

تأثير استخدام المنصات التعليمية على مستوى الأداء الفني لمهارة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق

أ.م.د/ شيماء مصطفى عبد الله على
أستاذ مساعد بقسم مسابقات الميدان والمضمار
كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

المقدمة ومشكلة البحث:

تواجه عملية التعلم والتعلم الآن تحدياً كبيراً متمثلاً في جائحة فيروس كورونا المستجد Covid-19 حيث أثر هذا الفيروس اللعين على العملية التعليمية من خلال انقطاع الطلاب عن الدراسة، وجاء ذلك في وقت نعاني منه بالفعل من ازمة تعليمية عالمية، متمثلة في الزيادة الكبيرة في اعداد الطلاب، حيث بدأت العديد من الدول، لا سيما مصر في التوجه نحو التعلم الالكتروني باعتباره طوق نجاة، من أجل حماية الطلبة وعضو هيئة التدريس من الجائحة والمحافظه في الوقت ذاته على استمرار عملية التعليم.

فالتعليم الالكتروني يساعد المتعلم في التعلم في المكان الذي يريده وفي الوقت الذي يفضله، وذلك من خلال محتوى علمي مختلف عما يقدم في الكتب المدرسية، حيث يعتمد على الوسائط المتعددة (نصوص- رسومات - صور - فيديوهات - صوت) ويقدم من خلال وسائط الكترونية حديثة مثل الحاسوب، الانترنت، الأقمار الاصطناعية، والإذاعة والتلفزيون، والاقراص الممغنطة والبريد الالكتروني، ومؤتمرات الفيديو. (16: 79)

كما يعمل التعلم الالكتروني على رفع تحصيل الطلاب في المواد المختلفة، من خلال إتاحة الكم الهائل من التدريبات التي يتفاعل بها المتعلم مع البرمجيات التعليمية، ووجود التغذية المرتدة Feed- Back. (9: 48)

وأشارت منظمة "اليونسكو UNESCO" الي مجموعة من التطبيقات والمنصات التي تساعد على التعلم الالكتروني، وتساعد مؤسسات التعليم العالي في تطوير مسارات العملية التعليمية، منها تطبيق "بلاك بورد" Black Board، وكذلك منصة "ادمودو Edmodo، وتطبيق "جوجل كلاس روم Google Classroom، وتطبيق "سي سو seesaw"، وتطبيق "مايند سبارك MIND SPARK". (25)

ويشير "بيوتروفسكي Piotrowski" (2010م) أنه مع ظهور شبكة الانترنت وازفاء الطابع المؤسسي على التعليم الالكتروني، تم انشاء منصات التعليم على شبكة الانترنت، لإدارة وتوثيق المحتوى المستخدم، كما انها جاءت لتوفير واجهة مستخدم واحدة ومتناسقة لجميع جوانب المقرر الدراسي. (22: 21)

وتعد المنصات التعليمية من أحدث نماذج توظيف التعلم الإلكتروني في عمليتي التعليم والتعلم، بحيث تتوفر في هذه المنصات المقررات التعليمية عبر الانترنت بجودة عالية، ومما لا شك فيه ان أفضل أنواع التعلم ذلك التعليم الذي يولد التشوق للمعرفة ويجعل العملية التعليمية أكثر متعة وأكثر حيوية مع قليل من المحاضرات التقليدية وكثير من المشاريع والقراءات والاطلاع في تعلم يتركز حول الطالب لا المعلم، ومع زيادة استخدام التقنية الحديثة في العملية التعليمية ازدادت اعداد المعلمين الذين يرغبون بتدريس طلابهم بطرق إبداعية. (23: 64)

إن المنصات التعليمية الإلكترونية احد أدوات التعليم الإلكتروني الفعالة التي تسهم بشكل كبير في فاعلية عملية التعلم وزيادة المشاركة النشطة والتفاعل والتعاون بين المتعلمين والمعلمين في العملية التعليمية، بالإضافة إلى دورها في بناء الشخصية والاعتماد على الذات في الحصول على المعلومة، ويتضح من أهمية التعليم الإلكتروني بشكل عام والمنصات التعليمية الإلكترونية بشكل خاص ما يمكن أن تقدم المنصات التعليمية الإلكترونية من فائدة للعملية التعليمية وتسهيل لعملية التدريس بالنسبة للمعلمين، وزيادة في التفاعل الصفي خلال العملية التعليمية وتوفير البيئة التعليمية الإيجابية التي تسهم في ذلك. (14: 4)

ولقد اوصت العديد من الدراسات السابقة بضرورة اجراء بحوث عن استخدام المنصات التعليمية علي تعلم المهارات الأساسية في الرياضات المختلفة، حيث انها تضمن استغلالا لوقت المحاضرة، وتجعلها أكثر نشاطاً وحيوية، مما يساعد على رفع مستوى الأداء المهارى لدي الطالبات ومن تلك الدراسات دراسة "عمرو السيد فهمي" (2020م) (10)، ودراسة "مريم محمد ابراهيم" (2019م) (12)، ودراسة "مصطفى السايح محمد واخرون" (2019م) (13)، ودراسة "تامر جمال عرفة" (2018م) (6).

وتعتبر مسابقة الوثب الطويل من أقدم المسابقات في العاب القوى، وهي عبارة عن حركة وحيدة لها هدف واحد وغرض واحد ونهاية واضحة، الا انها تحتوي في جزء منها على الحركة المتكررة متمثلة في مرحلة الاقتراب، بينما تتمثل الحركة الوحيدة في عملية الوثب الفعلية، حيث ان للوثب بداية ونهاية واضحتان، وعلى ذلك فإن مسابقة الوثب الطويل تنقسم الى المرحلة التمهيديّة أو التحضيرية وهي عبارة عن الاقتراب، والمرحلة الأساسية تشتمل على الارتقاء وال الطيران وهي الجزء الرئيسي الذي يؤدي فيه هدف الحركة، والمرحلة النهائية ويتم فيها الهبوط. (8: 14)

ويشير "بسطويسي احمد" (1997م) الى ان الوثب الطويل كنشاط حركي من الأنشطة البسيطة في أدائها وخاصة في مراحل تعلمه الاولي، والأكثر شيوعاً في ممارستها ليست فقط

في الميدان والمضمار ولكن بالنسبة للألعاب والفاعليات الرياضية المختلفة وعلي ذلك يقبل الطلاب على أدائها دون معلم متنافسين بعيدين عن فنون حركاته والمتمثلة في الأداء الفني حيث يمر الأداء الحركي في الوثب الطويل بمراحل فنية متلاحقة والتي تتمثل (الاقتراب ثم الارتقاء فالطيران واخيراً الهبوط) ولكل مرحلة من تلك المراحل واجباتها الحركية الخاصة التي لا يمكن فصل بعضها عن بعض. (5: 288)

ومن خلال قيام الباحثة بتدريس مسابقة الوثب الطويل ضمن منهج العاب القوى لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق، فقد لاحظت ضعف مستوى أداء طالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق لمسابقة الوثب الطويل المقررة عليهم، وظهر ذلك بوضوح من خلال أداء الطالبات اثناء سير المحاضرة والاختفاء الكثيرة اثناء الأداء بالإضافة الى إيقاف الباحثة المحاضرة أكثر من مرة لتصحيح الأداء وإعطاء نموذج ثاني وثالث لتوصيل الأداء الصحيح للطالبات، بالإضافة الى ضعف نتائج تقويم الطالبات سواء في امتحانات اعمال السنة أو نهاية الترم.

كما قامت الباحثة بالاطلاع على العديد من المراجع العربية المتخصصة والدراسات العلمية السابقة، وكذلك شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) فلم تجد دراسة علمية واحدة في حدود علم الباحثة تناولت تعليم مسابقة الوثب الطويل باستخدام المنصات التعليمية على الرغم من أهمية المنصات التعليمية والذي ظهر بصورة واضحة من خلال نتائج الدراسات السابقة. وفي ضوء ما تقدم فإن مشكلة البحث الحالي تتمثل في محاولة التعرف على تأثير استخدام المنصات التعليمية على مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق.

- هدف البحث:

التعرف على تأثير استخدام المنصات التعليمية على مستوى الأداء الفني لمهارة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق.

- فروض البحث:

- 1- توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة المستخدمة الطريقة المتبعة (الشرح والنموذج) على مستوى الأداء الفني لمهارة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق في اتجاه القياس البعدي.
- 2- توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية المستخدمة المنصات التعليمية على مستوى الأداء الفني لمهارة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق في اتجاه القياس البعدي.

3- توجد فروق دالة احصائياً بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في القياس البعدي في مستوى الأداء الفني لمهارة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق في اتجاه المجموعة التجريبية.

- مصطلحات البحث:

المنصات التعليمية: هي مجموعة متكاملة من الخدمات التفاعلية عبر الإنترنت التي توفر للمعلمين والمتعلمين والاباء وغيرهم من المشاركين في التعليم بالمعلومات والادوات والموارد لدعم وتعزيز تقديم التعليم والإدارة. (21: 16)

- الدراسات السابقة:

أولاً: الدراسات العربية:

1- دراسة "عمرو السيد فهمي" (2020م) بعنوان "فعالية استخدام المنصات التعليمية الإلكترونية (Edmodo) على تعلم بعض المهارات الدفاعية والتحصيل المعرفي في كرة اليد"، واستهدفت الدراسة التعرف فعالية استخدام المنصات التعليمية الإلكترونية (Edmodo) على تعلم بعض المهارات الدفاعية والتحصيل المعرفي في كرة اليد، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، على عينة قوامها (30) طالب من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة بنها وتم تقسيم الى مجموعتين تجريبية وضابطة قوام كل منهم (15) طالب، ومن أدوات جمع البيانات الاختبار المعرفي والاختبارات المهارية، ومن أهم النتائج استعمال تكنولوجيا المنصة التعليمية (Edmodo) اثرت إيجابياً في رفع مستوى المهارى والتحصيل المعرفي لطلاب المجموعة التجريبية بشكك أكبر مقارنة بطلبة المجموعة الضابطة اللذين درسوا بالطريقة التقليدية، فضلاً عن تنمية الاتجاه الإيجابي نحو التعليم الإلكتروني. (10)

2- دراسة "مريم محمد ابراهيم" (2019م) بعنوان "تأثير برنامج تعليمي باستخدام المنصة التعليمية التفاعلية في تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة والتمرينات الفنية الايقاعية لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا"، واستهدفت الدراسة التعرف على تأثير برنامج تعليمي باستخدام المنصة التعليمية التفاعلية في تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة والتمرينات الفنية الايقاعية لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، على عينة قوامها (4) طالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وتم تقسيمهم الي مجموعتين متساويتين قوام كل منها (20) طالبة، ومن أدوات جمع البيانات الاختبارات البدنية والمهارية والمعرفية، ومن أهم النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات القياسين البعدي لمجموعتين البحث التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية والمستخدمة

المنصة التعليمية التفاعلية. (12)

3- دراسة "مصطفى السايح محمد واخرون" (2019م) بعنوان "تأثير استخدام المنصات التعليمية التفاعلية على تحسين بعض المهارات التدريسية للطالب المعلم بكلية التربية الرياضية جامعة بنها"، واستهدفت الدراسة التعرف تأثير استخدام المنصات التعليمية التفاعلية على تحسين بعض المهارات التدريسية للطالب المعلم بكلية التربية الرياضية جامعة بنها، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي، على عينة قوامها (80) طالب من طلاب الفرقة الرابعة شعبة الرياضة المدرسية بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة بنها وتم تقسيم الى مجموعتين تجريبية وضابطة قوام كل منهم (30) طالب، ومن أدوات جمع البيانات الاختبار المعرفي والاختبارات مهارية، ومن أهم النتائج ان استخدام المنصات التعليمية بالتدريس ساهمت بطريقة إيجابية في تحسن مستوى المهارات التدريسية للطالب المعلم قيد البحث لأفراد المجموعة التجريبية. (13)

4- دراسة "تامر جمال عرفة" (2018م) بعنوان "تأثير استخدام المنصات التعليمية على جوانب تعلم بعض المهارات بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية"، واستهدفت الدراسة التعرف تأثير استخدام المنصات التعليمية على جوانب تعلم بعض المهارات بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، على عينة قوامها (24) تلميذ من تلاميذ الصف الأول الاعدادي وتم تقسيم الى مجموعتين تجريبية وضابطة قوام كل منهم (12) تلميذ، ومن أدوات جمع البيانات الاختبار المعرفي والاختبارات البدنية والمهارية، ومن أهم النتائج تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في المستوي الرقمي لمسابقة الوثب الطويل ومستوي التحصيل المعرفي. (6)

5- دراسة "يوسف عبد المجيد العنزي" (2017م) بعنوان "فاعلية استخدام المنصات التعليمية (Edmodo) لطلبة تخصص الرياضات والحاسوب بكلية التربية الاساسية بدولة الكويت"، واستهدفت الدراسة التعرف على برنامج المنصات التعليمية (Edmodo) وتطبيقاته واهم مزاياه في التعليم والتعلم المعاصر، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، على عينة قوامها (200) طالب وطالبة من تخصص الرياضات والحاسوب بكلية التربية الاساسية بدولة الكويت، ومن أدوات جمع البيانات استبانة علي مقياس ليكرت الثلاثي، ومن أهم النتائج يستفيد الطلبة من تطبيقات البرامج المتقدمة وتساعدهم على تبادل الخبرة بين الزملاء في حل الواجبات المتداولة بينهم، وتسهم في التعلم من خلال التعلم التشاركي بين الطلبة. (18)

ثانياً: الدراسات الأجنبية:

6- دراسة "ستيفن هانكينز Steven Hankins" (2015م) بعنوان "تأثير استخدام منصة

Edmodo على تحصيل تلاميذ المرحلة المتوسطة"، واستهدفت الدراسة التعرف على تأثير استخدام منصة Edmodo على تحصيل تلاميذ المرحلة المتوسطة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، على عينة قوامها (327) تلميذ تم اختيارهم بالطريقة العشوائية بالصف السابع وتم تقسيمهم الي مجموعتين، ومن أدوات جمع البيانات استمارة تفاعل معالجة الكفاءة والاختبارات الدراسية ومن أهم النتائج هناك تأثير كبير لاستخدام منصة Edmodo في تحصيل التلاميذ اللغة الانجليزية. (20)

7- دراسة "يوني وليسك Younei & Leask" (2009م) بعنوان "استخدام المنصات التعليمية الإلكترونية في المدارس والجامعات في بريطانيا"، استهدفت الدراسة التعرف على دور المنصات التعليمية الإلكترونية في العملية التعليمية"، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، على عينة من المعلمين، ومن أدوات جمع البيانات استمارة استبيان حول دور المنصات الإلكترونية، ومن أهم النتائج أن المعلمين بحاجة إلي التطوير المهني المستمر فيما يتعلق بزيادة معرفتهم بالمنصات التعليمية الإلكترونية من الناحية الفنية والتربوية ولكن هذا الدعم غير متوفر وقت الحاجة في المدارس بينما في الجامعات متوفر بشكل دائم، الدور الإيجابي للمنصات التعليمية في زيادة مشاركة الطلاب وتبادل المعلومات وزيادة دافعيتهم نحو التعلم. (24)

- التعليق على الدراسات السابقة:

يتضح من العرض السابق للدراسات السابقة العربية والأجنبية وفي حدود ما اتيح للباحثة من دراسات بلغت عدد الدراسات العربية والأجنبية (7) دراسات منها (5) دراسات عربية، (2) دراسة اجنبية من عام (2009م) الى عام (2020م)، وانفقت جميعا في انها أبحاث انتاج علمي، وتنوعت من حيث صياغة المصطلحات ولكن تمحورت حول استخدام المنصات التعليمية كمتغير تجريبي، واختلفت الأهداف باختلاف الأبحاث واستخدمت الدراسات المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحوث وتنوعت العينات من تلميذات للمرحلة الاعدادية وطلاب وطالبات الجامعة، وقد ساعدت الباحثة في اختيار منهجية البحث وتحديد أهداف البرنامج التعليمي وكذلك تصميم البرنامج التعليمي باستخدام المنصات التعليمية، بالإضافة إلى اختيار أدوات جمع البيانات سواء بدنية، مهارية، إلى جانب تحديد المدة الزمنية لتطبيق البرنامج وعدد الوحدات التعليمية وزمن كل وحدة، وكذلك أفضل الأساليب الإحصائية المناسبة لمعالجة بيانات البحث المائل، كما استفادت الباحثة من نتائج هذه الدراسات في تفسير ومناقشة نتائج هذا البحث.

- إجراءات البحث:

منهج البحث:

أستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة هذا البحث، وذلك بإتباع التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة باستخدام القياسات القبلية والبعديّة. مجتمع وعينة البحث:

يتمثل مجتمع البحث من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق في الترم الأول للعام الجامعي (2020م/2021م) والبالغ عددهم (725) طالبة، وقد قامت الباحثة باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (76) طالبة بنسبة مئوية (10.48%) ويرجع أسباب اختيار أفراد العينة عمدًا إلى توفر أجهزة حواسيب محمولة وكذلك لديهم خلفية في التعامل مع المنصات التعليمية، حيث قامت الباحثة باستبعاد (16) طالبة لإجراء الدراسة الاستطلاعية عليهم، وبذلك أصبحت عينة البحث الأساسية (60) طالبة قسمت إلى مجموعتين، مجموعة تجريبية قوامها (30) طالبة واتبعت معها المنصات التعليمية، ومجموعة ضابطة قوامها (30) طالبة ولقد اتبعت معها طريقة (الشرح والنموذج). أ- اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث:

قامت الباحثة بحساب إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث الأساسية في معدلات النمو (السن - الطول - الوزن - الذكاء)، وبعض المتغيرات البدنية (القدرة العضلية للرجلين - السرعة الانتقالية - الرشاقة - المرونة - التوافق)، ومستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل، وجدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1)

إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في معدلات النمو والذكاء والمتغيرات البدنية

والمستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل ن = 76

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء		
بيانات	العمر الزمني	سنة	18.52	0.23	0.26		
	الطول	سم	165.10	2.93	0.10		
	الوزن	كجم	64.89	2.62	0.45		
بيانات	اختبار القدرات العقلية	درجة	44.61	2.85	0.41-		
	القدرة العضلية للرجلين	سم	1.26	0.06	1.27	0.50-	
		السرعة الانتقالية	ثانية	5.97	0.94	6.00	0.10-
		الرشاقة	ثانية	8.13	0.70	8.00	0.56
	المرونة	سم	5.28	0.87	5.00	0.97	
		التوافق	ثانية	8.67	0.72	9.00	1.38-
		مستوى الأداء الفني في الوثب الطويل	درجة	0.87	0.75	1.00	0.52-
	المستوى الرقمي في الوثب الطويل	متر	1.40	0.07	1.39	0.43	

يوضح جدول (1) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الالتواء لعينة البحث في جميع المتغيرات (النمو- الذكاء - البدنية - مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل)، حيث يتضح أن قيم معاملات الالتواء تراوحت ما بين (-1.38، 0.97) أي إنها انحصرت ما بين $(3 \pm)$ الأمر الذي يشير إلى إعتدالية توزيع العينة في جميع المتغيرات قيد البحث.

ب- تكافؤ أفراد العينة:

قامت الباحثة بإيجاد التكافؤ بين مجموعتي البحث في جميع المتغيرات قيد البحث الذكاء، والقدرات البدنية الخاصة بالوثب الطويل، ومستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل، و جدول (2) يوضح التكافؤ بين أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية.

جدول (2)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتطلبات البدنية

ومستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل

ن=1 ن=2=30

البيان المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت"
		ع	س	ع	س	
اختبار القدرات العقلية	درجة	2.86	44.93	2.79	44.77	0.22
القدرة العضلية للرجلين	سم	0.05	1.26	0.06	1.25	0.69
السرعة الانتقالية	ثانية	0.96	5.90	0.94	5.93	0.12
الرشاقة	ثانية	0.63	8.13	0.74	8.00	0.72
المرونة	سم	0.90	5.17	0.91	5.27	0.42
التوافق	ثانية	0.68	8.57	0.76	8.63	0.32
مستوى الأداء الفني في الوثب الطويل	درجة	0.71	0.90	0.78	0.93	0.15
المستوى الرقمي في الوثب الطويل	متر	0.18	1.40	0.16	1.36	0.89

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوي $0.05 = 2.021$

يتضح من جدول (2) عدم وجود فروق دالة احصائياً عند مستوي 0.05 بين المجموعتين التجريبية والضابطة في جميع المتغيرات (البدنية - مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل)، مما يشير الى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.

- وسائل وادوات جمع البيانات:

أولاً: قياس معدلات النمو:

وتشمل (السن - الطول - الوزن).

ثانياً: اختبار القدرات العقلية (الذكاء):

استخدمت الباحثة اختبار الذكاء العالي إعداد "السيد محمد خيرى" (1989م) ملحق (2) وهو اختبار يهدف الى قياس القدرة العقلية العامة (الذكاء)، وهو صالح للتطبيق على الجنسين، ولجميع الاعمار السنية وبخاصة المرحلة الجامعية.

ثالثاً: المتطلبات البدنية واختباراتها:

لتحديد أهم المتطلبات البدنية والاختبارات التي نقيسها والتي تؤثر على مستوى تعلم مسابقة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق، قامت الباحثة بالرجوع للدراسات السابقة منها على سبيل المثال دراسة "إسلام محمد حسين" (2020م) (1)، دراسة "اسلام محمد عثمان" (2016م) (2)، ودراسة "تبال احمد بدر" (2014م) (17)، ودراسة "ماجدة السيد محمود" (2006م) (11) وقد وجدت الباحثة أن أكثر المتطلبات البدنية ارتباطاً بمسابقة الوثب الطويل هي (القدرة العضلية للرجلين، السرعة الانتقالية - الرشاقة - المرونة - التوافق)، وقد تم تحديد الاختبارات التي نقيس هذه المتطلبات وهي: (اختبار الوثب العريض من الثبات - اختبار العدو 30م من البدء المنطلق - اختبار الجري الزجراجي - اختبار ثني الجذع اماماً اسفل من الوقوف - اختبار الدوائر المرقمة).

ملحق (3)

رابعاً: تقييم مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل:

تم تقييم مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل، بإستخدام طريقة المحلفين بواسطة (2) محكمات ورئيسة من أعضاء هيئة التدريس بقسم مسابقات الميدان والمضمار ملحق (4) ممن لهم خبرة في تدريس مسابقات الميدان والمضمار لا تقل عن (15) سنة، وكل واحد منهن تعطي درجة للطالبة ثم تقوم الرئيسة بحذف الدرجتين الكبرى والصغرى، وتحسب الدرجة من متوسط الدرجتين المتوسطتين، وقد تم تقييم المسابقة من (10) درجات.

خامساً: قياس المستوى الرقمي لمسابقة الوثب الطويل:

قامت الباحثة بقياس المستوى الرقمي لمسابقة الوثب الطويل، طبقاً للقواعد والشروط الخاصة التي حددها قانون الاتحاد الدولي لألعاب القوى (4)، حيث تم قياس مسافة الوثب من الحافة الامامية للوحة الارتقاء حتى أقرب أثر الأول الذي تركته الطالبة دون مخالفة قانونية.

- الدراسة الاستطلاعية:

اجريت الدراسة الاستطلاعية في الفترة من السبت 2020/10/17م الي الاثنين 2020/10/26م على عينة اختيرت بالطريقة العشوائية من طالبات الفرقة الاولى من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الاساسية وقوامها (16) طالبة، حيث قامت الباحثة بإجراء دراسة استطلاعية للتعرف على النواحي الادارية والفنية والتنظيمية الخاصة بالبحث، وهي التأكد من سهولة الاختبارات، اختيار الاماكن المناسبة لإجراء الاختبارات، التأكد من المعاملات العلمية للاختبار (الثبات - الصدق).

المعاملات العلمية (الصدق - الثبات):

أ- الصدق:

استخدمت الباحثة صدق التمايز بين مجموعتين إحداهما مجموعة مميزة مهارياً عددها (16) طالبة بالفرقة الثالثة بالكلية (تخصص العاب قوي)، والأخرى مجموعة غير مميزة مهارياً عددها (16) طالبة من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية، وتم حساب دلالة الفروق بين نتائج المجموعتين في اختبار الذكاء الاختبارات البدنية، وجدول (3)، يوضح ذلك.

جدول (3)

معامل الصدق لاختبار الذكاء العالي والاختبارات البدنية ن=1 ن=2 =16

الاختبارات البدنية والمهارية	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		قيمة "ت"
	ع	س	ع	س	
اختبار الذكاء العالي	47.85	1.28	43.69	2.91	*5.07
اختبار الوثب العريض من الثبات	1.57	0.18	1.42	0.04	*3.15
اختبار العدو 30م من البدء المنطلق	5.32	0.39	6.19	0.91	*3.40
اختبار الجري الزجراجي	7.15	0.22	8.38	0.72	*6.33
اختبار ثني الجذع اماماً اسفل من الوقوف	6.92	0.48	5.50	0.73	*6.29
اختبار الدوائر الرقمية	7.51	0.87	8.94	0.68	*5.02

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوي 0.05 = 2.042

يتضح من الجدول (3) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي 0.05 بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في اختبار الذكاء العالي والاختبارات البدنية، ولصالح المجموعة المميزة مما يشير إلي صدق اختبار الذكاء والاختبارات البدنية فيما تقيس.

ب- معامل الثبات:

لحساب معامل الثبات للاختبارات البدنية قيد البحث استخدمت الباحثة طريقة تطبيق الاختبار، وإعادة تطبيقه على أفراد عينة البحث الإستطلاعية في الفترة من 10/17 وحتى 2020/10/19م بفاصل زمني قدره (3) أيام من التطبيق الأول، أما اختبار والذكاء المصور فقد تم التطبيق الثاني بعد مرور (10) أيام من التطبيق الأول، وذلك في الفترة من 2020/10/26م وحتى 2020/10/26م، ثم تم حساب معامل الارتباط البسيط بين نتائج التطبيقين الأول والثاني، وجدول (4) يوضح ذلك.

جدول (4)

معامل الثبات لاختبار الذكاء العالي والاختبارات البدنية ن=16

الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الاول		التطبيق الثاني		قيمة "ر"
		ع	س	ع	س	
اختبار الذكاء العالي	درجة	43.69	2.91	43.94	2.69	*0.97
اختبار الوثب العريض من الثبات	سم	1.27	0.04	1.28	0.05	*0.93
اختبار العدو 30م من البدء المنطلق	ثانية	6.19	0.91	6.06	0.77	*0.93
اختبار الجري الزجراجي	ثانية	8.38	0.72	8.25	0.77	*0.90
اختبار ثني الجذع اماماً اسفل من الوقوف	سم	5.50	0.73	5.63	0.62	*0.88
اختبار الدوائر الرقمية	ثانية	8.94	0.68	8.75	0.45	*0.82

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوي $0.05 = 0.497$

يتضح من جدول (4) وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً عند مستوي 0.05 بين نتائج التطبيق الاول والثاني لاختبار الذكاء العالي والاختبارات البدنية، مما يعطي دلالة مباشرة على ثبات تلك الاختبارات.

- البرنامج التعليمي: ملحق (5)

1- هدف البرنامج:

تعلم مسابقة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق وذلك من خلال برنامج تعليمي باستخدام المنصات التعليمية.

ويتفرع من الهدف العام الأهداف التالية:

بعد انتهاء الطالبة من البرنامج التعليمي تكون قادرة على:

- هدف عام مهاري:

ان تكتسب الطالبة القدرة على أداء مرحلة الاقتراب بطريقة صحيحة.

ان تكتسب الطالبة القدرة على أداء مرحلة الارتقاء بطريقة صحيحة.

ان تكتسب الطالبة القدرة على أداء مرحلة الطيران بطريقة صحيحة.

ان تكتسب الطالبة القدرة على أداء مرحلة الهبوط بطريقة صحيحة.

ان تكتسب الطالبة القدرة على أداء مسابقة الوثب الطويل كاملة بطريقة صحيحة.

ان تكتسب الطالبة القدرة على أداء مسابقة الوثب الطويل كاملة وبتوافق صحيح.

ان تكتسب الطالبة القدرة على أداء مسابقة الوثب الطويل لأطول مسافة ممكنة.

2- أسس وضع البرنامج:

أن يتناسب محتوى البرنامج مع اهدافه.

أن يتمشى البرنامج مع خصائص الطالبات ومحقق لاحتجتهن.

أن يراعى البرنامج الفروق الفردية بين الطالبات.

أن يراعى البرنامج احتياجات الطالبة للحركة والنشاط.

أن يساعد البرنامج الطالبة على السير في تعلمها نحو تحقيق هدف البرنامج سيراً متتابعاً.

أن يراعى البرنامج عوامل الأمان والسلامة للطالبات.

أن يراعي ربط النشاط بالتعاون وتحمل المسؤولية والنظام واحترام الاخرين.

3- محتوى البرنامج:

يتضمن محتوى البرنامج التعليمي باستخدام المنصات التعليمية تعليم مسابقة الوثب الطويل

لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق (الاقتراب - الارتقاء -

الطيران - الهبوط).

4- الامكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج:

- عدد من أجهزة الكمبيوتر
- ساعة إيقاف
- انترنت متوسط السرعة
- حواجز
- حفرة وثب طويل
- شريط قياس
- صناديق وثب مختلفة الارتفاعات
- كرات طبية

5- نمط التعليم المستخدم في تنفيذ البرنامج:

استخدمت الباحثة نمط التعلم الفردي من خلال المنصة التعليمية على طالبات المجموعة التجريبية لتعليم مسابقة الوثب الطويل، في حين استخدمت المجموعة الضابطة أسلوب الأوامر في تعليم مسابقة الوثب الطويل.

6- الإطار العام لتنفيذ البرنامج:

تم وضع الوحدات التعليمية لتعليم مسابقة الوثب الطويل وقسمت إلى (12) وحدة تعليمية بواقع وحدتين تعليميتين كل أسبوع مع العلم أن زمن المحاضرة (90) دقيقة وهو زمن المحاضرات العملية بالكلية تم أخذ (45) دقيقة لتنفيذ البرنامج التعليمي المقترح، وبقيّة زمن المحاضرة (45) دقيقة لتدريس بقية مقرر مسابقات الميدان والمضمار لطالبات الفرقة الأولى بالكلية، وبناءً على ذلك فقد استغرق تنفيذ الوحدات التعليمية (6) أسابيع وتفصيل الوحدات التعليمية موضعاً على النحو التالي:

- (10) دقائق مشاهدة المنصة التعليمية.

- (5) دقائق الإحماء.

- (30) دقيقة الجزء الرئيسي (تطبيق ما تم مشاهدته واداء التدريبات).

- (40) دقيقة تدريس بقية مقرر مسابقات الميدان والمضمار لطالبات الفرقة الأولى بالكلية.

- (5) دقائق الختام

7- قيادات التنفيذ:

قامت الباحثة بتنفيذ البرنامج بنفسها ومعها (2) مساعدين ملحق (6)، وكذلك قامت الباحثة بتطبيق البرنامج المتبع مع المجموعة الضابطة.

8- مراحل تقييم البرنامج:

تمثلت طريقة التقييم المستخدمة بالبرنامج فيما يلي:

أ- التقييم المبدئي:

ويتم قبل البدء في تنفيذ البرنامج ويعطي معلومات مهمة على تحديد مستوي التعلم

والنقاط التي تبدأ منها الطالبة وتشتمل على الاختبارات البدنية، مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل.

ب- التقييم الختامي:

وهو الذي يجري بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج وذلك للتعرف على مدى ما تحقق من الاهداف لتقدير أثره بعد الانتهاء من تطبيقه، ويتم هذا التقويم من خلال استخدام قياس مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل، والتي استخدمت في التقويم القبلي.

- التصميم التعليمي للمنصات التعليمية:

قامت الباحثة بعمل بحث شامل على المنصات التعليمية على شبكة المعلومات الدولية (Internet) والدراسات السابقة والمراجع العلمية وتوصلت الباحثة الى استخدام النموذج العالمي (ADDIE) في تصميم المنصات التعليمية لتعليم مسابقة الميدان والمضمار (الاقتراب - الارتقاء - الطيران - الهبوط) وذلك لعدة أسباب منها بساطته وسهولة تطويعه على مختلف المواقف التعليمية، وتتلخص خطوات تصميم البرنامج الى عدة خطوات، وهي:

1- مرحلة التحليل:

أ- تحليل المحتوى:

قامت الباحثة بتحليل دقيق لمحتوي مسابقة الوثب الطويل (الاقتراب - الارتقاء - الطيران - الهبوط) وكذلك المدة الزمنية التي تستغرقها الطالبة في عملية التعلم.

ب- تصميم الأهداف التعليمية:

تم تحديد أهداف سلوكية قابلة للملاحظة والقياس، وتصف شروط ومعايير أداء الطالبة، بعد نهاية عملية التعلم، لذا تم صياغتها وتحليلها لتحديد المتابع المناسب لها، وتنظيم المحتوى التعليمي.

ج- خصائص المتعلمين:

تم الرجوع إلى سجلات الكلية والتأكد من خصائص الطالبات من حيث عمرهم الزمني، ومستواهم التحصيلي والاجتماعي والاقتصادي.

د- إمكانات البيئة التعليمية:

يعتمد تنفيذ المنصات التعليمية كثيراً على إمكانات البيئة التعليمية، ولقد حاولت الباحثة الاستفادة من هذه الإمكانيات قدر الإمكان ومنها: استخدام معمل الكمبيوتر المزود بإمكانية الاتصال بشبكة الإنترنت في الكلية التي سيجري فيها التطبيق.

هـ- العوائق:

وقد واجهت الباحثة عدد من العوائق والتي استطاعت التغلب عليها مثل:

1- عدم خلو معمل كمبيوتر الكلية في فترة التطبيق معظم أيام التطبيق وقد تغلبت الباحثة على هذه المشكلة من خلال توفير عدد من الكمبيوترات المحمولة laptop واستخدامها للتطبيق.
2- تعطل أو ضعف شبكة الإنترنت، وقد تغلبت الباحثة على هذه المشكلة بتنفيذ المنصات التعليمية، وذلك بتحميل المنصة وجميع مصادرها على جهاز الكمبيوتر الخاص بكل طالبة.

2- مرحلة التصميم:

تصميم المحتوى واستراتيجيات تنظيمه ويتضمن تصميم استراتيجيات وأساليب التعلم لمسابقة الوثب الطويل هي، تصميم استراتيجية تنظيم المحتوى وتتابع عرضه، تحديد طرائق واستراتيجيات التعلم، تحديد نمط التعلم وأساليبه، وقامت الباحثة في هذه المرحلة أيضاً بجمع مصادر التعلم حيث قامت الباحثة بالاستفادة من شبكة الإنترنت الحصول على الصور، والرسومات ومقاطع الفيديو للاستفادة منها في المنصات التعليمية.

3- مرحلة التطوير:

تم استخدام مجموعة برامج تعليمية لإنتاج المنصات التعليمية، ومنها ميكروسوفت بوربوينت Microsoft PowerPoint لعرض الشروحات المختلفة، وميكرو سوفت ورد 2016 Microsoft word 2016، وبرنامج فوتوشوب Photoshop لتصميم الصور فائقة الجودة وحفظها بصيغ مختلفة، بالإضافة الى برنامج محرر الفيديو winavi لقطع وتحويل الفيديوهات.

4- مرحلة التطبيق:

تم رفع جميع الوسائط التعليمية من نصوص وصور وفيديو وعروض تقديمية وكتب الكترونية على المنصة التعليمية (easyclas) وهو من أفضل المنصات التعليمية المجانية نظراً لسهولة التعامل معه كما يتميز أيضاً بإمكانية نشر المعرفة مجاناً، ومرت مرحلة التطبيق بالتالي:

أ- تدريب الطالبات على استخدام الإنترنت وذلك قبل تطبيق التجربة للتأكد من تمكنهم من المهارات الأساسية اللازمة لاستخدام الكمبيوتر والإنترنت.

ب- تدريب الطالبات على آلية العمل بالمنصات التعليمية وذلك من خلال عقد الباحثة لقاءين مع الطالبات افراد المجموعة التجريبية بعد انتهاء اليوم الدراسي، قبل بدء التطبيق لتدريبهم على آلية العمل في المنصات التعليمية.

5- مرحلة التقييم:

وقد قامت الباحثة بتقويم المنصات التعليمية بطريقتين:

الطريقة الأولى:

قامت الباحثة بإعداد المنصات التعليمية وقامت بعرضها على مجموعة من الخبراء المتخصصين في مجال ألعاب القوى وطرق التدريس والحاصلين على دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية واحد أعضاء هيئة التدريس بكليات التربية الرياضية او مدرب بأحد الاندية لتحديد مدى مناسبتها وإبداء رأيهم في كيفية استخدام المنصات التعليمية واقتراح أي تعديلات.

الطريقة الثانية:

وفيها قامت الباحثة بتطبيق وحدتين من المنصات التعليمية على العينة الاستطلاعية وعددهم (16) طالبة وذلك بهدف التعرف على ملاحظات الطالبات حول المنصات التعليمية ومدى مناسبتها لهم وقد حققت هذه المرحلة الهدف منها.

- الدراسة الأساسية:

القياس القبلي:

قامت الباحثة بإجراء القياس القبلي على مجموعتي البحث التجريبية والضابطة حيث تم قياس الاختبارات البدنية ومستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل قيد البحث يوم الاربعاء 2020/10/28م الى الخميس الموافق 2020/10/29م طبقاً للمواصفات وشروط الأداء الخاصة بكل اختبار.

التجربة الأساسية:

تم تطبيق التجربة الأساسية للبحث على مجموعتي البحث، المجموعة التجريبية باستخدام المنصات التعليمية، والمجموعة الضابطة باستخدام الأسلوب المتبع (الشرح والنموذج)، وقد استغرق تطبيق البرنامج (6) أسابيع في الفترة من السبت 2020/10/31م إلى الخميس 2020/12/10م بواقع وحدتين تعليميتين كل أسبوع، وزمن الوحدة التعليمية (45) دقيقة.

ملحق (7)**القياس البعدي:**

تم إجراء القياس البعدي في مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة، وذلك يوم الاحد 2020/12/13م الى الاثنين 2020/12/14م، وبمفس شروط القياس القبلي.

المعالجات الإحصائية المستخدمة:

تم استخدام المعالجات الإحصائية وتمثلت في المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الالتواء، معامل الارتباط، اختبار (ت)، اختبار (ف)، معادلة نسب التحسن.

- عرض ومناقشة النتائج:
أولاً: عرض النتائج:

جدول (5)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل ن=30

نسب التحسن	قيمة "ت"	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل
		س ± ع	س	س ± ع	س		
570.97%	23.41*	0.94	6.24	0.78	0.93	درجة	مستوى الأداء الفني في الوثب الطويل
88.97%	5.01*	1.29	2.57	0.16	1.36	متر	المستوى الرقمي في الوثب الطويل

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05=2.045

يوضح جدول (5) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل، حيث يتضح وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي في مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل.

جدول (6)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل ن=30

نسب التحسن	قيمة "ت"	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل
		س ± ع	س	س ± ع	س		
845.56%	45.01*	0.57	8.51	0.71	0.90	درجة	مستوى الأداء الفني في الوثب الطويل
165.71%	8.44*	1.47	3.72	0.18	1.40	متر	المستوى الرقمي في الوثب الطويل

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05=2.045

يوضح جدول (6) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل، حيث يتضح وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل.

جدول (7)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل ن=1=2=30

نسب التحسن	قيمة "ت"	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل
		س ± ع	س	س ± ع	س		
26.67%	11.12*	0.94	6.24	0.57	8.51	درجة	مستوى الأداء الفني في الوثب الطويل
30.91%	3.17*	1.29	2.57	1.47	3.72	متر	المستوى الرقمي في الوثب الطويل

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $0.05=2.021$

يوضح جدول (7) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل، حيث يتضح وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية في مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الطويل.

ثانياً: مناقشة النتائج:

من خلال فروض البحث ومن واقع البيانات والنتائج التي تم التوصل إليها والتي تمت معالجتها احصائياً توصلت الباحثة الى ما يلي:

يتضح من جدول (5) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوي معنوية (0.05) بين متوسطي القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء الفني والرقمي لمسابقة الوثب الطويل (الاقتراب - الارتقاء - الطيران - الهبوط) ولصالح القياسات البعدية، وترجع الباحثة هذا التقدم الي هذا التقدم الذي طرأ على المجموعة الضابطة إلى الدور الايجابي الذي تقوم به المعلمة في الطريقة المتبعة والتي تعتمد على التقديم اللفظي من قبل المعلمة عن مسابقة الوثب الطويل ووصفها وصفاً دقيقاً بالإضافة إلى عرض نموذج للمسابقة للمتعلمة بطريقة صحيحة ودقيقة من قبل المعلمة مع تكرار النموذج من عدة زوايا لمشاهدة الطالبات المسابقة كاملة بطريقة صحيحة وقيامها بإصلاح الأخطاء الفنية لمسابقة الوثب الطويل المراد تعلمها وكذلك تقديم التغذية الراجعة وإتاحة الفرصة الكافية للممارسة، كل هذا يؤدي إلى وضوح فكرة التعلم عن الأداء وهذا يجعله أكثر فاعلية، كما ساعد ذلك أيضاً على تكوين صورة واضحة لتلك المسابقة من منطلق أن البيئة الحركية دائماً ديناميكية وتساعد باستمرار على أن يكون لدى الطالبة قدراً من المعرفة والتي تمثل الأساس قبل الممارسة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه "مهدي محمود سالم" (2002م) (15) أن الطريقة التقليدية في التعليم تعود عليها المتعلمين خلال مراحل التعليم المختلفة، ومن خلالها يسهل عليهم تحصيل المادة العلمية المقررة وذلك لقيام المعلم بهذه المهمة، وفيها يتم تعديل سلوك المتعلم من خلال الشرح والتلقين حتى يحدث التكيف في المواقف الجديدة.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كلاً من: "إسلام محمد حسين" (2020م) (1)، ودراسة "اسلام محمد عثمان" (2016م) (2)، ودراسة "تبال احمد بدر" (2013م) (17) حيث أشارت نتائج هذه الدراسات إلى أن الطريقة المتبعة (الشرح والنموذج) تتصف بأن وجود المعلمة لها أهمية كبيرة، وتعليماتها بناءة كما أشاروا أيضاً إلى أن هذا الأسلوب له تأثير إيجابي في عملية التعليم.

وبذلك يتحقق صحة ما جاء بالفرض الاول والذي ينص على:
 "توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة المستخدمة الطريقة المتبعة (الشرح والنموذج) على مستوى الأداء الفني لمهارة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق لصالح القياس البعدي".
 يتضح من جدول(6) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوي معنوية (0.05) بين متوسطي القياسات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء الفني والرقمي لمسابقة الوثب الطويل (الاقتراب - الارتقاء - الطيران - الهبوط) ولصالح القياسات البعدي، وترجع الباحثة هذا التقدم الي استخدام افراد المجموعة التجريبية المنصة التعليمية حيث ان التخطيط لتعلم مسابقة الوثب الطويل وتحديد اهداف التعلم في ضوء الأهداف المنشودة ساعدت على التوفيق بين هذه الأهداف وكفاءة الطالبة المعرفية والمهارية، كما ان الطابع التفاعلي للمنصة التعليمية اضفي جانبا من المتعة الي عملية التعلم مما عزز من كفاءة الطالبة الانفعالية، كذلك تدريب الطالبة على مراحل أداء مسابقة الوثب الطويل بلور اعتقادها بقدراتها الشخصية وتوقعها للتعلم ثم للتفوق في أداء المسابقة، فمراعاة خصائص الطالبة المعرفية والمهارية ساعدت على رفع مستوي كفاءة الطالبة المدركة في مسابقة الوثب الطويل بأبعادها السلوكية والانفعالية والمعرفية.

حيث ان المنصات التعليمية تتميز بالحيوية والمتعة التي تضيفها على عمليتي التعليم والتعلم، مما يدفع المتعلم الى التفاعل مع المحتوي المقدم عبرها، وكذلك مع اقرانه ومعلمه، إضافة الى إشراكه في عدد من المهمات التي تنمي مهاراته. (19: 233)
 كما ترجع الباحثة أيضاً تقدم القياس البعدي عن القياس القبلي الي المنصات التعليمية حيث أن المنصات التعليمية مبنية على حرية اختيار الطالبة الرابط التي تريد أن تتحرك فيه، حيث ساعد ذلك الطالبات على حرية التنقل بين محتوى المنصة واختيار الوسيط التعليمي المناسب لها أي أن المنصة التعليمية راعت قدراتهم العقلية وإمكانيات كل طالبة في التنقل بين محتويات المنصة وحرية استخدام هذه الوسائط والتنقل بما يتناسب مع إمكانياتها العقلية بحيث تستطيع أن تنتقل من شرح المسابقة إلى مشاهدة الصور المسلسلة للمسابقة أو مشاهدة فيديو المسابقة أو الانتقال إلى التدريبات على المسابقة.

ويذكر "عبد الحميد شرف" (2000م) أن استخدام تكنولوجيا التعليم بأشكالها المختلفة والمتعددة يزيد من فاعلية درس التربية الرياضية حيث يجد كل متعلم ما يناسبه ويتمشى مع قدراته وإمكانياته واستعداداته فهناك (لقطات الفيديو - النصوص - تدريبات على المهارة - الهدف من المهارة) يختار منها المتعلم ما يريد، وذلك يزيد من فاعلية التعلم وأيضاً يسمح باستخدام كل

إطار بصورة منفردة وبذلك فإن المنصات التعليمية قادر على التقدم بمستوى الطالبات وبشكل الأداء الصحيح للمسابقة. (7: 53)

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كلاً من: "عمرو السيد فهمي" (2020م) (10)، ودراسة "مصطفى السايح محمد واخرون" (2019م) (13)، ودراسة "تامر جمال عرفة" (2018م) (6) على أن البرامج التعليمية المستخدمة المنصات التعليمية لها تأثير ايجابي على تعلم المهارات الحركية المختلفة.

وبذلك يتحقق صحة ما جاء بالفرض الثاني والذي ينص على:

"توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية المستخدمة المنصات التعليمية على مستوى الأداء الفني لمهارة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق لصالح القياس البعدي".

يتضح من جدول (7) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوي معنوية (0.05) بين متوسطي القياسات البعدي للمجموعة التجريبية والضابطة في مستوى الأداء الفني والرقمي لمسابقة الوثب الطويل (الاقتراب - الارتقاء - الطيران - الهبوط) ولصالح القياسات البعدي للمجموعة التجريبية، وترجع الباحثة هذا التقدم الي استخدام المجموعة التجريبية المنصات التعليمية لما وفرته من بيئة تعليمية امنه وثرية وغير تقليدية اشعرت الطالبات بالممارسة الفعلية لتلك المسابقة من خلالها، ومن خلال الحوارات والنقاشات اثناء إدارة تعلمهن من خلال المنصة التعليمية، مما ادي الى رضاهن واستمتاعهن اثناء التعلم الذي انعكس على ارتفاع مستواهن المهاري، بالإضافة الى التصفح والتنقل عبر أدوات المنصة التعليمية ساعد الطالبات على تقبل فكرة التعلم عبر المنصة بشكل اكبر مما عمل تنمية مهاراتهم في استخدام الانترنت، والذي كان ضمن الممارسات العملية الأساسية بالمنصة.

وتتفق هذه النتيجة مع مبادئ نظرية بارنارد Barnard التي تؤكد على أهمية الفعالية في تحقيق الهدف الاجتماعي وإنجاز المهام المطلوبة، والكفاءة التي تعمل على إشباع الدوافع الفردية، والتي تتفق أيضاً مع نظرية وجهات النظر المتعددة والتي تؤكد على أهمية بناء المتعلم تعلمه من خلال وجهات نظر مختلفة حول موضوع ما ثم يحدد أفضل رؤية مناسبة للموضوع وذلك بعد تحديد نقاط القوة والضعف لتلك الرؤى، ويختار أكثرهم تفضيلاً وتناسباً مع السياق الخاص بها.

(3: 323)

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كلاً من: "عمرو السيد فهمي" (2020م) (10)، ودراسة "مريم محمد إبراهيم" (2019م) (12)، ودراسة "مصطفى السايح محمد واخرون"

(2019م) (13)، ودراسة "تامر جمال عرفة" (2018م) (6) ودراسة "يوسف عبد المجيد العنزي" (2017م) (18) على أن البرامج التعليمية المستخدمة المنصات التعليمية لها تأثير ايجابي على اكتساب المهارات الحركية بالإضافة الي الجانب المعرفي بشكل أفضل من الطريقة المتبعة (الشرح والنموذج).

وبذلك يتحقق صحة ما جاء بالفرض الثالث والذي ينص على:

"توجد فروق دالة احصائياً بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في القياس البعدي في مستوى الأداء الفني لمهارة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق لصالح المجموعة التجريبية".

- الإستخلاصات والتوصيات

أولاً: الإستخلاصات:

بناء على أهداف البحث وفي حدود العينة وفي ضوء النتائج الإحصائية، توصلت الباحثة للاستنتاجات التالية:

وجدت فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء الفني لمهارة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق ولصالح القياس البعدي.

وجدت فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء الفني لمهارة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق ولصالح القياس البعدي.

تفوقت المجموعة التجريبية والمتبع معها المنصات التعليمية على المجموعة الضابطة والمتبع معها طريقة (الشرح والنموذج) في مستوى الأداء الفني لمهارة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق ولصالح القياس البعدي.
ثانياً: التوصيات:

ضرورة استخدام المنصات التعليمية في تعليم مسابقة الوثب الطويل لما أثبتته نتائج هذه الدراسة من وجود تأثير إيجابي دال إحصائياً على مستوى الأداء الفني والرقمي للطالبات. ضرورة تضمين المقررات الدراسية في قسم مسابقات الميدان والمضمار بموضوعات منفصلة عن المنصات التعليمية وتدريب الطالبات على كيفية استخدامها وانشائها كي يستفيدوا منها. اجراء المزيد من البحوث لاستخدام المنصات التعليمية في مسابقات اخري ومراحل سنوية اخري.

الاهتمام والحرص على توسيع دائرة مستخدمي المنصات التعليمية لجميع المراحل السنوية

وعلى جميع المراحل السنية وبخاصة في ظل جائحة كورونا. عمل دورات تدريبية لأعضاء هيئة التدريس لكيفية انشاء ومتابعة ونقل البيانات والمعلومات في المنصات التعليمية، وكذلك انشاء الامتحانات وتصحيحها.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

1. إسلام محمد حسين (2020م): تأثير برنامج تعليمي مدعم باستراتيجية K.W.L باستخدام الحاسب الآلي على بعض المتغيرات المعرفية والمهارية للمبتدئين في ألعاب القوى، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا.
2. اسلام محمد عثمان (2016م): تأثير استخدام الرسوم المتحركة على تعلم مهارة الوثب الطويل لتلاميذ المرحلة الابتدائية، بحث منشور، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، مجلد (54)، العدد (100)، إبريل.
3. أسماء عبد الناصر عبد الحميد (2018م): فاعلية بيئات المنصات الالكترونية "ادمودو" القائمة على الدعامات التعليمية لتنمية مهارات التواصل الالكتروني، بحث منشور، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، كلية التربية، جامعة الفيوم، العدد العاشر، الجزء الأول.
4. الإتحاد الدولي لألعاب القوى (2003م): القانون الدولي - قواعد المنافسة.
5. بسطويسي احمد (1997م): سباقات المضمار ومسابقات الميدان تعليم - تكنيك - تدريب، دار الفكر العربي، القاهرة.
6. تامر جمال عرفة (2018م): تأثير استخدام المنصات التعليمية على جوانب تعلم بعض المهارات بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية، بحث منشور، مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها، مجلد (22)، الجزء الخامس، ديسمبر.
7. عبد الحميد شرف (2000م): تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
8. عبد الرحمن عبد الحميد زاهر (2000م): فسيولوجيا مسابقات الوثب والقفز، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
9. عبد الله عبد العزيز موسى (2002م): التعليم الالكتروني "مفهومه - خصائصه - عوائقه"، ندوة مدرسة المستقبل، كلية التربية، جامعة الملك سعود، الرياض.
10. عمرو السيد فهمي (2020م): فعالية استخدام المنصات التعليمية الإلكترونية

(Edmodo) على تعلم بعض المهارات الدفاعية والتحصيل المعرفي في كرة اليد، بحث منشور، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، مجلد (15).

11. ماجدة السيد محمود (2006م): فاعلية التدريس المصغر باستخدام المسجل المرئي على المستوى الفني والرقمي لمسابقة الوثب الطويل، بحث منشور، مجلة بحوث التربية الشاملة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق، مجلد (3).

12. مريم محمد ابراهيم (2019م): تأثير برنامج تعليمي باستخدام المنصة التعليمية التفاعلية في تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة والتمرينات الفنية الايقاعية لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.

13. مصطفى السايح محمد، تامر جمال عرفة، هاني شفيق رمزي وكريم رأفت أحمد (2019م): تأثير استخدام المنصات التعليمية التفاعلية على تحسين بعض المهارات التدريسية للطالب المعلم بكلية التربية الرياضية جامعة بنها، بحث منشور، مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها، مجلد (24)، الجزء الخامس، ديسمبر.

14. منيرة شقير الرشدي (2018م): واقع استخدام معلمات الحاسب الالى للمنصات التعليمية الإلكترونية في التدريس واتجاهاتهن نحوها، مجلة البحث العلمي في التربية، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، العدد 20، الجزء 3.

15. مهدي محمود سالم (2002م): تقنيات ووسائل التعليم، دار الفكر العربي، القاهرة.

16. مهند أنور الشبول، ربحي مصطفى عليان (2014م): التعليم الإلكتروني، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

17. نبال احمد بدر (2013م): تأثير استخدام خرائط المفاهيم المبرمجة على تعليم مسابقة الوثب الطويل، بحث منشور، مجلة العلوم البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة المنوفية، العدد (23)، يناير.

18. يوسف عبد المجيد العنزي (2017م): فعالية استخدام المنصات التعليمية Edmodo لطلبة تخصص الرياضيات والحاسوب بكلية التربية الأساسية بدولة الكويت، بحث منشور، مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، مجلد 33، العدد 6.

ثانياً: المراجع الاجنبية:

19- Batsila, M., Tsihouridis, C., & Vavougiou, D. (2014): Entering the Web-2 Edmodo World to Support Learning: Tracing Teachers' Opinion after using it in their Classes. International Journal of

- Emerging Technologies in Learning, 9(1), 53-60.
doi:10.3991/ijet.v9i1.3018
- 20-Hankins, Steven. N. (2015): The Effects of Edmodo on Student Achievement in Middle School, PH.D dissertation, St. Thomas University.
- 21-Homanova, Zuzana, Prextova, Tatiana (2017): Educational Networking Platforms Through the Eyes of Czech Primary School Students, Academic Conferences International Limited, European Conference on E Learning; Kidmore End: 195-204. Kidmore End.
- 22-Piotrowski, M. (2010): What is an E- Learning Platform? In Y. Kats. (ed) . Learning Management System Technologies and Software Solutions for Online teaching: Tools and Applications, Hershey, PA: Information Science Reference, PP.19-33.
- 23-Strayer, Jereny (2007): The effect of the classroom flip on the learning environment, unpublished Dissertation, Ohio state University.
- 24-Younie, S. & Leask, M(2009): Use of learning platforms to support continuing professional development in HEIS and schools, De Montfort university, Leicester, ITTE.

ثالثاً: مواقع الانترنت:

- 25-<https://www.scientificamerican.com/arabic/articles/news/distance-learning-versus-covid19/>

ملخص البحث

تأثير استخدام المنصات التعليمية على مستوى الأداء الفني لمهارة الوثب الطويل لطالبات
الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق

أ.م.د/ شيماء مصطفى عبد الله على

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام المنصات التعليمية على مستوى الأداء الفني و الرقى فى الوثب الطويل لطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق و استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمناسبه لطبيعة هذا البحث ، و ذلك باتباع التصميم التجريبي لمجموعتين أحدهما تجريبية و الأخرى ضابطة باستخدام القياسات القبليه و البعدية و قد أسفرت النتائج على ضرورة استخدام المنصات التعليمية فى تعليم مسابقة الوثب الطويل لما أثبتته نتائج هذه الدراسة من وجود تأثير إيجابي دال إحصائيا على مستوى الأداء الفني و الرقى للطالبات ، و الإهتمام و الحرص على توسيع دائرة مستخدمى المنصات التعليمية على جميع المراحل السنية و بخاصة فى ظل جائحة كورونا ، و عمل دورات تدريبية لأعضاء هيئة التدريس لكيفية إنشاء و متابعة و نقل البيانات و المعلومات فى المنصات التعليمية و ذلك إنشاء الإمتحانات و تصحيحها ، ضرورة تضمين المقررات الدراسية فى قسم مسابقات الميدان و المضمار بموضوعات منفصلة عن المنصات التعليمية و تدريب الطالبات على كيفية استخدامها و انشائها كى يستفيدوا منها ، كما يجب الحث على إجراء المزيد من البحوث لاستخدام المنصات التعليمية فى مسابقات أخرى و مراحل سنية أخرى.

Abstract**The effect of using educational platforms on the level of technical and digital performance in the long jump for first-year students in the faculty of physicl education for girls,zagazig university***Dr. Shaima Mustafa Abdullah Ali*

This study aims to identify the impact of the use of educational platforms on the level of technical and digital performance in the long jump for first-year students in the Faculty of Physical Education for Girls, Zagazig University. The tribal and remote measurements, and the results resulted in the necessity of using educational platforms in teaching the long jump competition, as the results of this study proved that there was a positive, statistically significant effect on the technical and digital performance level of the students, Attention and keenness to expand the circle of users of educational platforms at all age levels, especially in light of the Corona pandemic, and to conduct training courses for faculty members on how to create, follow-up and transfer data and information in educational platforms, creating and correcting exams, the need to include courses The courses in the field and track competitions section have topics separate from the educational platforms and train students on how to use and create them so that they can benefit from them, and more research should be urged to use educational platforms in other competitions and other stages of the year.