الفصل الأول : المقدمة

- تقديم ..
- مشكلة البحث .
- أهداف البحث .
- فروض البحـــث .
- المصطلحات العلمية المستخدمة فى البحث .

الفصل الاول : المقدمة

تقديم :

الانسان مخلوق اجتماعى ، خلق ليعيش داخل جماعة ، يتفاعل معها فيؤثر فيها ويتأثر بها ، وقد اتفق المربون على اختلاف اتجاهاتهم على ان الهدف الاساسى للتعليم هو اعداد الفرد للمضى قدما على درب التعلم ٠

والتغذية الراجعة(Feed Back) عملية وسيطة لتطوير التفاعل المتبادل بين فردين أو اكثر لتحقيق غاية محددة (٦٠ : ٤٠٩) ٠ وقد اهتمت الاستراتيجيات التعليمية الحديثة بالتغذية الراجعة لتحسين نوعية التعلم والنمو المهنى ، لانها تلعب دورا كبيرا فى تعزيز وتوجية عملية التواصل بين الأفراد ، واذا ما أحسن فهمها والالتزام بشروط تقديمها واستقبالها فانها تساهم فى بناء الثقة والتفاهم بين الأطراف المشتركه فيها ، وتكون التغذية الراجعة أكثر فاعلية فى ترشيد التعليم والتعلم عندما تساعد المتعلم على تحديد اخطائه ، ومقارنة سلوكه مع معيار معين ومتفق عليه ، كما ينبغى أن تكون شاملة جميع جوانب العمل بشكل متوازن مع الأخذ فى الاعتبار حاجة الطرف المستقبل وامكاناته،أى يقدم المعلم من التغذية الراجعة القدر الذى يلزم الطرف الآخر وليس القدر الذى يرغب هو فى تقديمة ، كما ان وضوح الأهداف والصور المتوقعة للأداء تجعل عملية التغذية الراجعة اكثر فاعلية ، ومعرفة الاستجابة الصحيحة للأداء المتوقع تجعل عملية التقويم أيسر ، لذلك فان التغذية الراجعة ينبغى أن يزاولها الأفراد عبر وسائط مناسبة للأهداف المنشودة (٤ : ٣٤ ـ ٣٨)٠

والفيديو من الوسائل الهامة فى التغذية الراجعة والتى تتناسب مع طبيعة الاداء فى التمرينات حيث يتيح للطالبة فرصة الرجوع اليه لمشاهدة الاداء الامثل ومحاولة تقليده والتعرف على الاخطاء ومحاولة تصحيحها ، كما تزيد من رغبة الطالبات وطموحهن فى تحقيق مستوى أفضل ، وتساعد على تعلم المهارات الحس حركية المركبة بصورة أفضل ، وذلك يساعد على الاحتفاظ بهذه المهارات وزيادة القدرة على تذكرها واسترجاعها ٠

ان سلوك الانسان يدل على أنه يستعيد ماضيه بكل مافيه من خبرات ليواجه به حاضره ، فيعالجه بقدر أكبر ومهارة أعظم ، ولو اقتصرت حياتنا النفسية على الحاضر

المطلق لكان التفكير غير ممكن ، لان الذاكرة هى التى تربط الحاضر بالماضى ، والذاكرة الأولية عبارة عن بقاء الاشياء فى حاضر النفس مدة من الزمان ، اما الذاكرة الحقيقية فهى القدرة على احياء اشياء شعورية مضت ولكنها جزء من حياتنا الماضية ، والادراك لايقوم الا على تذكر الصور السابقة ، كما ان الشخصية لا تقوم الا على تذكر الماضى ، ولولا الذاكرة لما تكونت الشخصية ولا تم الادراك ، ولا اكتسبت العادات ، ولا امكن التخيل والحكم والاستدلال ، والحياة الانفعالية نفسها تقوم على التذكر (١٦ : ٣٩٧) .

وللذاكرة أنواع كثيرة تختلف باختلاف الميول الفطرية والمكتسبة فالانسان قد يكون قادر على حفظ مفردات اللغه ، وقد يكون قويا فى حفظ الانساب ، ويكون ضعيفا فى حفظ الانغام . فهناك اذن ذاكره للأعداد ، وذاكرة للالفاظ ، وذاكره للموسيقى وذاكره للحركة ، الا ان علماء النفس يقسمون الذاكره حسب طبيعة الذكريات أقساما مختلفة ، كالذاكرة الحسية ، والذاكرة الانفعالية ، والذاكرة العقلية (١٦ : ٣٩٦ ، ٣٩٧) ، كما ميز علماء النفس بين أنواع ثلاثة من الذاكرة (يسمونها أحيانا مراحل التذكر) وهى الذاكرة الوجيزة المدى(Brief Term) أو الحسية (Sensory) ، والذاكرة قصيرة المدى (Short Term) أو الاولية ، والذاكرة طويلة الامد (Long Term) أو الثانوية (١٧ : ٢٨٨).

وقد أجريت العديد من الدراسات عن التغذية الراجعة فى البيئة العربية والأجنبية فى انشطة رياضية مختلفة ، كما اجريت بعض الدراسات عن الذاكرة الحركية ، وتعد الدراسة الحالية من الدراسات شديدة الندرة حيث تناولت العلاقة بين التغذية الراجعة والذاكرة الحركية .

مشكلة البحث :

التغذية الراجعة هى نوع من المعلومات التى ترد من مصدر ما يفيد فى ضبط السلوك ، وهى ليست هدفا فى حد ذاتها بل وراءها غرضا أبعد منها وهو توظيف المعلومات الناتجة عنها فى اجراء التحسينات على العملية التعليمية بقصد مساعدة المتعلم على المدى البعيد فى الحصول على الحد الاقصى من المنفعة من برامج التعليم (٤ : ٤٠) .

وبصفة عامة يمكن القول أن التغذية الراجعة هى نوع من المعلومات عن استجابة المتعلم ، توفر بواسطة المتعلم ذاته أو عن طريق البيئة ، والفيديو وسيلة من وسائل التغذية الراجعة التى تهيئ مناخا نفسيا مناسبا للتعلم وتزيد من احساس الطالبة بالنواحى الجمالية فى الادا وهى من المقومات الهامة بالنسبة للتمرينات .

والذاكرة شرط أساسى للحياة النفسية وحجر الزاوية للنمو النفسى ، وبدونها يدرك الفرد الإحساس الذى يتكرر لمرات عديدة كما أدركه فى المرة الأولى ، وبالتالى لايحدث التعلم وبدون الذاكرة لانستطيع الاحتفاظ بنواتج التعلم استنادا إلى الخبرة الماضية . (٢٤ : ٢١٦) ، والتمرينات مع ماتتميز به من مهارات ذات طابع فنى خاص وتكنيك دقيق يحتاج لمتطلبات خاصة فى الاداء لم تلق الاهتمام الكافى من قبل الباحثين فى مجال الذاكرة الحركية والتغذية الراجعة مما دفع الباحثة للاهتمام بهذين المجالين فى الدراسة الحالية .

وقد لاحظت الباحثة من خلال التدريس لطالبات الفرقة الاولى بالكلية صعوبة تعلم المهارات الحركية الى جانب الصعوبة فى استرجاع المهارات الحركية التى تعلمنها فى الدروس السابقة ، وقد يرجع ذلك لاسباب متعددة ومتداخلة ، مثل عدم ممارسة الطالبة للرياضة من قبل ، او قد يكون نتيجة للقصور فى اى جانب من جوانب العملية التعليمية ، او نتيجة لعدم توافر المكان المناسب للدراسة او الموسيقى المصاحبة ، وقد يكون ايضا نتيجة لعدم اكتمال تصورهن للمهارات الحركية . مما جعل الباحثة تستخدم التغذية الراجعة البصرية (باستخدام الفيديو) لمساعدة الطالبات على التعلم وتوضيح الحركة المطلوبة ، الى جانب تشويقهن لمشاهدة الاداء الامثل ومقارنة ادائهن به لتحقيق المستوى المطلوب ، وبرغم ان الطالبة قد تكون حديثة العهد بالممارسة الرياضية فانها تقوم بدراسة العديد من الجمل الحركية المتداخلة والمتشابهة التى تفرضها طبيعة النظام الدراسى بالكلية سواء كان ذلك فى التمرينات او التعبير الحركى او الايقاع او الجمباز الارضى لذلك فهى تحتاج الى مايساعدها على حفظ هذه الجمل والتميز بينها لتحقيق مستوى افضل ، لهذا اهتمت الباحثة بدراسة موضوع الذاكرة الحركية ، ولما كان الافراد يختلفون فى قدراتهم التذكرية سواء كانت سمعية او بصرية او حركية فقد كان من

الصعوبة استخدام اختبار يعتمد على الكلمات أو الصور أو الاشكال لقياس الذاكرة الحركية ولذلك قامت الباحثة بتصميم ثلاث اختبارات لقياس الذاكرة الحركيه فى التمرينات عن طريق الحركة للاستعانة بها فى دراسة " أثر التغذية الراجعة البصرية على الذاكرة الحركية ومستوى الاداء فى مادة التمرينات " .

أهداف البحث :

يهدف البحث إلى محاولة تحسين العملية التعليمية ومساعدة الطالبة للوصول لمستوى أفضل فى مادة التمرينات من خلال :

١ - تصميم اختبارات لقياس الذاكرة الحركية المباشرة ، وغير المباشرة فى التمرينات عن طريق الحركة .

٢ - دراسة أثر التغذية الراجعة البصرية على الذاكرة الحركية المباشرة ، وغير المباشرة فى مادة التمرينات .

٣ - دراسة أثر التغذية الراجعة البصرية على مستوى الاداء فى مادة التمرينات .

فروض البحث :

بناء على أهداف البحث تصيغ الباحثة الفروض التاليه :

١ - توجد فروق داله احصائيا بين القياسين الأول والثانى للمجموعة التجريبية لصالح القياس الثانى فى كل من الذاكرة الحركية المباشرة ، وغير المباشرة .

٢ - لاتوجد فروق داله احصائيا بين القياسين الأول والثانى للمجموعة الضابطة فى الذاكرة الحركية المباشرة ، وغير المباشرة .

٣ - توجد فروق داله احصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية فى القياس الثانى للذاكرة الحركية المباشرة ، وغير المباشرة ، بينما

لاتوجد فروق داله احصائيا بين المجموعتين فى القياس الأول .

٤ - توجد فروق داله احصائيا بين القياسين الاول والثانى للمجموعة التجريبية لصالح القياس الثانى فى مستوى الاداء .

٥ - لاتوجد فروق داله احصائيا بين القياسين الاول والثانى للمجموعة الضابطة فى مستوى الاداء .

٦ - توجد فروق داله احصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية فى القياس الثانى لمستوى الاداء ، بينما لاتوجد فروق داله احصائيا بين المجموعتين فى القياس الاول .

المصطلحات العلمية المستخدمة فى البحث :

١ - **التغذية الراجعة : Feed Back**

عرفها سنجر (Singer) ١٩٨٠ بأنها " معلومات توفر للمتعلم عن طبيعة ادائه او عن نتائج الحركة ، وعندما يوجد تعارض بين المخرج والمدخل يبدأ الميكانيزم التصحيحى" (٦٧ : ٢٨٢).

وعرفها شميث (Schmidt) (١٩٨٢) بأنها " كل استجابة تنتج عنها معلومات تستقبل أثناء او بعد الحركة " كما عرفها بأنها معلومات حسية تكون مصاحبة اثر حدوث الحركة (٦٥ : ٥٢٨).

٢ - وترى الباحثة كتعريف اجرائى تعريف التغذية الراجعة البصرية (Visual Feed Back) بأنها " معلومات بصرية تتلقاها الطالبة عن الاداء بواسطة الفيديو تساعدها فى تعديل سلوكها وتحسين أدائها للشكل المطلوب" .

٣ - **الذاكرة : Memory**

عرفها حلمى المليجى (١٩٨١) بقوله " الذاكرة هى العملية العقلية التى تتضمن

اكتساب المعلومات والاحتفاظ بها ، ومايعقب ذلك من استرجاع وتعرف " (١٩ : ١٣٩).

ويعرفها طلعت منصور وأنور الشرقاوى وآخرون (١٩٧٨) بانها " هى العملية التى يتم بها تسجيل وحفظ واسترجاع الخبرة الماضية " .

وفى موسوعة علم النفس عرفت الذاكرة بأنها " تلك الميزة التى تتحلى بها الكائنات الحية ، وبفضلها تخلف التجارب التى يعيشها الاحياء آثارا تؤدى الى تعديل الخبرة والسلوك فى المستقبل " (٩ : ١٣٨).

وعرف أحمد زكى صالح (١٩٧٢) التذكر بأنه " هو ادراك موقف فى الحاضر ويعتمد على الحفظ ، وهو العملية التى تثبت بها الخبرة الراهنة " (٥ : ١٤٥) .

ويعرف ابراهيم عصمت مطاوع (١٩٨٦) التذكر بأنه " استرجاع شئ تعلمناه من قبل مع تحديد فى الزمان والمكان " (١ : ٣٠٨).

٤ - ووصولا لتعريف الذاكرة الحركية Motor Memory نتعرض للتعريفات التاليه :

- يرى جميل صليبا (١٩٨١) " أن الذاكرة الحسية أو ذاكرة الصور تختلف باختلاف انواع الصور التى نستحضرها ، فاذا كانت هذه الصورة بصرية سميت بالذاكرة البصرية ، واذا كانت سمعية سميت بالذاكرة السمعية ، وكما يوجد للانسان ذاكرة بصرية (Memoire Visuelle) وذاكرة سمعية (Memoire Ouditve) كذلك يوجد له ذاكرة حركية (Memoire Motric) (١٦ : ٣٩٧).

- وقد عرف طلعت منصور ، وانور الشرقاوى وآخرون الذاكرة الحركية بانها " هى ذاكرة اكتساب نماذج الحركة ، وحفظها واستدعائها " والتصورات الحركية والعضلية لشكل الحركة وسرعتها ومقدارها وسعتها وتتابعها وايقاعها وغير ذلك ، ويروأن الذاكرة الحركية ذات اهمية خاصة فى الالعاب الرياضية وفى بعض الاعمال التى تستلزم مهارات حركية او ابداع حركى (٢٤ : ٢٢٠).

- وبناء على ماسبق يمكن للباحثة تقديم تعريف اجرائى للذاكرة الحركية فى التمرينات فتحددها " بقدرة الطالبة على الاحتفاظ بالمهارات الحركية المتعلمة والخاصة بالتمرينات ، واسترجاعها" .

٥ - وتعرف الذاكرة الحركية المباشرة (Direct Motor Memory) كتعريف اجرائى بانها قدرة الطالبة على استرجاع جملة حركية مكونه من ثمان عدات فور مشاهدتها مباشرة " .

٦ - وتعرف الذاكرة الحركية غير المباشرة (Undirect Motor Memory) كتعريف اجرائى أيضا بأنها " قدرة الطالبة على الاحتفاظ بجملة حركية طويلة (سبق تعلمها) ، واسترجاعها بعد فترة زمنية محددة " .

٧ - **الاسترجاع :** Recall

- عرفه أحمد زكى صالح (١٩٧٢) بقوله : " الاسترجاع هو استدعاء الخبرة الماضية سواء كان هذا الاستدعاء مباشرا او غير مباشر " (٥ : ١٤٥).

وعرفه أحمد عزت راجح (١٩٧٧) بأنه " هو استحضار الماضى فى صورة ألفاظ او معان أو حركات أو صور ذهنية ، وقد يكون جزئيا او كليا ، ناقصا أو مكتملا " (٦ : ٣٨٢).

وعرفه حسين الدرينى (١٩٨٥) بقوله " ان الاسترجاع يقصد به الاشارة الى تلك العملية العقلية التى يقوم فيها الفرد بمجهودات مقصودة لاستعادة خبرات سبق ان تعلمها" (١٧ : ٣٨٥).

وقد ذكر جابر عبدالحميد (١٩٧٨) " أن الاسترجاع هو استعادة الماضى على هيئة ألفاظ أو معان أو حركات أو صور ذهنية " (١٤ : ٢٥٩).

وتتفق الباحثة مع تعريف حسين الدرينى حيث يتناسب مع طبيعة البحث الحالى ولانه لم يغفل الدور الايجابى للفرد .

٨ - التمرينات : Gymnastic

عرفت عطيات خطاب (١٩٨٢) التمرينات بأنها " هى الاوضاع والحركات البدنية المختارة طبقا للمبادئ والأسس التربوية والعلمية بغرض تشكيل وبناء الجسم وتنمية قدراته الحركية لتحقيق أحسن مستوى ممكن فى الاداء الرياضى والمهنى وفى مجالات الحياة المختلفة " (٢٧ : ١٧) .

ويعرفها يحيى صالح " بأنها مادة مستقلة فى برامج التربية الرياضية لها اوضاعها وحركاتها المقننة المختارة طبقا للاسس العلمية والتربوية بغرض البناء الجسمانى والتطور الحركى اللازمين لكل فرد لبلوغ المستوى العالى من القدرة على الاداء فى النواحى الوظيفية كما تدخل فى نطاقها النواحى الفنية " (٤٣ : ٢٣).

وتعرفها نائرة العبد بأنها " هى شكل من أشكال الرياضة الحديثة الخاصة بالاناث ، تؤدى بصورة فردية أو جماعية بأدوات يدوية معينة وبمصاحبة الموسيقى حيث يتخذ فيها الجسم والاداة أوضاعا وحركات ايقاعية اساسها الباليه والاكروبات والرقص الشعبى فى اطار تربوى خاص ومحدد " (٣٨ : ١٨).

ونلاحظ ان التعريفين الاول والثانى قد أغفلا الجانب الجمالى فى التمرينات ، أما التعريف الثالث ، فبالرغم من ايضاحه لهذه الناحية الا انه قد اغفل جانب التنافس وهو مايميز التمرينات الفنية الايقاعية الحديثة ويحقق أغراضها .

وترى الباحثة كتعريف اجرائى يتفق وموضوع البحث ان :

" التمرينات مجموعة من الاوضاع والحركات الايقاعية المصاحبة للموسيقى تؤدى فى اطار تنافسى تربوى خاص بغرض الوصول بالطالبة الى أفضل مستوى ممكن فى الاداء الحركى والجمالى وفق الخطة الدراسية المقررة لطالبات الفرقة الاولى بالكلية " .

٩ - مستوى الاداء : Performance Level

" ويتحدد من خلال الدرجة التى تحصل عليها الطالبة فى التمرينات الحرة ، والموضوعة بواسطة لجنة ثلاثية من قسم التمرينات " .