسين باهي وسمير عبد القادر: المدخل الى الاتجاهات الحديثة في علم النفس الرياضي، القاهرة، الدار العالمية للنشر، 2004 .
- * ممدوح عبد المنعم الكناني وعيسى عبد الله جابر : القياس والتقييم النفسي والتربوي ، بيروت ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، 1995 .
- * موسى جواد كاظم : تأثير برمجة المهارات وتعميمها في الية الاداء المهاري ولخططي للناشئين بالملاكمة ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية، 2005 .
- * موسى جواد كاظم: تأثير وضع الذراعين امام الصدر في تعليم واداء اللكمة المستقيمة للمبتدئين بالملاكمة ، مجلة التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، المجلد الحادي عشر ، العدد الثالث ، 2002 .

- * موسى جواد: تأثير منهج تعليمي مقترح للكلمة المستقيمة والدفاع عنها للمبتدئين بالملاكمة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2000 .
- * مؤيد محمد امين : التقنيات الحديثة ودورها كتنغذية راجحة في تطوير اداء المهارة الحركية ، اربيل ، مطبعة النور ، 2017 .
- * نادية سميح السلطي : التعلم المستند الى الدماغ ، ط1 ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان، 2004 .
- * ناهدة عبد زيد الداليمي ومازن عبد الهادي : التعلم الحركي ، ط1 ، عمان ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، 2018، .
- * نوري ابراهيم الشوك ورافع صالح الكبسي: دليل البحوث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية، جامعة بغداد ،كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، 2004 .
- * هلال ومحمد عبد الغني حسن : مهارات التعلم السريعة والخريطة الذهنية ، مصر ،مركز تطوير الاداء والتنمية ، 2007 .
- * وجيه محجوب : التعلم والتعليم والبرامج الحركية ، ط1 ، عمان ،دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 2002، .
- * وجيه محجوب: نظريات التعلم والتطور الحركي ، ط1 ،دار وائل للطباعة والنشر ، عمان ، 2001 .
- * وديع ياسين (واخرون) : المبادئ التعليمية في الملاكمة ، ج1 ،الموصل ، مطبعة الجامعة ، 1983 .
- * وسام صلاح وسامر يوسف :التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية وعلوم الرياضة ، ط1،دار الكتب العلمية ، بيروت ، 2014 .
- * وفيقة مصطفى سالم ،تكنولوجيا التعليم والتعلم في التربية الرياضية :،الاسكندرية ،منشأ المعارف ، 2007 .
- * وجيه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه ، ط2 ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988 .
- * يحيى محمد نبهان :تقنيات التعلم والوسائل التعليمية ، ط1 ، عمان ، دار اية للنشر والتوزيع ، 2008 .
- * يحيى السيد اسماعيل الحاوي: الملاكمة اسس نظرية وتطبيقات عملية، ط2، جامعة الزقازيق، 1999 .
- * يعرب خيون: التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، ط2، بغداد، مطبعة الكلمة الطيبة، 2010 .

- * Fulton,K,Technolory training for teachers ,usa,1989 .
- * Neck .Managerial Psychology Self–Leadership, Journal Chris To Pher, 2006 .
- * Seligman and powelsk (2003) psycholoyy FaQs psychology , Inquiry, .
- * Titus, Aaron,internet in the physics classroom Davidson ,college–carolina,u.s.3 innorth,1998 .
- * jaxsonw.Theapplication of Accelerated levning Technig ues to ane– leaning training ar gram in the aetil Ind ustvycvderno.3311259 Available from broQuest dissertation&thesesGlobal.2008.p11.

الملاحق

ملحق (1).

المقابلات الشخصية التي اجراها الباحث

| ت | الاسم | الاختصاص | مكان العمل |
|---|--------------------------|--------------------------|---|
| 1 | أ. د مازن عبدالهادي أحمد | تعلم حركي | جامعة بابل- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية |
| 2 | أ. د ناهدة عبد زيد | تعلم حركي- كرة طائرة | جامعة بابل- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية |
| 3 | أ.د عباس حسين عبيد | أصابات- ملاكمة | جامعة بابل- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة |
| 4 | أ. د حاتم فليح حافظ | تعلم- الكرة الطائرة | جامعة الكوفة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية |
| 5 | أ. د فراس كسوب راشد | تعلم حركي- كرة طائرة | جامعة الكوفة- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية |
| 6 | أ.م. د عبير علي حسين | تعلم حركي- جمناستك | جامعة كربلاء- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة |
| 7 | أ.م.د عبدالجليل جبار | تدريب- ملاكمة | جامعة بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة |
| 9 | أ. صاحب عبدالحسين | تعلم حركي- العاب مضرب | جامعة كربلاء- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة |

ملحق (2)

استمارات تسجيل النتائج

استمارة تسجيل النتائج في اختبار تقييم الاداء

| ت | اسم اللاعب | اللكم بمقدمة الكف (3 درجة) | التغطية اثناء اللكم (3درجة) | متابعة ثقل الجسم للكمة (4درجة) | المجموع |
|----|------------|----------------------------|-----------------------------|--------------------------------|---------|
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 9 | | | | | |
| 10 | | | | | |
| 11 | | | | | |
| 12 | | | | | |
| 13 | | | | | |
| 14 | | | | | |
| 15 | | | | | |

استمارة تسجيل النتائج في اختبار تقييم الاداء

| المحاولات الناجحة | الكلمة | اسم الطالب | ت |
|-------------------|--------|------------|----|
| | اليسار | | 1 |
| | اليمين | | |
| | اليسار | | 2 |
| | اليمين | | |
| | اليسار | | 3 |
| | اليمين | | |
| | اليسار | | 4 |
| | اليمين | | |
| | اليسار | | 5 |
| | اليمين | | |
| | اليسار | | 6 |
| | اليمين | | |
| | اليسار | | 7 |
| | اليمين | | |
| | اليسار | | 8 |
| | اليمين | | |
| | اليسار | | 9 |
| | اليمين | | |
| | اليسار | | 10 |
| | اليمين | | |
| | اليسار | | 11 |
| | اليمين | | |
| | اليسار | | 12 |
| | اليمين | | |
| | اليسار | | 13 |
| | اليمين | | |
| | اليسار | | 14 |
| | اليمين | | |
| | اليسار | | 15 |
| | اليمين | | |

تعطى درجة لكل لكمة صحيحة

اسم المقوم :

التوقيع :-

المجموعة :

التاريخ :

ملحق (3)

استمارة استطلاع آراء الخبراء والمختصين لتحديد مجالات التفكير الايجابي

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الأستاذ الفاضل.....

.. المحترم

تحية طيبة :

يروم الباحث القيام ببناء مقياس التفكير الايجابي لدى طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة المشمولين بدراسته الموسومة (تأثير تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي وتعلم مهارة اللكمة المستقيمة بالملاكمة للطلاب) ونظرا لما يتعهد به فيكم من خبره ودراية علمية في هذا المجال يرجى بيان أهمية كل مجال من مجالات التفكير الايجابي المدرجة ضمن القائمة مع أدرج أي مجال ترونه مناسباً ...

مع الشكر والتقدير

الاسم:

اللقب العلمي وتاريخه:

مكان العمل:

الاختصاص:

التوقيع:

الباحث

مجالات مقياس التفكير الايجابي

| ت | مجالات التفكير الإيجابي | درجة الأهمية | الأهمية | | قبول الترشيح | |
|----|--|-----------------|-----------|-----|--------------|--|
| | | | النسبية % | نعم | كلا | |
| 1 | الايمن بالله وبالقيم العليا | | | | | |
| 2 | اجتماعي ويحب مساعدة الآخرين | | | | | |
| 3 | القيم العليا | | | | | |
| 4 | الرؤية الواضحة والتفاؤل والحماس | | | | | |
| 5 | التركيز على الحل عند مواجهة التحديات والصعوبات. | | | | | |
| 6 | لا يدع الصعوبات تؤثر على اركان حياته. | | | | | |
| 7 | التفاؤل. | | | | | |
| 8 | الافادة من التحديات والصعوبات السابقة . | | | | | |
| 9 | الحماس | | | | | |
| 10 | الهدوء . | | | | | |
| 11 | الصبر. | | | | | |

ملحق(4).

اسماء الخبراء الذين عرضت عليهم مجالات وفقرات المقياس والاختبارات

| ت | اسم الخبير | التخصص | مكان العمل |
|-----|----------------------------|----------------|--|
| 1- | ا.د طالب حسين حمزة | تعلم حركي | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة كربلاء |
| 2- | ا.د.كمال جلال | ملاكمة | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد |
| 3- | ا.د حسن علي حسين | اختبارات وقياس | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة كربلاء |
| 4- | ا.د وسام صلاح عبد الحسين | تعلم حركي | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة كربلاء |
| 5- | أ.م.د حسام غالب عبدالحسين | طرائق تدريس | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة كربلاء |
| 6- | ا.م.د عبد الجليل كاظم حسون | ملاكمة | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد |
| 7- | أ.م.د نضال عبيد حمزة | علم نفس | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة كربلاء |
| 8- | ا.م.د حيدر عبد علي حمزة | ملاكمة | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة كربلاء |
| 9- | ا.م.د عقيل عبد الجبار كاظم | ملاكمة | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بابل |
| 10- | ا.م.د عباس عبد الحمزة | طرائق تدريس | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة كربلاء |
| 11- | ا.م.د عبير علي حسين | تعلم حركي | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة كربلاء |
| 12- | م.د مازن جليل عبد الرسول | اختبارات | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة كربلاء |
| 13- | م.م محمد حسين حيدر | ملاكمة | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة كربلاء |

ملحق (5)

استمارة استطلاع آراء الخبراء والمختصين لتحديد فقرات مجالات التفكير الايجابي

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الأستاذ الفاضل.....المحترم

تحية طيبة :

يروم الباحث إجراء رسالته الموسومة ((تأثير تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي وتعلم مهارة اللكمة المستقيمة بالملاكمة للطلاب)) ، على عينة من الطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية - جامعة كربلاء ، ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية ، يأمل الباحث في تفضلكم بالاطلاع على فقرات مقياس التفكير الايجابي، راجين بيان رأيكم والحكم بصلاحياتها في قياس ما وضعت من أجله وذلك بوضع علامة (√) أمام البديل الذي يتفق واقتراح التعديلات المناسبة لأي فقرة تحتاج الى تعديل او تغيير، علماً ان بدائل الاجابة لكل فقرة من فقرات المقياس هي (3) بدائل : (تنطبق علي دائماً،تنطبق علي احياناً ، لاتنطبق علي ابداء) وستعطى هذه البدائل الدرجات (1,2,3).

تقبلوا خالص شكري وامتناني

الاسم:.....

التخصص الدقيق:.....

مكان العمل:.....

التاريخ:.....

الباحث

1- الايمان بالله وبالقيم العليا :

هو ايمان الطالب بقدرة الله سبحانه وتعالى وتوفيقه وبالقيم العليا للمبادئ الانسانية والدين والمجتمع والاعتقاد بقوة الذات المستمدة من قوة الإيمان بالله تعالى على استخلاص نتيجة من عدة مقدمات او حقائق او بيانات لوحظت او تم افتراضها.

| ت | العبارات | تصلح | لا تصلح | بحاجة الى تعديل |
|----|--|------|---------|-----------------|
| 1 | انا راضي بما كتب الله لي من نجاح في دراسة الجامعة | | | |
| 2 | اؤمن بأن توفيقى بالدراسة الجامعية هو من عند الله ودعاء الاهل والاصدقاء. | | | |
| 3 | اؤمن بان ما يحدث لي من نجاح او فشل في دراستي الجامعية فهو بمشيئة الله . | | | |
| 4 | انجز واجباتي الدراسية بعد التوكل على الله لأحظى باحترام اساتذتي وزملائي. | | | |
| 5 | اشعر بأن المرحلة الدراسية القادمة ستكون افضل بالنسبة الي لأيماني بمحبة الله سبحانه وتعالى. | | | |
| 6 | اصلي لكي يوفقني الله في دراستي وتحقيق احلامي وامنياتى. | | | |
| 8 | معرفتي بقانون السماوات وقيم المجتمع يساعدني في حل المشاكل وتحقيق أهدافى المستقبلية. | | | |
| 9 | ان متعة الدراسة الجامعية تكمن في قدرتي على فهم ذاتى وايماني بتوفيق الله سبحانه وتعالى. | | | |
| 10 | لدى معرفة بقوانين الاديان السماوية ولا اعترض على توفيق الله وحكمته. | | | |

2- الرؤية الواضحة والتفاؤل والحماس :

هو قدرة الطالب على فحص الوقائع بدقة كبيرة والتفسير التي يتميز بالحجج القوية والحجج الضعيفة وبنائياً على أهميتها وصلتها بالموقف المثير للجدل ، ويتكون كل موقف من مواقف عدة وكل موقف من فقرة تتبعها نتائج عدة مقترحة

| ت | الفقرات | تصلح | لا تصلح | بحاجة الى تعديل |
|----|---|------|---------|-----------------|
| 1 | ارى لابد من مجادلة المدرسين للحصول على حقوق الطلبة أثناء فترة الدراسة لزيادة تفاعل الطلاب بالعدالة والمساوات. | | | |
| 2 | ارى أهمية وجود التجهيزات والادوات الكافية لدرس الملاكمة اثناء المحاضرات العملية لزيادة حماس الطلاب . | | | |
| 3 | عرض قوانين وقواعد لعب رياضة الملاكمة على الطلاب من قبل اساتذة المادة يقلل من الاخطاء عند الاداء. | | | |
| 4 | ارى ان معرفة الطالب بقانون رياضة الملاكمة يجعلهم يقللون الاعتراض على تقديرات اساتذة المادة. | | | |
| 5 | لابد من تطبيق قانون وقواعد اداء مهارات الملاكمة نصاً وروحاً من قبل الطلاب اثناء فترة الدراسة الجامعية. | | | |
| 6 | ارى ان الطالب الذي يعترض على قرارات الاساتذة هو يحاول كسب ودهم. | | | |
| 7 | يصفني زملائي باني شخصية قيادية ويعتمد عليها في الاعمال التي تتطلب الاقناع . | | | |
| 8 | استطيع تحقيق النجاح دون مساعدة الاخرين . | | | |
| 9 | اتقبل نفسي حتى لو تعرضت لنقد زملائي واساتذتي. | | | |
| 10 | حينما يبدي احد زملائي مشاعر الاحترام نحو ابادلهم الشعور ذاته. | | | |

3- التركيز على الحل عند مواجهة التحديات والصعوبات :

وهي قدرة الطالب للوصول الى الافتراضات والمسلمات المنطقية وتمييزها من بين الافتراضات والمسلمات الغير منطقية وهي شيء او نتيجة نشق بصحتها ، ونسلم بها بعد تحديات وصعوبات تواجهها .

| ت | الفقرات | تصلح | لا تصلح | بحاجة الى تعديل |
|----|--|------|---------|-----------------|
| 1 | اتخذ القرارات وفقا لقوانين الجامعة والكلية والدراسة واللوائح المعمول بها في الالعب الرياضية . | | | |
| 2 | انقبل النقاش والحوار في قراراتي من قبل زملائي في أثناء الدراسة للمقررات النظرية والعملية. | | | |
| 3 | احترام الأنظمة والقوانين الصادرة من الوزارة والجامعة والكلية وواجب الالتزام بها واحث زملائي ايضا على الالتزام. | | | |
| 4 | احترم تعليمات وقرارات المؤسسات التعليمية واشعر ان تطبيقها واجب ويحسن أداء المهني في المستقبل. | | | |
| 5 | ارى أن تكون العقوبة في المؤسسات التعليمية للمسؤول أو المدرس أشد من الطلبة عند ارتكابهم للخطأ. | | | |
| 6 | ارى على الطلبة المخالفين أن يشعروا بالراحة والقبول عندما يتلقون عقوبة او إنذار بالعقوبة لما يستحقونه. | | | |
| 7 | ارى ضرورة المشاركة الفعالة للطلبة والمدرسين والإداريين في تنفيذ قرارات المرجعيات العليا للمؤسسات التعليمية. | | | |
| 8 | شخصية الطلبة الجيدة تساعدهم على اتخاذ القرار الصائب وبشجاعة دون تردد. | | | |
| 9 | الطلبة المتميزين والمفكرين لديه القدرة على اقناع زملائهم وقرانهم بالحجج الصائبة . | | | |
| 10 | كثرة الاطلاع للطلبة على المواد القانونية والانظمة والتعليمات ومعرفة قواعد الالعب يزيد من تحكمه بسلوكه داخل المحاضرات | | | |

4-الإفادة من التحديات والصعوبات السابقة :

ويعني قدرة الطالب على التفكير على اساس مقدمات معينة من خلال تطبيق قاعدة عامة على حالات جزئية ، ففي هذه العملية يستتبط الطالب معلومات جديدة من معلومات معروضة عليه او غير معروضة .

| ت | الفقرات | تصلح | لا تصلح | بحاجة الى تعديل |
|----|---|------|---------|-----------------|
| 1 | الطلبة الذين يدرسون بجد وتحدي لا يحتاجون الى الاعتراضات من اجل كسب المعلومات والمعارف | | | |
| 2 | ارى ان اعتماد الطلبة على المشاكسة داخل القاعات الدراسية النظرية والعملية الغرض منه إيهام المدرس دون الفائدة العلمية | | | |
| 3 | ارى ان مدرس المادة هو الشخص الوحيد المعني باتخاذ القرار الصائب اثناء المحاضرات | | | |
| 4 | ضرورة ان يسرع المدرس في اتخاذ قراراته لكي يُبين للطلبة شدة انتباهه ومتابعته | | | |
| 5 | كثرة المشاكل داخل القاعات الدراسية تجعل الطلبة يعانون من قلة التركيز في المادة العلمية | | | |
| 6 | اختلاف الآراء بين اساتذة المادة حالة تؤدي الى جدال بين الطلبة واختلاف وجهات النظر ويساهم بزيادة المعرفة | | | |
| 7 | يتردد بعض اساتذة المادة في اتخاذ القرارات مع الطلبة المتميزين بقبلياتهم المعرفية والمهارية بالألعاب الرياضية | | | |
| 8 | ارى ان شخصية المدرس وقدرته على إعطاء التوجيهات حالة تساعد الطلبة على التفكير وعدم تشتت انتباههم | | | |
| 9 | عدم اعتراضات الطلبة على تقييم الاساتذة تجعلهم يعتقدون ان المدرسين معهم وهذا يساعدهم على المثابرة والاجتهاد | | | |
| 10 | شعاري سأنتفوق في دراستي بالاجتهاد والمثابرة والتفكير المجدي | | | |

ملحق(6).

مقياس التفكير الإيجابي بصورته النهائية

| ت | العبارات | تنطبق علي دائما | تنطبق علي احيانا | لا تنطبق علي ابدا |
|---|--|-----------------|------------------|-------------------|
| 1 | انا راضي بما كتب الله لي في الدراسة الجامعية . | | | |
| 2 | ارى لابد من مجادلة المدرسين للحصول على حقوق الطلبة اثناء فترة الدراسة لزيادة تفاعل الطلاب بالعدالة والمساواة . | | | |
| 3 | اتخذ القرارات وفقا لقوانين الجامعة والكلية والدراسة واللوائح المعمول بها في الالعاب الرياضية . | | | |
| 4 | الطلبة الذين يدرسون بجد وتحدي لا يحتاجون الى الاعتراضات من اجل كسب المعلومات والمعارف . | | | |
| 5 | أؤمن بان توفيقى بالدراسة الجامعية هو من عند الله ودعاء الاهل والاصدقاء . | | | |
| 6 | ارى اهمية وجود التجهيزات والادوات الكافية لدرس الملاكمة اثناء المحاضرات العملية لزيادة حماس الطلاب. | | | |
| 7 | اتقبل النقاش والحوار في قراراتي من قبل زملائي في اثناء الدراسة للمقررات النظرية والعملية . | | | |
| 8 | ارى اعتماد الطلبة على المشاكسة داخل القاعات الدراسية النظرية والعملية الغرض منها ايهام المدرس | | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|----|
| | | | دون الفائدة العلمية | |
| | | | أؤمن بان ما يحدث لي من نجاح او فشل في دراستي الجامعية فهو بمشيئة الله. | 9 |
| | | | عرض قوانين وقواعد لعبة الملاكمة على الطلاب من قبل اساتذة المادة يقلل من الاخطاء عند الاداء. | 10 |
| | | | احترام الانظمة والقوانين الصادرة من الوزارة والجامعة والكلية من الواجب الالتزام بها واحث زملائي ايضا على الالتزام. | 11 |
| | | | ارى ان مدرس المادة هو الشخص الوحيد المهني باتخاذ القرار الصائب اثناء المحاضرة. | 12 |
| | | | انجز واجباتي الدراسية بعد التوكل على الله لأحظى باحترام اساتذتي وزملائي. | 13 |
| | | | ارى ان معرفة الطالب بقانون رياضة الملاكمة يقللون من الاعتراض على تقديرات اساتذة المادة. | 14 |
| | | | احترم تعليمات وقرارات المؤسسات التعليمية واشعر ان تطبيقها واجب يحسن أداء المهني في المستقبل . | 15 |
| | | | ضرورة ان يسرع المدرس في اتخاذ قراراته لكي يبين للطلبة شدة انتباهه ومتابعته . | 16 |
| | | | اشعر بان المرحلة الدراسية القادمة ستكون افضل بالنسبة الي لإيماني بحبة الله سبحانه وتعالى . | 17 |
| | | | كثرة المشاكل داخل القاعات الدراسية تجعل الطلاب يعانون من قلة التركيز في المادة العلمية . | 18 |

| | | | | |
|--|--|--|--|----|
| | | | اصلي لكي يوفقي الله في دراستي وتحقيق احلامي وامنياتي . | 19 |
| | | | ارى ان الطالب الذي يعترض على قرارات الاساتذة هو يحاول كسب ودهم . | 20 |
| | | | ارى على الطلبة المخالفين ان يشعروا بالراحة والقبول عندما يتلقون عقوبة او انذار بالعقوبة لما يستحقونه. | 21 |
| | | | اختلاف الآراء بين اساتذة المادة حالة تؤدي الى جدال بين الطلبة واختلاف وجهات النظر ويساهم بزيادة المعرفة . | 22 |
| | | | حبي وثقتي بالله ومعرفتي بقيم المجتمع يساعدي في حل المشاكل وتحقيق اهدافي المستقبلية . | 23 |
| | | | يصفني زملائي باني شخصية قيادية ويعتمد عليها في الاعمال التي تتطلب الاقناع. | 24 |
| | | | ارى ضرورة المشاركة الفعالة للطلبة والمدرسين والاداريين في تنفيذ قرارات المرجعيات العليا للمؤسسات التعليمية . | 25 |
| | | | استطيع تحقيق النجاح دون مساعدة الاخرين . | 26 |
| | | | شخصية الطلبة الجيدة تساعدهم على اتخاذ القرار الصائب وبشجاعة دون تردد. | 27 |
| | | | ارى ان شخصية المدرس وقدرته على اعطاء التوجيهات حالة تساعد على التفكير وعدم تشتت انتباههم . | 28 |

| | | | | |
|--|--|--|---|----|
| | | | ان متعة الدراسة الجامعية تكمن في قدرتي على فهم ذاتي وايماني بتوفيق الله سبحانه وتعالى . | 29 |
| | | | اتقبل نفسي حتى لو تعرضت لنقد زملائي واساتذتي . | 30 |
| | | | الطالبة المتميزين والمفكرين لديهم القدرة على اقناع زملاءهم وقرانهم بالحجج الصائبة . | 31 |
| | | | عدم اعتراضات الطلبة على تقييم الاساتذة تجعلهم يعتقدون ان المدرسين معهم وهذا يساعدهم على المثابرة والاجتهاد. | 32 |

ملحق (7)

يوضح استمارة استبيان تحديد انسب اختبار

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة كربلاء / كلية التربية الرياضية

قسم الدراسات العليا / الماجستير

م/ استمارة استبيان لتحديد انسب اختبار لمهارة اللكمة المستقيمة اليسار و اليمين للطلاب

المحترم

الاستاذ الفاضل

تحية طيبة:-

يروم الباحث اجراء بحثه الموسوم بـ ((تأثير تقنيات التعلم السريع في التفكير الايجابي وتعلم مهارة اللكمة المستقيمة بالملاكمة للطلاب)) . وبما انكم من ذوي الخبرة والاختصاص في هذا المجال ، قد حرص الباحث على ابداء رأيكم دعماً لبحثه في تحديد انسب اختبار لمهارة اللكمة المستقيمة ، ومن خلال وضع الدرجات لكل اختبار على وفق المدرج الاتي (صفر ، 1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5) .

ملاحظة :-

اولاً :- ان اقل درجة للتقييم هي (صفر) واعلى درجة للتقييم هي (5) درجات .

ثانياً :- يمكن وضع الدرجة نفسها لأكثر من اختبار مرشح .

ثالثاً :- من الممكن ابداء أي ملاحظة تراها مناسبة ولازمة ولم يذكرها في الاستمارة مع مراعاة

ما جاء انفاً .

مع جزيل الشكر والتقدير لتعاونكم معنا

الباحث

| ت | الاختبار | الهدف من الاختبار | يصلح | لا يصلح |
|-----------|--------------------------------------|--|------|---------|
| 1 | اختبار وسادة الحائط | قياس مستوى الاداء للكلمات المستقيمة | | |
| 2 | اختبار الملاكمة مع الزميل | قياس مستوى الاداء للكلمات المستقيمة | | |
| 3 | اختبار اللكم على كيس اللكم المرقم | قياس دقة الاداء للكلمات المستقيمة | | |
| الملاحظات | | | | |

الاسم :-

اللقب العلمي :-

مكان العمل :-

الاختصاص :-

التاريخ :-

التوقيع :

ملحق (8)

يبين الوحدات التعليمية

أنموذج وحدة تعليمية للمجموعة التجريبية باستخدام تقنيات التعلم السريع في التفكير الإيجابي
الهدف التعليمي : تعلم مهارة اللكمة المستقيمة اليسار باللكمة الوحدة التعليمية : الاولى

الهدف التربوي :تعويد الطلاب على الالتزام والنظام وتعليمهم روح التعاون

عدد المتعلمين: 15 الوقت : 90 دقيقة

الأدوات: جهاز عرض LED، كيس اللكم، مرآة، وسادة الحائط ، قفازات لكم

| الملاحظات | النشاط | الزمن | أقسام الوحدة |
|-----------|--|-------|----------------------------|
| | 10 دقائق - تمرينات إحماء عام لجميع أجزاء الجسم. 10 دقائق - إحماء خاص يشتمل تمرينات خاصة بالمهارة. | 20 د | القسم التحضيري |
| | | 60 د | القسم الرئيسي |
| | - شرح كيفية أداء مهارة اللكمة المستقيمة اليسار و عرضها و أوضاعها. - العرض التوضيحي للمهارة على شاشة العرض LED والإجابة عن الأسئلة. | 20 د | النشاط التعليمي |
| | - تطبيق الطالب اداء اللكمة المستقيمة اليسار على كيس اللكم تطبيق الطالب على وسادة الحائط ، تطبيق الطالب امام المرآة ، تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للامام والخلف تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للجانبين . - تتراوح فترات الراحة من 8-9 دقيقة لكل طالب | 40 د | النشاط التطبيقي (الممارسة) |
| | 5 د - تمرينات تهدئة واسترخاء العضلات . 5 د - إعطاء إرشادات وتعليمات عن اللكمة المستقيمة اليسار . | 10 د | القسم الختامي |

أنموذج وحدة تعليمية للمجموعة التجريبية باستخدام تقنيات التعلم السريع في التفكير الإيجابي

الهدف التعليمي : تعلم مهارة اللكمة المستقيمة اليسار بالملاكمة

المرحلة : الثانية

المجموعة: المجموعة التجريبية

الوقت : 90 دقيقة

الأدوات: جهاز عرض داتا، مرآة، كيس اللكم، وسادة الحائط، قفازات لكم.

عدد الطلاب: 15 طلاب

| الملاحظات | النشاط | الزمن | أقسام الوحدة |
|-----------|--|-------|----------------------------|
| | 10 دقائق - تمرينات إحماء عام لجميع أجزاء الجسم. 10 دقائق - إحماء خاص يشتمل تمرينات خاصة بالمهارة. | 20 د | القسم التحضيري |
| | | 60 د | القسم الرئيسي |
| | - شرح كيفية أداء مهارة اللكمة المستقيمة اليسار و عرضها و أوضاعها. - العرض التوضيحي للمهارة على شاشة الداتا شو على شكل افلام توضح مهارة اللكمة المستقيمة اليسار والإجابة عن الأسئلة. | 20 د | النشاط التعليمي |
| | - تطبيق الطالب اداء اللكمة المستقيمة اليسار على كيس اللكم ووسادة الحائط ، تطبيق الطالب على اداء اللكمة امام المرأة ، تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للأمام والخلف تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للجانبين . - تكرار الطالب لمهارة اللكمة المستقيمة اليسار على كيس اللكم ووسادة الحائط، المرأة ، - تتراوح فترات الراحة من 8-9 دقيقة لكل طالب | 40 د | النشاط التطبيقي (الممارسة) |
| | 5 د - تمرينات تهدئة واسترخاء العضلات . 5 د - إعطاء إرشادات وتعليمات عن اللكمة المستقيمة اليسار . | 10 د | القسم الختامي |

أنموذج وحدة تعليمية للمجموعة التجريبية باستخدام تقنيات التعلم السريع في التفكير الإيجابي

الهدف التعليمي : تعلم مهارة اللكمة المستقيمة اليسار بالملاكمة

المرحلة : الثانية

الوقت : 90 دقيقة

المجموعة: المجموعة التجريبية

الأدوات: عرض بوستر توضيحي للمهارة ،مرآة ،كيس اللكم ،وسادة الحائط ، قفازات لكم .

عدد الطلاب: 15 طلاب

| الملاحظات | النشاط | الزمن | أقسام الوحدة |
|-----------|---|-------|----------------------------|
| | 10 دقائق - تمرينات إحماء عام لجميع أجزاء الجسم. 10 دقائق - إحماء خاص يشتمل تمرينات خاصة بالمهارة. | 20 د | القسم التحضيري |
| | | 60 د | القسم الرئيسي |
| | - شرح كيفية أداء مهارة اللكمة المستقيمة اليسار و عرضها و أوضاعها. - العرض التوضيحي للمهارة على شكل بوسترات توضح مهارة اللكمة المستقيمة اليسار والإجابة عن الأسئلة. | 20 د | النشاط التعليمي |
| | - تطبيق الطالب اداء اللكمة المستقيمة اليسار على كيس اللكم ووسادة الحائط ، تطبيق الطالب على اداء اللكمة امام المرأة ، تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للأمام والخلف تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للجانبين . - تكرار الطالب لمهارة اللكمة المستقيمة اليسار على كيس اللكم ووسادة الحائط، المرأة ،اداء مع التحرك للأمام والخلف ،والجانبين . - تتراوح فترات الراحة من 8-9 دقيقة لكل طالب | 40 د | النشاط التطبيقي (الممارسة) |
| | 5 د - تمرينات تهدئة واسترخاء العضلات . 5 د - إعطاء إرشادات وتعليمات عن اللكمة المستقيمة اليسار . | 10 د | القسم الختامي |

أنموذج وحدة تعليمية للمجموعة التجريبية باستخدام تقنيات التعلم السريع في التفكير الإيجابي

الهدف التعليمي : تعلم مهارة اللكمة المستقيمة اليسار بالملاكمة

المجموعة: المجموعة التجريبية

الوقت : 90 دقيقة

الأدوات: جهاز صوت Dg ،مرآة ،كيس اللكم ،وسادة الحائط ، قفازات لكم .

عدد الطلاب: 15 طلاب

| الملاحظات | النشاط | الزمن | أقسام الوحدة |
|-----------|--|-------|----------------------------|
| | 10 دقائق - تمرينات إحماء عام لجميع أجزاء الجسم. 10 دقائق - إحماء خاص يشتمل تمرينات خاصة بالمهارة. | 20 د | القسم التحضيري |
| | | 60 د | القسم الرئيسي |
| | - شرح كيفية أداء مهارة اللكمة المستقيمة اليسار و عرضها و أوضاعها. - العرض التوضيحي للمهارة على جهاز Dg على شكل اصوات والإجابة عن الأسئلة. | 20 د | النشاط التعليمي |
| | - تطبيق الطالب اداء اللكمة المستقيمة اليسار على كيس اللكم ووسادة الحائط ،امام المرأة ، تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للأمام والخلف تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للجانبين . - تكرار الطالب لمهارة اللكمة المستقيمة اليسار على كيس اللكم ووسادة الحائط، المرأة ،اداء مع التحرك للامام والخلف ،والجانبين . - تتراوح فترات الراحة من 8-9 دقيقة لكل طالب | 40 د | النشاط التطبيقي (الممارسة) |
| | 5 د - تمرينات تهدئة واسترخاء العضلات . 5 د - إعطاء إرشادات وتعليمات عن اللكمة المستقيمة اليسار . | 10 د | القسم الختامي |

أنموذج وحدة تعليمية للمجموعة التجريبية باستخدام تقنيات التعلم السريع في التفكير الإيجابي

الهدف التعليمي : تعلم مهارة اللكمة المستقيمة اليمين بالملاكمة

المرحلة : الثانية

المجموعة: المجموعة التجريبية

الوقت : 90 دقيقة

الأدوات: جهاز عرض شاشة LED، مرآة ،كيس اللكم ،وسادة الحائط ، قفازات لكم .

عدد الطلاب: 15 طلاب

| الملاحظات | النشاط | الزمن | أقسام الوحدة |
|-----------|---|-------|----------------------------|
| | 10 دقائق - تمرينات إحماء عام لجميع أجزاء الجسم. 10 دقائق - إحماء خاص يشتمل تمرينات خاصة بالمهارة. | 20 د | القسم التحضيري |
| | | 60 د | القسم الرئيسي |
| | - شرح كيفية أداء مهارة اللكمة المستقيمة اليمين و عرضها و عرض كافة اوضاعها أووضاعها. - العرض التوضيحي للمهارة على شاشة LED على شكل افلام والإجابة عن الأسئلة. | 20 د | النشاط التعليمي |
| | - تطبيق الطالب اداء اللكمة المستقيمة اليمين على كيس اللكم ووسادة الحائط ، تطبيق الطالب على اداء اللكمة امام المرآة ، تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للأمام والخلف تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للجانبين . - تكرار الطالب لمهارة اللكمة المستقيمة اليمين على كيس اللكم ووسادة الحائط، المرآة ،اداء مع التحرك للأمام والخلف ،والجانبين . - تتراوح فترات الراحة من 8-9 دقيقة لكل طالب | 40 د | النشاط التطبيقي (الممارسة) |
| | 5 د - تمرينات تهدئة واسترخاء العضلات . 5 د - إعطاء إرشادات وتعليمات عن اللكمة المستقيمة اليسار . | 10 د | القسم الختامي |

أنموذج وحدة تعليمية للمجموعة التجريبية باستخدام تقنيات التعلم السريع في التفكير الإيجابي

الهدف التعليمي : تعلم مهارة اللكمة المستقيمة اليمين بالملاكمة

المرحلة : الثانية

المجموعة: المجموعة التجريبية

الوقت : 90 دقيقة

الأدوات: جهاز عرض داتا، مرآة، كيس اللكم، وسادة الحائط، قفازات لكم.

عدد الطلاب: 15 طلاب

| الملاحظات | النشاط | الزمن | أقسام الوحدة |
|-----------|--|-------|----------------------------|
| | 10 دقائق - تمرينات إحماء عام لجميع أجزاء الجسم. 10 دقائق - إحماء خاص يشتمل تمرينات خاصة بالمهارة. | 20 د | القسم التحضيري |
| | | 60 د | القسم الرئيسي |
| | - شرح كيفية أداء مهارة اللكمة المستقيمة اليمين و عرضها و عرض كافة أوضاعها. - العرض التوضيحي للمهارة على شاشة الداتا على شكل افلام والإجابة عن الأسئلة. | 20 د | النشاط التعليمي |
| | - تطبيق الطالب اداء اللكمة المستقيمة اليسار على كيس اللكم ووسادة الحائط، امام المرأة ، تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للأمام والخلف تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للجانبين . - تكرار الطالب لمهارة اللكمة المستقيمة اليسار على كيس اللكم ووسادة الحائط، المرأة ،اداء مع التحرك للأمام والخلف ،والجانبين . - تتراوح فترات الراحة من 8-9 دقيقة لكل طالب | 40 د | النشاط التطبيقي (الممارسة) |
| | 5 د - تمرينات تهدئة واسترخاء العضلات . 5 د - إعطاء إرشادات وتعليمات عن اللكمة المستقيمة اليسار . | 10 د | القسم الختامي |

أنموذج وحدة تعليمية للمجموعة التجريبية باستخدام تقنيات التعلم السريع في التفكير الإيجابي

الهدف التعليمي : تعلم مهارة اللكمة المستقيمة اليمين بالملاكمة

المرحلة : الثانية

الوقت : 90 دقيقة

المجموعة: المجموعة التجريبية

الأدوات: عرض بوستر توضيحي ،مرآة ،كيس اللكم ،وسادة الحائط ، قفازات لكم .

عدد الطلاب: 15 طلاب

| الملاحظات | النشاط | الزمن | أقسام الوحدة |
|-----------|--|-------|----------------------------|
| | 10 دقائق - تمرينات إحماء عام لجميع أجزاء الجسم. 10 دقائق - إحماء خاص يشتمل تمرينات خاصة بالمهارة. | 20 د | القسم التحضيري |
| | | 60 د | القسم الرئيسي |
| | - شرح كيفية أداء مهارة اللكمة المستقيمة اليمين و عرضها و عرض كافة أوضاعها. - العرض التوضيحي لمهارة اللكمة المستقيمة اليمين على شكل صور بوستر والإجابة عن الأسئلة. | 20 د | النشاط التعليمي |
| | - تطبيق الطالب اداء اللكمة المستقيمة اليمين على كيس اللكم ووسادة الحائط ،امام المرأة ، تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للأمام والخلف تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للجانبين . - تكرار الطالب لمهارة اللكمة المستقيمة اليمين على كيس اللكم ووسادة الحائط ، تطبيق الطالب على اداء اللكمة امام المرأة ، تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للأمام والخلف ،والجانبين . - تتراوح فترات الراحة من 8-9 دقيقة لكل طالب | 40 د | النشاط التطبيقي (الممارسة) |
| | 5 د - تمرينات تهدئة واسترخاء العضلات . 5 د - إعطاء إرشادات وتعليمات عن اللكمة المستقيمة اليسار . | 10 د | القسم الختامي |

أنموذج وحدة تعليمية للمجموعة التجريبية باستخدام تقنيات التعلم السريع في التفكير الإيجابي

الهدف التعليمي : تعلم مهارة اللكمة المستقيمة اليمين بالملاكمة

المرحلة : الثانية

المجموعة: المجموعة التجريبية

الوقت : 90 دقيقة

الأدوات: جهاز Dg ،مرآة ،كيس اللكم ،وسادة الحائط ، قفازات لكم .

عدد الطلاب: 15 طلاب

| الملاحظات | النشاط | الزمن | أقسام الوحدة |
|-----------|---|-------|----------------------------|
| | 10 دقائق - تمرينات إحماء عام لجميع أجزاء الجسم. 10 دقائق - إحماء خاص يشتمل تمرينات خاصة بالمهارة. | 20 د | القسم التحضيري |
| | | 60 د | القسم الرئيسي |
| | - شرح كيفية أداء مهارة اللكمة المستقيمة اليسار و عرضها و أوضاعها. - اضافة اصوات تساعد على تحفيز وتثبيت المعلومة لدى الطالب على والإجابة عن الأسئلة. | 20 د | النشاط التعليمي |
| | - تطبيق الطالب اداء اللكمة المستقيمة اليمين على كيس اللكم ووسادة الحائط ، تطبيق الطالب على اداء اللكمة امام المرأة ، تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للأمام والخلف تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للجانبين . - تكرار الطالب لمهارة اللكمة المستقيمة اليمين على كيس اللكم ووسادة الحائط، تطبيق الطالب على اداء اللكمة مع التحرك للأمام والخلف ،والجانبين . - تتراوح فترات الراحة من 8-9 دقيقة لكل طالب | 40 د | النشاط التطبيقي (الممارسة) |
| | 5 د - تمرينات تهدئة واسترخاء العضلات . 5 د - إعطاء إرشادات وتعليمات عن اللكمة المستقيمة اليسار . | 10 د | القسم الختامي |

D

as well as interest in using rapid learning techniques because of their role in creating an atmosphere of excitement and competition and saving time and effort in learning skills and their suitability for learners.



Abstract

The Effect of Rapid Learning Techniques In Positive Thinking and Learning Boxing Jab Punch For Students

Researcher

Supervisors

Hussein Jasim Mohammad

Prof. Dr. Samir Abdul Hadi Ahmed

2024

The study aimed to prepare exercises according to rapid learning techniques, and to identify the effect of rapid learning techniques on positive thinking and learning boxing jab punch for students. The researcher used the experimental approach in the through two equal groups with pre- and post-tests, where the research sample consisted of two experimental and control groups, each group consisting of (15) students were chosen randomly, and the experiment was (8) weeks with one educational unit per week.

After that, the researcher presented the results in the pre- and post-tests by displaying them in tables, then analyzed those tables and discussed them, reinforcing that with scientific sources. The study concluded that the experimental and control research groups achieved remarkable development in positive thinking and learning boxing jab punch for students in varying proportions, and that the educational units prepared by the researcher and the rapid learning techniques they included showed a preference between the two groups and in favor of the experimental group.

The study recommended the need to study positive thinking for different age groups because of its impact on the technical and skill performance of learners,



Ministry of Higher Education & Scientific Research

University of Kerbala

College of Physical Education & Sport Science

The Effect of Rapid Learning Techniques In Positive Thinking and Learning Boxing Jab Punch For Students

By

Hussein Jasim Mohammad

A Thesis Submitted to the Council of the College of Physical Education
& Sport Science, University of Kerbala as Partial Fulfillment of the
Requirement of Master Degree in Physical Education & Sport Science

Supervised by

Prof. Dr. Samir Abdul Hadi Ahmed

2024 AD / May

1445 AH / Shawal