

تأثير استخدام شبكة التواصل الاجتماعي (الفيس بوك) علي الأداء المهاري والرضا النفسي لبعض مهارات الابقاء الحركي لطالبات كلية التربية الرياضية

د.سمر علي علي محمد زيدان

استاذ مساعد بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية – جامعة دمياط

المقدمة:

تعدُّ مواقع التواصل الاجتماعي وسيلة من وسائل الاتصال العصرية في وقتنا وعصرنا الحديث؛ إذ إنها سيطرت على كافة مجالات الاتصال كما يشهد هذا العصر ثورة معلوماتية وتكنولوجية كبيرة حيث أصبح التعليم الإلكتروني خياراً إستراتيجياً للألفية الأولى ، ويُعد الاتصال في المجال التربوي ضرورة حتمية لنقل الأفكار والمعلومات بين جميع الأطراف المشاركة في العملية التعليمية ، وتُعد مواقع التواصل الاجتماعي علي الإنترنت من أهم وسائل التواصل الحديثة ، والتي أحدثت ثورة في مجال الاتصالات بين الأفراد ، ويرى العديد من أعضاء هيئة التدريس بالجامعات أن التعليم الإلكتروني يوفر فرصة كبيرة لرفع كفاءة العملية التعليمية ، حيث إن الترتيبات الدقيقة المطلوبة للتعليم الإلكتروني ، تحسّن من المهارات التدريسية بشكل عام وتحسن من نمط مشاعرهم نحو طلابهم. وهكذا فإن التحديات التي يفرضها نظام التعليم الإلكتروني ، تقابلها الفرص للوصول إلى جمهور أكبر من الطلبة ، وتلبية حاجة الطلبة غير القادرين على حضور الحلقات الدراسية الصفية ، وإقامة حلقة وصل بين الطلبة من مناطق اجتماعية وحضارية واقتصادية مختلفة. (٢ : ٧)

وتعتبر شبكات التواصل الاجتماعي عبارة عن مواقع ويب تقدم مجموعة من الخدمات للمستخدمين مثل المحادثة الفورية والرسائل الخاصة والبريد الإلكتروني ، والفيديو ، والتدوين ومشاركة الملفات وغيرها من الخدمات". وقد أحدثت هذه الشبكات تغيير نوعي في كيفية التواصل والمشاركة بين الأشخاص والمجتمعات وتبادل المعلومات. (٣ : ١٧) (٢٥ : ٣٦)

كما يري كل من (zanamwe, rupere, & Gulbahar& kufandirimbwa, 2013) أن الفيس بوك لا يمكن اعتباره فقط مجرد أداة أو موقع للتعرف على أصدقاء جدد أو التواصل مع الأصدقاء أو معرفة ما يجري حولنا في العالم ، بل أنه يُعتبر أداة تعليمية مبهرة إذا تم استخدامه بفعالية ومورد مهم للمعلومات ، حيث يمكن استخدامه في داخل أو خارج غرف التعلم.

(١٢ : ٢٣) (٢٩ : ١٠)

وقد اتفقت آراء العديد من العلماء والباحثين (Gulbahar , 2013) ، (Miah, omar, & Golding , 2012) علي أن شبكة التواصل الاجتماعي الفيس بوك يمكن أن تُعتبر من الوسائل التعليمية الحديثة التي تساعد الطلاب علي التواصل في أي وقت والتفاعل مع معلمهم مما يزيد العلاقة الإيجابية بين الطلاب والمعلمين ، وكذلك يذيد من الأنشطة التعاونية والعمل كفريق مما يؤدي في النهاية الي التحصيل الجيد. ومن أهميتها أيضا أنه يمكن من خلالها إستضافة الكثير من الإستراتيجيات الحديثة في التدريس ؛ مثل التعلم القائم على المشروعات ، وحل المشكلات ، والعصف الذهني ، وغيرها من الإستراتيجيات التدريسية التي تزيد من كفاءة العملية التعليمية.

(٢٦ : ٢٣) (٢٦)

وبعد إطلاع الباحثة على عدد من الدراسات ومنها دراسة كل من :

(Koles & Nagy, 2012) ، (Kuppuswamy, 2010) ، (Greenhow, 2011)

(Bateman & Willems, 2012) والتي استخلصت منها أهمية استخدام شبكة التواصل الاجتماعي الفيس بوك في العملية التعليمية تلخصها الباحثة فيما يلي: أنها من أكثر وسائل التواصل الاجتماعي انتشارا ، حيث أوضحت العديد من الدراسات أن طلاب الجامعات هم أكثر الفئات استخداما لشبكة التواصل الاجتماعي الفيس بوك ، حيث تصل نسبة اسخدامهم الي ٩٠٪.

(٢٣ : ١٦) (٢٤ : ٦٧) (٢٠ : ٦٠) (٢١ : ٤)

وبناءً علي ذلك فإن استخدام الفيس بوك في عملية التعليم ليس بالشئ السهل ولكن يلزم ذلك إجراء عمليات وترتيبات كثيرة من أجل إخضاع تلك التكنولوجيا القائمة علي أساس اجتماعي لاستخدامها في الأغراض التعليمية والاستخدام الفاعل لها في التعليم لابد من توفر أسس منهجية لذلك. ، وترجع أهمية استخدام الفيس بوك في التعليم أنه يمكن من خلاله متابعة المستجندات في التخصص من خلال تكليف المُعلم لطلابه بالبحث عن آخر الدراسات والبحوث في مجال المادة العلمية التي يدرسها ، وبهذا يحافظ على صلة الطلبة بالمعلومات الجديدة في ، كما أن الفيس بوك يمكن المُعلم من تقديم التغذية الراجعة المناسبة ؛ وذلك لأنه يؤدي إلى تثبيت المعلومات إن كانت صحيحة ، وتصحيحها إن كانت خاطئة، ولذلك يجب الاهتمام بالتغذية الراجعة في العملية التعليمية وخاصة في البرامج الإلكترونية، وبصفة خاصة البرامج المقدمة عبر الشبكات عن بعد ، كما يمكن من خلاله استخدام الوسائط المتعددة والتي تمكن المُعلم من استخدام الفيديو أو الوسائط المتعددة وإرسالها للطلبة لتسهيل عملية التعلم. (٦)

كما أنها تساعد الطلاب والمعلمين علي مراجعة الأبحاث معاً من خلال إرسالها للطلبة في نفس التخصص للأطلاع عليها مما يعزز البحث تعاوني ، أن أحد مميزات شبكات التواصل الاجتماعي الفيس بوك استطلاعات الرأي والتي يستخدمها المُعلم كأداة تعليمية فاعلة للاطلاع علي الطلاب حول المقرر أو أي موضوعات أخرى ، ومن أهم مميزات الفيس بوك في التعلم أنه يزيد من فرصة التنوع في العملية التعليمية من خلال مطالبة الطلاب بإضافة موضوعات للحوار ومناقشتها والمشاركة بمعلومات قصيرة أو صور أو مقاطع فيديو أو روابط أو التعليق عليها في مجموعة أو صفحة المادة في الفيس بوك مما يؤدي الي زيادة الرضا النفسي لديهم.

(٢٧ : ١٣٦) (٢٩ : ١٠)

مشكلة البحث:

من خلال قيام الباحثة بالتدريس لمقرر الايقاع الحركي في كلية التربية الرياضية بجامعة دمياط الجديدة فقد لاحظت أنه في ظل الزيادة المستمرة في أعداد الطالبات ، و النقص في عدد القائمين بالتدريس ، مما يؤدي الي صعوبة في عملية التواصل داخل المحاضرة و يترتب عليه صعوبة في تغطية كل مفردات المقرر بالتركيز المطلوب ، و عدم وجود اماكن خاصة للتدريب علي مهارات المقررة خارج اليوم الدراسي ، أو تحضير بحث في جزء معين من المحتوى المقرر عليها ، أو عدم وصول معلومات خاصة بالأداء مما يؤثر علي مستوى الطالبات في الجانب المهاري بالرغم من توفر القدرات البدنية للأداء ، مما ادي الي شعور الطالبات بعدم الرضا النفسي عن مستواهن اثناء الاداء الحركي داخل المحاضرة.

وهذا مادعي الباحثة إلي استخدام وسيلة تواكب التقدم العملي والتكنولوجي والاكثر استخداما لدي الطالبات وتعمل جانباً إلي جانب مع المحاضرة العملية لتوصيل المادة العلمية للطالبات علي مدار الأربع وعشرون ساعة ، حسب الوقت المتاح للطالبات وذلك عن طريق عمل جروب علي شبكة التواصل الاجتماعي (الفيس بوك) وتساعد علي حسن استغلال وقتهن علي شبكة التواصل الاجتماعي وذلك من خلالها عرض (فديوهات للمهارات العملية – الموضوعات النظرية المقررة – تسليم الأبحاث المطلوبة – تصوير المهارات) من خلال الأداء العملي للطالبات وإعادة عرضة علي الجروب وتقيم الأداء وتوضح نقاط الضعف والقوة واعتبارها تغذية راجعة للطالبات والهدف من ذلك توفير وقت المحاضرة للتطبيقات العملية والأداء المهاري ، مما يجعل المحاضرة أكثر فاعلية ، كما تخلق روح من التفاهم المتبادل بين الطالبات والمعلمة ، ويزيد من دافعية الطالبات للتعلم. مما يؤدي الي تنمية الرضا النفسي لديهن ومن هذا المنطلق رأت الباحثة التعرف علي تأثير استخدام شبكة التواصل الاجتماعي الفيس بوك علي مستوى الأداء المهاري والرضا النفسي علي بعض مهارات الايقاع الحركي في مقرر الايقاع الحركي للفرقة الاولى بنات كلية التربية الرياضية جامعة دمياط .

مصطلحات البحث :**شبكات التواصل الاجتماعي :**

هي منظومة من الشبكات الاجتماعية الإلكترونية التفاعلية،تسمح لمستخدميها بإنشاء صفحات وتكوين صداقات وتعديل ونقد ومناقشة ما يتم عرضه من معلومات". (١٤ : ٩٧)

الفيس بوك :

هو خدمات تؤسسها وتبرمجها شركات كبرى لجمع المستخدمين والأصدقاء للمشاركة في الأنشطة والاهتمامات أو للبحث عن تكوين صداقات والبحث عن اهتمامات وأنشطة لدى أشخاص آخرين. (١١ : ٦٥)

الايقاع الحركي :

التقسيم الديناميكي الزمني المكاني للحركة". (٣٠)

الرضا النفسي:

حصيلة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الطالبة نحو نشاط معين، وتعبّر عن مدى الإشباع المناسب لحاجات وتحقيق أهدافه التي من أجلها يلتحق بهذا النشاط. (١٣)

هدف البحث:

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير شبكة التواصل الاجتماعي الفيس بوك مستوى التحصيل المعرفي والأداء المهاري لبعض مهارات الايقاع الحركي لمقرر الايقاع الحركي لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية جامعة دمياط الجديدة.

فروض البحث:

- يوجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الأداء المهاري لبعض مهارات الايقاع الحركي والرضا النفسي لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية جامعة دمياط الجديدة لصالح القياس البعدي للمجموعة.
 - يوجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الأداء المهاري لبعض مهارات الايقاع الحركي والرضا النفسي لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية جامعة دمياط الجديدة لصالح القياس البعدي للمجموعة.
 - يوجد فروق دالة إحصائية بين القياسات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الأداء المهاري لبعض مهارات الايقاع الحركي والرضا النفسي لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية جامعة دمياط الجديدة لصالح المجموعة التجريبية.
- الدراسات السابقة:

١. أجرت إيمان كمال الدين المعصراوي (٢٠٠٤م) (٤) دراسة بعنوان استخدام الحاسب الآلي في التدريس كأساس لتحسين مستوى الاداء المهاري والابتكار الحركي في الجمباز، هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام الحاسب الآلي في التدريس كأساس لتحسين مستوى الاداء المهاري والابتكار الحركي في الجمباز لطالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة المنوفية إستخدمت الباحثة المنهج التجريبي وبلغت عينة البحث (٦٠) طالبة وتم تقسمهم الي مجموعتين (تجريبية - ضابطة) وكانت أهم النتائج تفوق المجموعة التجريبية علي المجموعة الضابطة.

٢. أجرت رشا حمد هداية (٢٠١٢م) (٦) دراسة بعنوان فاعلية الشبكات الإلكترونية الاجتماعية في تنمية مهارات انتاج و نشر الدروس الإلكترونية لدي طلاب الدراسات العليا بكلية التربية المنصورة ،هدفت الدراسة إلى التعرف علي فاعلية الشبكات الإلكترونية الاجتماعية في تنمية مهارات انتاج وتشر الدروس الإلكترونية لدي طلاب دراسات العليا بكلية التربية. المنصورة إستخدمت الباحثة المنهج التجريبي وبلغت عينة البحث (٢٦) طالبة من الدراسات العليا وكانت أهم النتائج تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في انتاج و نشر الدروس الإلكترونية

٣. أجرت عبد الرازق محمد شمة (٢٠١٤م) (٧) دراسة بعنوان فاعلية استخدام الفيس بوك كبيئة تعلم لتنمية مهارات البرمجة التعليمية لدى طلاب الدبلوم المهنية في تكنولوجيا التعليم ،هدفت الدراسة إلى التعرف علي فاعلية استخدام الفيس بوك كبيئة تعلم لتنمية مهارات البرمجة التعليمية لدى طلاب الدبلوم المهنية في تكنولوجيا التعليم إستخدمت الباحث المنهج التجريبي وكانت أهم النتائج أن تفوق المجموعة التجريبية وتحسن مستواها في تعلم مهارات البرمجة.

٤. أجرى كلا من Roblyer, M., & Herman, W (٢٠١٠م) (٢٧) دراسة بعنوان مقارنة بين استخدامات أعضاء هيئة التدريس والطلاب وتصوراتهم لمواقع الشبكات الاجتماعية ،هدفت الدراسة إلى مقارنة بين استخدامات أعضاء هيئة التدريس والطلاب وتصوراتهم لمواقع الشبكات الاجتماعية إستخدمت الباحثة المنهج الوصفي وبلغت عينة البحث (١٢٠) طالباً و (٦٢) عضو هيئة تدريس من وكانت أهم النتائج تشير المقارنة بين استجابات أعضاء هيئة التدريس والطلاب إلى أن الطلاب أكثر احتمالاً من أعضاء هيئة التدريس لاستخدام فيسبوك، وهم أكثر انفتاحاً بشكل ملحوظ على إمكانية استخدام

٥. أجرى كلا من Wang, Q., Lit woo, H., & Yang, L (٢٠١٢) (٢٨) دراسة بعنوان إستخدام مجموعة الفيسبوك كنظام لإدارة التعلم دراسة استطلاعية المجلة البريطانية لتكنولوجيا التعليم هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام مجموعة الفيسبوك كنظام لإدارة التعلم دراسة استطلاعية المجلة البريطانية لتكنولوجيا التعليم إستخدمت الباحث المنهج التجريبي وبلغت عينة البحث ، وكانت أهم النتائج استخدام الفيس بوك كنظام لإدارة التعلم حقق نتائج عالية بشكل ملحوظ .

٦. أجرى zanamwe, N., rupere, T., & kufandirimbwa (٢٠١٣) (٢٩) دراسة بعنوان إستخدام تقنيات الشبكات الاجتماعية في التعليم العالي في زيمبابوي من منظور المتعلمين ،هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير إستخدام تقنيات الشبكات الاجتماعية في التعليم العالي في زيمبابوي من منظور المتعلمين ،المنهج الوصفي وبلغت عينة البحث (١٢٤) طالب من جامعة زيمبابوي وكانت أهم النتائج تقنيات الشبكات الاجتماعية ساعدة المتعلمين علي رفع كفاءتهم التكنولوجية وزيادة المهارات الاجتماعية لديهم.

أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

- تحديد المنهج المناسب لطبيعية الدراسة.
- تحديد نوع التصميم التجريبي المستخدم في البحث.
- تحديد الخطوات المتبعة في إجراءات البحث.
- تحديد وسائل وأدوات جمع البيانات المناسبة لطبيعية البحث الحالي.
- تحديد واختيار أنسب الوسائط التعليمية الحديثة المستخدمة في البحث.
- استخدام المعالجات الإحصائية المناسبة لطبيعية الدراسة.
- لتعليق على نتائج هذه الدراسة في ضوء نتائج الدراسات السابقة.

إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة وذلك لمناسبته لطبيعة هذه الدراسة.

ثانياً: مجتمع وعينة البحث:

يتكون مجتمع البحث من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة دمياط الجديدة المقيدات للعام الجامعي ٢٠٢٢/٢٠٢٣م والبالغ عددهن (٢٣٠) طالبة. وقد اختيرت العينة بالطريقة العمدية من مجتمع البحث وقد بلغ عددهن (٦٠) طالبة من إجمالي مجتمع البحث وذلك بعد إستبعاد (طالبة) المرضي والغير ملتزمين وعددهن (١٥) ، وقد قسمت العينة عشوائياً إلي مجموعتان إحداهما تجريبية بلغ عددهن (٢٠) طالبة ، والأخرى ضابطة بلغ عددهن (٢٠) طالبة ، ومجموعة إستطلاعية وبلغ عددهن (١٥) طالبة من خارج عينة البحث الأساسية.

جدول (١)

تصنيف عينة البحث لمجموعات الدراسة قيد البحث

العينة	مجموعات البحث	العدد
الأساسية	المجموعة التجريبية	٢٠
	المجموعة الضابطة	٢٠
	المجموعة الاستطلاعية	١٥
	الإجمالي	٤٥

يتضح من جدول (١) أن إجمالي العينة الأساسية قد بلغت (٤٥) طالبة من إجمالي مجتمع البحث ، في حين بلغت العينة الاستطلاعية (١٥) من إجمالي مجتمع البحث ومن خارج أفراد العينة الأساسية.

تجانس (الإعتدالية) عينة البحث :

وقامت الباحثة بإجراء التجانس لعينة البحث في متغيرات النمو (السن - الطول - الوزن)، والمتغيرات البدنية (القدرة العضلية - التوازن الثابت - الرشاقة - المرونة - التوافق)، والمتغيرات مستوى الأداء المهاري لجملة الباليه قيد البحث ، و **جدول (٢)** يوضح ذلك.

جدول (٢)

التوزيع الاعتدالي لعينة البحث في متغيرات النمو والمتغيرات البدنية والرضا النفسي

ن = ٥٥

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	السن	سنة	١٩.٠٠٠	١٩.٠٠٠	٠.٣٩٢	٠.٠٠٠
٢	الطول	سم	١٦٣.١٧٥	١٦٣.٥٠٠	٤.٠٤٤	٠.١٦١-
٣	الوزن	كجم	٥٩.٧٥٠	٦٠.٠٠٠	٤.٨٩٢	٠.٧٦٦-
٤	الوثب العريض من الثابت	سم	١٤٥.٠٧٥	١٤٥.٠٠٠	١٤.٢٨٧	٠.١٢٤
٥	اختبار الوقوف على مشط القدم	ث	٤.٣٧٥	٤.٠٠٠	٢.٠٥٩	٠.٣١٨
٦	الجري المكوكي	ث	١١.٢٤٨	١١.٢٤٠	١.٤٥١	٠.٣١١
٧	ثني الجذع من الوقوف	سم	٢.٨٠٠	٣.٠٠٠	١.٣٠٥	٠.١٧٢
٨	الوثب داخل الدوائر المرقمة	ث	٩.١٤٥	٨.٩٤٠	١.٦٣٧	١.٠٣٨
٩	مقياس الرضا النفسي	الدرجة	٣٦.١٢٥	٣٦.٠٠٠	٢.٥٨٤	٠.٠٨٩-

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الالتواء لعينة البحث في متغيرات النمو (السن - الطول - الوزن) في والمتغيرات البدنية والرضا النفسي فيد البحث، قد انحصرت ما بين (٣±) مما يدل على خلو افراد عينة البحث من عيوب التوزيعات الغير اعتدالية في هذه المتغيرات وإنها تمثل المجتمع تمثيلاً اعتدالياً.

جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات المهارية قيد البحث

ن = ٥٥

م	المتغيرات	وحدة القياس	المعالجات الإحصائية		
			المتوسط	الوسيط	الانحراف
١	اللوحة الإيقاعية الثنائية	درجة	١.١١٣	٠.٥٠٠	١.٠٩٦
٢	المصمودي الكبير	درجة	٠.٥١٥	٠.٥٠٠	٠.٠٣٦
٣	المصمودي الكبير	درجة	٠.٥١٥	٠.٥٠٠	٠.٠٥٣
٤	السماعي الثقيل	درجة	٠.٤٢٥	٠.٥٠٠	٠.١٨١
٥	السماعي الدارج	درجة	٠.٤٢٥	٠.٥٠٠	٠.١٨١
٦	البولكا	درجة	٠.٦٧٥	٠.٥٠٠	٠.٢٤٢
٧	الفالس	درجة	٠.٨٣٨	١.٠٠٠	٠.٢٣٧
٨	الحجلة	درجة	٠.٤٢٥	٠.٥٠٠	٠.١٨١
٩	الجري	درجة	٠.٤٢٣	٠.٥٠٠	٠.١٨٠
١٠	البادوباسك	درجة	٠.٤٣٥	٠.٥٠٠	٠.١٦٩

يتضح من جدول (٣) أن معاملات الالتواء للمتغيرات المهارية قيد البحث قد إنحصرت بين (٣±) حيث تراوحت القيم بين (٠.٠٥ إلى) مما يعنى تجانس أفراد العينة المختارة لمجموعتي للمتغيرات المهارية "قيد البحث" وبالتالي وقوعها تحت المنحنى الطبيعي والتوزيع الإعتدالي له.

تكافؤ مجموعتي البحث :

قامت الباحثة بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية – الضابطة) في متغيرات النمو والمتغيرات البدنية والرضا النفسي ومستوى اداء مهارات الايقاع (قيد البحث)، وذلك للتأكد من تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات، وهذا القياس يعتبر بمثابة القياس القبلي لأفراد المجموعتين (التجريبية – الضابطة) ، وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث

$$n_1 = n_2 = 20$$

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت"
			ع	س/	ع	س/	
١	السن	سنة	١٨.٩٩٨	١٨.٩٩٨	١٩.٠٠٢	١٩.٠٠٢	٠.٠٦٣
٢	الطول	سم	١٦٣.١٥٥	١٦٣.١٥٥	١٦٣.١٩٥	١٦٣.١٩٥	٠.٠٢٨
٣	الوزن	كجم	٥٩.٦٦	٥٩.٦٦	٥٩.٨١٢	٥٩.٨١٢	٠.٠٩٩
٤	الوثب العريض من الثابت	سم	١٤٦.٠٢٣	١٤٦.٠٢٣	١٤٤.١٢٥	١٤٤.١٢٥	٠.٣٩٨
٥	اختبار الوقوف على مشط القدم	ثانية	٤.٤٥٦	٤.٤٥٦	٤.٢٣٦	٤.٢٣٦	٠.٢٩٩
٦	الجرى المكوكي	ثانية	١١.٣٦٩	١١.٣٦٩	١١.١٢٥	١١.١٢٥	٠.٥٧٣
٧	ثنى الجذع من الوقوف	سم	٢.٩١٢	٢.٩١٢	٢.٧٥٣	٢.٧٥٣	٠.٣٥٧
٨	الوثب داخل الدوائر المرقمة	ثانية	٩.٢٥٣	٩.٢٥٣	٩.٠٣٧	٩.٠٣٧	٠.٤٥٨
٩	مقياس الرضا النفسي	درجة	٣٦.١٢٥	٣٦.١٢٥	٣٦.٣٣٥	٣٦.٣٣٥	٠.٢٤٧
١٠	اللوحة الايقاعية الثنائية	درجة	١.١٩٦	١.١٩٦	١.١١٤	١.١١٤	٠.٢٢٤
١١	المصمودي الكبير	درجة	٠.٥٢٦	٠.٥٢٦	٠.٥٢٤	٠.٥٢٤	٠.١١٤
١٢	المصمودي الكبير	درجة	٠.٥١٣	٠.٥١٣	٠.٥١٦	٠.٥١٦	٠.١٦٩
١٣	السماعي الثقيل	درجة	٠.٤٢٣	٠.٤٢٣	٠.٤٢٨	٠.٤٢٨	٠.٠٩٧
١٤	السماعي الدارج	درجة	٠.٤٢٦	٠.٤٢٦	٠.٤٢٥	٠.٤٢٥	٠.٠١٨
١٥	البولكا	درجة	٠.٦٧٢	٠.٦٧٢	٠.٦٧٨	٠.٦٧٨	٠.٠٧٨
١٦	الفالس	درجة	٠.٨٣٨	٠.٨٣٨	٠.٨٤٥	٠.٨٤٥	٠.٠٦٢
١٧	الحجلة	درجة	٠.٤٢٥	٠.٤٢٥	٠.٤١٢	٠.٤١٢	٠.٠٧٤
١٨	الجرى	درجة	٠.٤٢٣	٠.٤٢٣	٠.٤٣٢	٠.٤٣٢	٠.١٦٢
١٩	البادوباسك	درجة	٠.٤٣٥	٠.٤٣٥	٠.٤٢٦	٠.٤٢٦	٠.٢٢٦

قيمة ت الجدولية عند درجة حرية و مستوي دلالة (٠.٠٥) = ١.٧٢٩

يتضح من جدول (٤) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث، مما يدل على تكافؤ المجموعتين في جميع المتغيرات، حيث كانت قيمة (ت) الجدولية أكبر من قيمة (ت) المحسوبة.

ثالثاً: وسائل وأدوات جمع البيانات: (١) الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- جهاز الرستامتر لقياس الوزن والطول.
- أجهزة حاسب الي.
- مسطرة مدرجة لقياس المرونه
- "بالسننيمتر".
- طباشير.
- أقماع.
- شبكة المعلومات الدولية(إنترنت).
- ساعه إيقاف.
- شريط قياس .

(٢) المتغيرات البدنية:

قامت الباحثة بالاطلاع على العديد من المراجع العلمية المتخصصة في مجال الباليه لتحديد المتغيرات والاختبارات البدنية قيد البحث مرفق (٣)، وقد أسفر ذلك عن تحديد المتغيرات البدنية التالية والاختبارات التي تقيسها:

- القدرة العضلية: اختبار الوثب العريض من الثبات.
- التوازن الثابت: اختبار الوقوف على مشط القدم.
- الرشاقة: اختبار الجري المكوكي أو سباق المكعبات 9×4 .
- المرونة: اختبار ثني الجذع إماماً أسفل من الوقوف.
- التوافق: اختبار الوثب في الدوائر الرقمية.

(٣) مقياس الرضا النفسي:

قامت الباحثة بتطبيق مقياس الرضا النفسي للرياضيين (اقتباس) تصميم كل من محروس قنديل ،وعمر و بدران ،وياسمين عبد الحميد ،وسمر زيدان(١٣) مرفق (٤)

(٤) قياس مستوى الأداء:

قامت الباحثة بقياس مستوى الأداء للطالبات عن طريق لجنة ثلاثية مرفق (١) ، وتم تحديد مستوى الأداء المهاري من (١٠) درجات للجملة الحركية .

رابعاً: الدراسة الاستطلاعية:

تم سحب (١٥) طالبة بصورة عشوائية من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية من طالبات الفرقة الاولى وذلك لعمل المعاملات العلمية للاختبارات المختارة "قيد الدراسة" ، التطبيق الأول للاختبارات البدنية ومقياس الرضا النفسي للرياضيين يوم الأحد الموافق ٢٠٢٣/٢/١٢ ، والتطبيق الثاني يوم الأحد الموافق ٢٠٢٣/٢/١٩ ، والتطبيق الأول لتقييم مستوى الأداء المهاري في يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٣/٢/٢٠ ، والتطبيق الثاني يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٣/٢/٢٧ ، واستهدفت التعرف على:

- مدى مناسبة الأجهزة والأدوات والمكان المستخدم لتنفيذ التجربة.
- مدى مناسبة المحتوى التعليمي لقدرات الطالبات ومدى فهمهن له.
- مدى ملائمة الزمن المحدد للوحدة التعليمية.
- ملائمة الاختبارات المستخدمة لمستوى أفراد عينة البحث.
- إجراء المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات قيد البحث.

المعاملات العلمية للاختبارات قيد الدراسة :

(١) الاختبارات البدنية :

أولاً: صدق الاختبارات البدنية :

استخدم الباحثة صدق التمايز بطريقة المقارنة الطرفية بين الربيعي الأعلى والربيعي الأدنى لمجموعة واحدة باستخدام اختبار مانويتني (U) ، كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (٥)

دلالة الفروق بين الربيعي الاعلى والربيعي الادنى للمتغيرات البدنية

$$n = 1 = 2 = 4$$

م	المتغيرات	الربيعي الادنى		الربيعي الاعلى		قيمة "U "
		متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	
١	الوثب العريض من الثابت	٢.٥٠	١٠.٠٠	٦.٥٠	٢٦.٠٠	٠.٠٠٠
٢	اختبار الوقوف على مشط القدم	٢.٥٠	١٠.٠٠	٦.٥٠	٢٦.٠٠	٠.٠٠٠
٣	الجرى المكوكي	٦.٥٠	٢٦.٠٠	٢.٥٠	١٠.٠٠	٠.٠٠٠
٤	ثني الجذع من الوقوف	٢.٥٠	١٠.٠٠	٦.٥٠	٢٦.٠٠	٠.٠٠٠
٥	الوثب داخل الدوائر المرقمة	٦.٥٠	٢٦.٠٠	٢.٥٠	١٠.٠٠	٠.٠٠٠

* "U" الجدولية ، ومستوي معنوية (٠.٠٥) = ٣.٠٠٠

يتضح من جدول (٥) أن قيمة "U" المحسوبة أقل من "U" الجدولية في المستوي البدني "قيد البحث" ، مما يدل علي وجود فروق دالة إحصائية بين الربيعي الأعلى والربيعي الأدنى لصالح الربيعي الأعلى ، مما يعني أن الاختبارات الخاصة بتحديد مستوي الأداء البدني قادرة علي التمييز بين الأفراد مما يؤكد صدقها في قياس ما وضعت من أجلة.

ثانياً: ثبات الاختبارات البدنية المختارة:

تم حساب ثبات الاختبارات البدنية المختارة بطريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على العينة الاستطلاعية والتي بلغ عددها (١٥) طالب من طلبة الفرقة الاولى ومن داخل مجتمع وخارج العينة الأساسية ، وتم إيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين باستخدام معادلة بيرسون.

جدول (٦)

معامل الارتباط بين التطبيقين الاول والثاني، وصدق التمايز للمتغيرات قيد البحث

ن = ١٥

م	المتغيرات	التطبيق الاول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
		س/ع	ع	س/ع	ع	
١	الوثب العريض من الثابت	١٤٦.٠٠٢	١٤.١٢١	١٤٦.٠١٢	١٤.٢٣٦	٠.٨٥٥
٢	اختبار الوقوف على مشط القدم	٤.٤٢٥	٢.٣٣٦	٤.٤٥٢	٢.٣٣٩	٠.٨٦٩
٣	الجرى المكوكي	١١.٣٦٦	١.١٢٦	١١.٣٦٤	١.١٣٦	٠.٨٨٦
٤	ثني الجذع من الوقوف	٢.٩٤٥	١.٣٣٦	٢.٩١١	١.٣٩٦	٠.٧٥٩
٥	الوثب داخل الدوائر المرقمة	٩.٢٥٥	١.١٥٧	٩.٢٦٣	١.١٥٩	٠.٨٣٦

* "ر" الجدولية، و مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٠.٣٧٨

يتضح من جدول (٦) أن قيم معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات البدنية والرضا النفسي (قيد البحث) قد تراوحت ما بين (٠.٧٥٩ : ٠.٨٨٦)، وهذه القيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، مما يدل على أن هذه الاختبارات ذات معامل ثبات وتقيس ما وضعت لقياسه.

ثانياً: المعاملات العلمية لمقياس الرضا النفسي "قيد البحث":

أولاً: صدق مقياس الرضا النفسي:

استخدم الباحثة صدق التمايز بطريقة المقارنة الطرفية بين الربعي الأعلى والربعي الأدنى لمجموعة واحدة باستخدام اختبار "ت" (t-test)، كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (٧)

دلالة الفروق بين الربعي الاعلى والربعي الادنى للمتغيرات البدنية

ن = ١ = ٢ = ٤

م	المتغيرات	الربعي الادنى		الربعي الاعلى		قيمة "U"
		متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	
١	مقياس الرضا النفسي	٢.٥٠	١٠.٠٠	٦.٥٠	٢٦.٠٠	٠.٠٠٠

* "U" الجدولية، ومستوي معنوية (٠.٠٥) = ٣.٠٠٠

يتضح من جدول (٧) أن قيمة "U" المحسوبة أقل من "U" الجدولية في المستوي البدني "قيد البحث"، مما يدل على وجود فروق دالة إحصائياً بين الربعي الاعلى والربعي الأدنى لصالح الربعي الاعلى، مما يعني أن الاختبارات الخاصة بتحديد مستوي الأداء البدني قادرة على التمييز بين الأفراد مما يؤكد صدقها في قياس ما وضعت من أجله.

ثانياً: ثبات مقياس الرضا النفسي:

تم حساب ثبات الإختبارات البدنية المختارة بطريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه على العينة الأستطلاحية والتي بلغ عددهن (١٥) طالب من طلبة الفرقة الاولى ومن داخل مجتمع وخارج العينة الأساسية ، وتم إيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين بإستخدام معادلة بيرسون.

جدول (٨)

معامل الارتباط بين التطبيقين الاول والثاني، وصدق التمايز للمتغيرات قيد البحث

ن = ١٥

م	المتغير	التطبيق الاول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
		ع	س/ع	ع	س/ع	
١	مقياس الرضا النفسي	٣٦.١٢٤	٢.٥٥٦	٣٦.١٥٥	٢.٣١٥	٠.٨١٥

* "ر" الجدولية، و مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٠.٣٧٨

يتضح من جدول (٨) أن قيم معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات البدنية والرضا النفسي (قيد البحث) ، وهذه القيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، مما يدل على أن هذه الاختبارات ذات معامل ثبات وتقيس ما وضعت لقياسه.

ثالثاً المعاملات العلمية لإختبار مستوي الأداء للمهارات المختارة "قيد البحث":
أولاً: الصدق:

استخدم الباحثة صدق التمايز بطريقة المقارنة الطرفية بين الربيعي الأعلى والربيعي الأدنى لمجموعة واحدة باستخدام اختبار "ت" (t-test) ، كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (٩)

دلالة الفروق بين الربيعي الأعلى و الربيعي الأدنى لتحديد المستوي المهاري

ن = ١ = ٢ = ٤

م	المتغيرات	الربيعي الأدنى		الربيعي الأعلى		قيمة U مجموع الرتب
		متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	متوسط الرتب	
١	اللوحة الإيقاعية الثنائية	٢.٥٠	١٠.٠٠	٦.٥٠	٢.٥٠	٠٠.٠٠
٢	المصمودي الكبير	٢.٥٠	١٠.٠٠	٦.٥٠	٢.٥٠	٠٠.٠٠
٣	المصمودي الصغير	٢.٥٠	١٠.٠٠	٦.٥٠	٢.٥٠	٠٠.٠٠
٤	السماعي الثقيل	٢.٥٠	١٠.٠٠	٦.٥٠	٢.٥٠	٠٠.٠٠
٥	السماعي الدارج	٢.٥٠	١٠.٠٠	٦.٥٠	٢.٥٠	٠٠.٠٠
٦	البولكا	٢.٥٠	١٠.٠٠	٦.٥٠	٢.٥٠	٠٠.٠٠
٧	الفالس	٢.٥٠	١٠.٠٠	٦.٥٠	٢.٥٠	٠٠.٠٠
٨	الحجلة	٢.٥٠	١٠.٠٠	٦.٥٠	٢.٥٠	٠٠.٠٠
٩	الجري	٢.٥٠	١٠.٠٠	٦.٥٠	٢.٥٠	٠٠.٠٠
١٠	البادوباسك	٢.٥٠	١٠.٠٠	٦.٥٠	٢.٥٠	٠٠.٠٠

* "U" الجدولية ، ومستوي معنوية (٠.٠٥) = ٣.٠٠٠

يتضح من جدول (٩) أن قيمة "U" المحسوبة أقل من "U" الجدولية في المستوى المهاري للمهارات المختارة قيد البحث، مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين الربيعي الأعلى والربيعي الأدنى لصالح الربيعي الأعلى، مما يعني أن الاختبارات الخاصة بتحديد مستوى الأداء المهاري قادرة على التمييز بين الأفراد مما يؤكد صدقها في قياس ما وضعت من أجله.

ثانياً: معامل الثبات إختبارات المستوى المهاري:

جدول (١٠)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في المتغيرات المهارية

ن = ١٥

م	المتغيرات	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
		س ⁻	ع [±]	س ⁻	ع [±]	
١	اللوحة الايقاعية الثنائية	١.١٨٦	١.٠٩٥	١.١٩٩	١.٠٩٥	٠.٨٦٥
٢	المصمودي الكبير	٠.٥٣٦	٠.٠٣٦	٠.٥٣٩	٠.٠٦٣	٠.٧٧٨
٣	المصمودي الصغير	٠.٥١١	٠.٠٥٣	٠.٥٥٦	٠.٠٥٣	٠.٨٦٩
٤	السماعي الثقيل	٠.٤٢٦	٠.١١٣	٠.٤٣٩	٠.١٠٢	٠.٨٣٦
٥	السماعي الدارج	٠.٤٦٩	٠.١١٢	٠.٤٣٦	٠.١٣٩	٠.٨٩٨
٦	البولكا	٠.٦٣٦	٠.٢٩٦	٠.٦٩٨	٠.٢٢٢	٠.٨٨٩
٧	الفالس	٠.٥٢٢	٠.٠٣١	٠.٥٣١	٠.٠٣٣	٠.٨١١
٨	الحجلة	٠.٥٩١	٠.٠٣١	٠.٥٦٢	٠.٠١٢	٠.٨٣١
٩	الجري	٠.٦٣٢	٠.١١١	٠.٦٥١	٠.٣١١	٠.٨٦٢
١٠	البادوينسك	٠.٦١٢	٠.١١٥	٠.٥٥٣	٠.٢٣١	٠.٨٨٩

* "ر" الجدولية ، و مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٠.٣٧٨

يتضح من جدول (١٠) أن قيمة "ر" المحسوبة < "ر" الجدولية في إختبارات مستوى الأداء المهاري للمهارات المختارة "قيد البحث" ، مما يدل على وجود ارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني والتالي ثبات الإختبارات.

خامساً: البرنامج التعليمي:

أ-الهدف من البرنامج:

تحسين مستوى الأداء في مهارات الايقاع الحركي المقررة لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية – جامعة دمياط من خلال وضع برنامج تعليمي باستخدام الفيس بوك ورفع مستوى الرضا النفسي لديهن.

ب-تنظيم محتوى البرنامج:

قامت الباحثة بالإطلاع وإجراء مسح للدراسات المرتبطة والمراجع العلمية المتخصصة المتاحة والتي تناولت "التعلم الشبكي المتمازج" بهدف تحديد الوسائط التعليمية المستخدمة في البرنامج، وقد تم تحديد الوسائط التعليمية التي سوف تستخدم في البحث وهي كالتالي:

- (الفيديو تعليمي) كنموذج لأداء المهارات والحركات الأساسية.
- النص المكتوب لعرض الخطوات التعليمية والنقاط الفنية المتعلقة بالأداء.
- الصور المسلسلة (بشكل متتابعي) لمراحل أداء.
- الأفلام (الجمال الحركية) للربط بين المهارات والحركات الأساسية.

ج-إعداد البرنامج:

- قامت الباحثة بالإطلاع علي العديد من المراجع العلمية المتخصصة في الباليه للتوصل إلى أفضل النصوص المكتوبة الخاصة بالجزء النظري.
- قامت الباحثة بالإطلاع علي العديد من المراجع العلمية المتخصصة وشبكة الإنترنت في مجال تصميم المواقع التعليمية للتعرف على أحدث وأسهل وأوفر المواقع من حيث الاستخدام والتي يمكن أن يتعامل معها المعلم بنفسه.
- تم تزويد البرنامج التعليمي بمقاطع فيديو للمهارة مصحوبة بالشرح اللفظي وذلك لتقديم نموذج مثالي للأداء الحركي.
- تم وضع الصور المسلسلة عن طريق تقسيم شريط الفيديو التعليمي إلى لقطات ثابتة ثم عرض صور الأداء الحركي مصحوبة بالشرح النظري للخطوات التعليمية والنقاط الفنية.
- تم عرض صور الأداء الحركي فقط بشكل متسلسل (تتابعي).
- قامت الباحثة بتجميع الطالبات قبل إجراء التجربة الأساسية لتعريفهن كيفية الدخول على الموقع وإضافتهم علي الجروب الذي تم انشائه باسم (فرشات الايقاع الحركي)
- استخدام الماسنجر في الرد على الأسئلة والاستفسارات والأنشطة الموجهة.
- حل بعض أسئلة التقويم .
- المشاركة في استطلاعات الاراء المطروحة

د-إنشاء الحساب وتصميم المحتوى التعليمي: مرفق(٧)

- قامت الباحثة بتكوين مجموعة تعليمية "جروب" على شبكة التواصل الاجتماعي الفيس بوك تسمى "فرشات الايقاع الحركي" تكون خاصة بطالبات الفرقة الاولى بنات بكلية التربية الرياضية جامعة دمياط الجديدة
- قامت الباحثة بتحديد محتوى الموقع وتفاصيله بحيث يعكس الأهداف التعليمية للمقرر "مادة الايقاع الحركي" من خلال توصيف مقرر الايقاع الحركي للفرقة الاولى، كما تم الوضع في الاعتبار أن المقرر سيعرض من خلال الإنترنت "الفيس بوك" ومن ثم فإن ما يحتويه المقرر من معلومات يجب أن تستفيد من إمكانات "الفيس بوك" ، وما يتميز به من خصائص.
- قامت الباحثة بتنظيم المحتوى ويظهر بوضوح في حائط المجموعة "الجروب" حيث يحتوى على العديد من الإيكونات ، (المناقشات ، انشاء المناسبات ، الصور ، الفيديوهات)

- يتم إضافة صفحات المحتوى التعليمية وفق التقسيم المعد مسبقاً للوحدات والدروس مثل (الوحدة الأولى – الوحدة الثانية – الوحدة الثالثة.....) وهكذا.
- تتم إضافة طالبات المجموعة التجريبية من خلال إرسال دعوات اشتراك لكل طالبة.
- المناسبات : وتم فيها الإعلان عن حدث معين في تاريخ وميعاد محدد علي سبيل المثال تحديد أفضل جملة علي عارضة التوازن.
- الصور : قد تم وضع العديد من الصور الثابتة والخاصة بالعديد من المهارات والأوضاع الأساسية في الإيقاع الحركي.
- الفيديو: وفيه تم وضع العديد من مقاطع الفيديو الخاصة بالمهارات التي تدرسها الطالبات في المنهج
- تبدأ الطالبة في دراسة المحتوى التعليمي مع إمكانية التعليق وبدء المناقشة حول الموضوع التعليمي مع الطالبات الأخريات والمعلمة المديرة لمحتوى البرنامج التعليمي.

قامت الباحثة بوضع خطة للسير وفقاً للإجراءات التالية:

- تم تحديد استطلاع رأي الطالبات علي تحديد يوم يتم الاجتماع اسبوعيا علي شبكة التواصل الاجتماعي (الفيس بوك) ، وقد تم الاتفاق علي الخميس من كل اسبوع في تمام الساعة (٨م) مرفق (٨).
- يتم الاجتماع اسبوعيا علي الجروب وتقوم الباحثة بعرض ماسوف يتم دراسته في المحاضرة العملي القادمة.
- يتم التأكد من التحاق جميع الطالبات بالجروب قبل الموعد ب (٥ق).
- يتم تحديد المهام الخاصة بالمنهج الدراسي وادراجها في المناسبات الخاصة بالجروب.
- يتم عرض صور وفيديوهات للإيقاع المحدد كل مرة توضح كيفية الاداء بالصوت والصقف وشكل المهارة .
- يتم فتح باب المناقشات (الدردشة) في نهاية كل درس لاي استفسارات او تساؤلات خاصة بالمقرر.

هـ-الخطة الزمنية للبرنامج:

قامت الباحثة بناء علي استطلاع رأي الخبراء مرفق (٢) بإعداد البرنامج التعليمي بحيث يشتمل على (٩) أسابيع بواقع وحدة تعليمية في الأسبوع أي أن البرنامج يشتمل على (٩) وحدات تعليمية وزمن الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة مقسمة إلى (٥) ق أعمال إدارية التجهيز والإصطفاف وأخذ الغياب، (٥) ق إحماء، (٣٥) ق الجزء الخاص بالتعلم المهاري، (٤٠) ق تدريس باقي المقرر الأساسي بالطريقة المتبعة وهي الشرح وأداء نموذج، (٥) ق تمرينات تهدئة لرجوع الجسم إلى حالته الطبيعية مرفق (٨)

سادساً: الخطوات التنفيذية لتجربة البحث:

أ-القياس القبلي:

وقد تم إجراء القياسات البدنية في يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٣/٢/٢٨ م ، كما تم تحديد المستوي المهاري في يوم الأربعاء الموافق ٢٠٢٣/٣/١ م ، وقد تم الإستعانة بمجموعة من المساعدين من الزملاء وذلك للمساعدة في عمل القياسات ، وقد تم تدريبهم مسبقاً من قبل الباحثة على كيفية تطبيق الإختبارات المختلفة "إختبارات الورقة والقلم أو الإختبارات البدنية" ومستوى الأداء المهاري.

ب- التجربة الأساسية:

قامت الباحثة بتطبيق "الفيس بوك" علي المجموعة التجريبية **مرفق (٩)**، و"الأسلوب التقليدي" (الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي) علي المجموعة الضابطة **مرفق (٦)** في الفترة من يوم الخميس الموافق ٢٠٢٣/٣/٢م إلى يوم السبت الموافق ٢٠٢٣/٥/٦م بصالة الايقاع الحركي بالكلية ، وكان زمن التطبيق الفعلي (٩) اسابيع **مرفق (٨)** وذلك حسب التوزيع الزمني للجدول الدراسي بالكلية وقد وتم استبعاد الفترة من (٤/٢٠ الي ٤/٢٥) اجازة رسمية عيد الفطر .

ج- القياس البعدي:

قامت الباحثة بإجراء القياسات البعدية على مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في مستوى الأداء ومقياس الرضا النفسي (قيد البحث) في يوم الأحد الموافق ٢٠٢٣/٥/٧م، وتم تقييم مستوى الأداء المهاري للطلبات في المهارات المختارة "قيد البحث"، وفقاً لإستمارة وعرضها علي ثلاثة محكمات مرفق (٢) في الايقاع والتعبير الحركي ، وقد كانت درجة كل مهارة (١٠) والمجموع الكلي لكل المهارات قيد البحث من (١٠٠) درجة.

سابعاً: المعالجات الإحصائية:

استخدمت الباحثة المعالجات الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث وذلك باستخدام برنامج :
جزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) Statistical Pacakage for the Social Science، وتم استخدام المعالجات الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي
- الوسيط
- الانحراف المعياري
- معامل الالتواء
- معامل ارتباط "سبيرمان
- النسب المئوية لمعدلات التحسن
- معادلة اختبار " ت " (t-test)

عرض النتائج ومناقشتها:
أولاً: عرض النتائج:

جدول (٧)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد البحث

ن = ٢٠

م	المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		متوسط الفروق	قيمة "ت"
		س ⁻	ع [±]	س ⁻	ع [±]		
١	مقياس الرضا النفسي	٣٦.١٢٥	٢.٥٦٣	٤٧.٧	٣.١٢٥	١١.٥٧٥	٨.١٢٩
٢	اللوحة الايقاعية الثنائية	١.١٩٦	١.٠٩٦	٤.٢٣٦	١.٢٣٦	٣.٠٤	١٢.٦٢٥
٣	المصمودي الكبير	٠.٥٢٦	٠.٠٦٦	٤.١١٢	١.٠٢٥	٣.٥٨٦	١٤.٣٦٥
٤	المصمودي الصغير	٠.٥١٣	٠.٠٥١٢	٤.٩٥٦	١.٠٠٣	٤.٤٤٣	١٣.٣٦٤
٥	السماعي الثقيل	٠.٤٢٣	٠.١١٣	٤.٨٦٣	٠.٠٥٢	٤.٤٤	١٢.٢٥٦
٦	السماعي الدارج	٠.٤٢٦	٠.١٣٩	٤.٦٦٣	٠.٤١٥	٤.٢٣٧	١٢.٤٤٥
٧	البولكا	٠.٦٧٢	٠.٢٢٣	٤.١٨٥	٠.٨٥٦	٣.٥١٣	١٦.٣٦٥
٨	الفالس	٠.٨٣٨	٠.٢٣٧	٤.٣٢٤	١.٠٦٢	٣.٤٨٦	١٤.٢٢٣
٩	الحجلة	٠.٤٢٥	٠.١٨١	٤.٠٥٢	١.٣٣٦	٣.٦٢٧	١٣.٦٢٥
١٠	الجري	٠.٤٢٣	٠.١٨٠	٤.٧٧٤	٠.١٥٢	٤.٣٥١	١٢.٣٣٦
١١	البادوباسك	٠.٤٣٥	٠.١٦٩	٤.٣٢٥	٠.٦٢٥	٣.٨٩	١٣.٤٥٢

* قيمة ت الجدولية عند مستوي ثقة ٠.٠٥ = ١.٧٢٩

يتضح من نتائج **جدول (٧)** وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ، لصالح القياس البعدي في جميع المتغيرات قيد الدراسة .

جدول (٨)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث

ن = ٢٠

م	المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		متوسط الفروق	قيمة "ت"
		س ⁻	ع [±]	س ⁻	ع [±]		
١	مقياس الرضا النفسي	٣٦.٣٣٥	٢.٥٣٦	٤٠.٢	١.٣٦٥	٣.٨٦٥	٣.١٢٥
٢	اللوحة الايقاعية الثنائية	١.١١٤	١.٠٩٩	٣.١٢٥	١.٠٢٥	٢.٠١١	٢.٩٥٢
٣	المصمودي الكبير	٠.٥٢٤	٠.٠٣٤	٢.٩٢٥	١.٠٠٢	٢.٤٠١	٢.٦٦٣
٤	المصمودي الصغير	٠.٥١٦	٠.٠٥٥	٢.٩٩٥	٠.٠٦٢	٢.٤٧٩	٣.١٢٥
٥	السماعي الثقيل	٠.٤٢٨	٠.١٨٧	٢.٤٨٥	٠.٠٨٤	٢.٠٥٧	٢.٥٥٦
٦	السماعي الدارج	٠.٤٢٥	٠.١٨٨	٣.٠٥١	٠.١٥٢	٢.٦٢٦	٣.٦٢٥
٧	البولكا	٠.٦٧٨	٠.٢٣٦	٢.٣٣٦	٠.٩٥٦	١.٦٥٨	٢.٣٣٦
٨	الفالس	٠.٨٤٥	٠.٢٣٧	٢.٨٤٩	٠.٨٥٨	٢.٠٠٤	٣.١٥٢
٩	الحجلة	٠.٤١٢	٠.١٨١	٣.١٥١	٠.٩١٥	٢.٧٣٩	٣.٦٥٨
١٠	الجري	٠.٤٣٢	٠.١٨٠	٢.٩٣٦	٠.٧٦٥	٢.٥٠٤	٣.١٥٩
١١	البادوباسك	٠.٤٢٦	٠.١٦٩	٣.٠٢٥	٠.٧٣٥	٢.٥٩٩	٣.٨٤٤

* قيمة ت الجدولية عند مستوي ثقة ٠.٠٥ = ١.٧٢٩

يتضح من نتائج **جدول (٨)** وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ، لصالح القياس البعدي في جميع المتغيرات قيد الدراسة .

جدول (٩)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الاداء قيد البحث

$$n_1 = n_2 = 20$$

م	المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		متوسط الفروق	قيمة "ت"
		س ⁻	ع [±]	س ⁻	ع [±]		
١	مقياس الرضا النفسي	٤٧.٧	٣.١٢٥	٤٠.٢	١.٣٦٥	٧.٥٠٠	٦.١٢٥
٢	اللوحة الايقاعية الثنائية	٤.٢٣٦	١.٢٣٦	٣.١٢٥	١.٠٢٥	١.١١١	٣.٣١٥
٣	المصمودي الكبير	٤.١١٢	١.٠٢٥	٢.٩٢٥	١.٠٠٢	١.١٨٧	٢.٩٩٥
٤	المصمودي الصغير	٤.٩٥٦	١.٠٠٣	٢.٩٩٥	٠.٠٦٢	١.٩٦١	٢.٨٩٨
٥	السماعي الثقيل	٤.٨٦٣	٠.٠٥٢	٢.٤٨٥	٠.٠٨٤	٢.٣٧٨	٣.٧٤٥
٦	السماعي الدارج	٤.٦٦٣	٠.٤١٥	٣.٠٥١	٠.١٥٢	١.٦١٢	٣.٩٥٦
٧	البولكا	٤.١٨٥	٠.٨٥٦	٢.٣٣٦	٠.٩٥٦	١.٨٤٩	٢.٦٦٨
٨	الفالس	٤.٣٢٤	١.٠٦٢	٢.٨٤٩	٠.٨٥٨	١.٤٧٥	٣.١٦٢
٩	الحجلة	٤.٠٥٢	١.٣٣٦	٣.١٥١	٠.٩١٥	٠.٩٠١	٢.٩٩٥
١٠	الجري	٤.٧٧٤	٠.١٥٢	٢.٩٣٦	٠.٧٦٥	١.٨٣٨	٣.٠٥٢
١١	البادوباسك	٤.٣٢٥	٠.٦٢٥	٣.٠٢٥	٠.٧٣٥	١.٣٠٠	٣.١٦٨

* قيمة ت الجدولية عند مستوي ثقة $0.05 = 1.729$

يتضح من جدول (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين البعدين لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في متغيرات (مستوى الاداء المهاري) في جملة الباليه قيد البحث (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥).

ثانياً: مناقشة النتائج:

مناقشة نتائج الفرض الأول:

تشير نتائج جدول (٧) إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين القياسين القبلي والبعدي في مستوى الرضا النفسي والأداء المهاري في الإيقاع الحركي قيد البحث للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي.

وترجع الباحثة التحسن في المستوى المهاري لطالبات المجموعة التجريبية إلي أن استخدام الباحثة للجروب التعليمي عبر شبكة التواصل الاجتماعي الفيس بوك بما يحتويه من فيديو ، صور ، نصوص مكتوبة ، مناقشات ، جمل علي الأجهزة المختلفة. كل هذا أدى الي تقديم المعلومات بصورة مكثفة ، وغير تقليدية وكذلك عرض أفضل النماذج للمهارات قيد الدراسة ، وكيفية التدرج التعليمي السليم للمهارات المختلفة ، وكذلك تقويم أداء الطالبات وإعطاء التغذية الراجعة المناسبة لهم ، وتقديم المعلومات والمعارف المرتبطة بمحتوي المقرر ، مما أدى إلي اسياعاب الطالبات للمحتوي المقرر بصورة أكثر فاعلية ، ورسم المسارات الحركية السليمة للمهارات قيد البحث ، وقد عزز من عملية التعلم وجعلها أكثر فاعلية استخدام المتعلم لأكثر من حاسة بالإضافة للعرض المنظم والمشوق للمعارف والمعلومات.

ومن مميزات التعلم عن طريق شبكات التواصل الاجتماعي الفيس بوك أنه يزيد من دافعية الطالبات للتعلم نظراً لنا طريقة عرض المحتوى تكون أكثر أثارة ، كما أنه يعتمد علي طريقة حل المشكلات وينمي لدي المتعلم القدرة علي الإبداع والتفكير الناقد. (١٦) (١٥) (١٧) (٢١)

ويتفق ذلك مع نتائج كل من عثمان عثمان وهشام عبد الحليم (٢٠٠٦م) ، مایسة عفيفي (٢٠١٠م) ، مروة توفيق زكي (٢٠٠٩م) (zanamwe, rupere) (٢٠١٣): في أن التعليم الإلكتروني أو من خلال شبكات التواصل الاجتماعي لة تأثير ايجابي علي عملية التعلم و نواتجها. (٩) (١٢) (١٤) (٢٨)

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الأول والذي ينص على "يوجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الأداء المهاري لبعض مهارات الإيقاع الحركي لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية جامعة دمياط الجديدة لصالح القياس البعدي للمجموعة.

مناقشة نتائج الفرض الثاني:

تشير نتائج **جدول (٨)** إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين القياسين القبلي والبعدي في مستوى الرضا النفسي والأداء المهاري في الإيقاع الحركي قيد البحث للمجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي.

تُرجع الباحثة هذه النتيجة إلى أن الأسلوب التقليدي المتبع في المحاضرة والذي يعتمد على عرض النموذج والشرح والتدرج التعليمي السليم ، وتصحيح الأخطاء ، وتقويم الأداء بصورة مستمرة ، وتقديم المعلومات المعرفية المرتبطة بالأداء أثناء الشرح ، وكذلك قيام الطالبة بتطبيق وممارسة المهارات المطلوبة قيد الدراسة ، جميع ما سبق أدى إلي التحسن الملحوظ في مستوى الأداء المهاري لطالبات المجموعة الضابطة ، خاصاً وأن عملية التدريس تم بأسلوب علمي ووفق خطوات مخطط لها مسبقاً وتتماشي مع الأهداف العامة للمقرر.

ويتفق ذلك مع نتائج دراسات كل من "أشرف أبو الوفا عبد الرحيم" (٢٠١٢م) ، "أشرف حسني محمد" (٢٠٠٩م) ، "جمال رمضان موسي ، وهاني عبد العزيز الديب" (٢٠٠٨م) ، "إيمان كمال الدين المعصراوي" (٢٠٠٤م). (١)(٢)(٣)(٤)

ومما سبق فقد تحقق الفرض الثاني والذي ينص على "يوجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الأداء المهاري لبعض مهارات الإيقاع الحركي لطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة دمياط الجديدة لصالح القياس البعدي للمجموعة".

مناقشة نتائج الفرض الثالث:

تشير نتائج **جدول (٩)** إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الأداء المهاري في جملة الباليه قيد البحث ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

وتُعزو الباحثة الفروق في نسب التحسن بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية إلى أن استخدام الجروب التعليمي باستخدام شبكة التواصل الاجتماعي الفيس بوك للمجموعة التجريبية تميز بأنة مدرسة إلكترونية مفتوحة ٢٤ ساعة وفي كل أيام الأسبوع ، حتي في العطلات الرسمية تكون مفتوحة ، والطالبات تستطيع الدخول في أي زمان ومن أي مكان يتوفر فيه جهاز الكمبيوتر المتصل بالإنترنت أو الهواتف الذكية المتصلة بالإنترنت ، كما تستطيع الطالبات الاطلاع علي المادة العلمية وإعادة تكرارها بالكيف المناسب مع قدراتها واحتياجاتها ، كما أن هذه الطريقة في التعلم تزيد من عملية التفاعل بين الطالبات والمعلمة وتجعل للطالبة دوراً إيجابياً في عملية التعلم ، وذلك من خلال المناقشات وإبداء الرأي في موضوعات المقرر ، وبذلك فإن التعلم باستخدام شبكة التواصل الاجتماعي الفيس بوك يعتبر بيئة مرنة للتعلم من جميع النواحي ، من حيث وقت ومكان التعلم وكذلك من حيث كمية المعلومات المتاحة ونوعيتها ، وكذلك فإن رغبة الطالبات واستعدادها للتعلم وأستقبال معلومة جديدة

يكون متوفر عندما تدخل الطالبة علي الجروب ، كما أنه يسمح للطالبة بالوصول للمحتوي أكثر من مرة علي حسب احتياجتها وقدرتها علي التعلم.

كما ان أنتقال التركيز من طريقة الشرح اللفظي والنموذج والأوامر في التعليم إلى التركيز على عمليات الإتصال بمشاهدة المهارة عن طريق الفيديو والصور المسلسلة والعرض البطيء، وكذلك مع وجود النص المكتوب والمقروء والمؤثرات الصوتية والموسيقى داخل "البرنامج التعليمي"، كل ذلك يعطى فرصة كبيرة للمتعلمة لمشاهدة النواحي الفنية للمهارة بصورة واضحة ويعطى لها التصور الحركي الصحيح للمهارة كل ذلك أدى إلى تفاعل الطالبة مع البرنامج بإيجابية وبشكل يثير دوافعها للتعلم، حيث تكمن أهمية استخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة فى عملية التعلم فى التربية الرياضية فى إستثارة إهتمام المتعلمة وإشباع حاجاتها للتعلم وإثراء مجالات الخبرة لديها، كما تقديم المعلومة للمتعلمة من خلال برامج متكاملة بما يعطى لها الفرصة لمشاهدة المهارات الحركية بمراحلها الفنية بأحسن صورة حتى تتمكن أن تعلمها وأدائها بشكل صحيح هذا بالإضافة إلى توافر المحتوى التعليمي على "الإنترنت" (Face book) حتى تستطيع الطالبة الرجوع إليه والإستعانة به فى أى وقت وفى أى مكان، وهذا أيضا بالإضافة إلى الإستفادة الكبيرة التى تعود على الطالبات من خلال الطريقة المتبعة (التقليدية)، وبالتالي فإن هذه الطريقة جمعت بين مميزات كل من "التعلم الإلكتروني" (الموقع التعليمي)، و"التعلم التقليدي" والإستفادة من مميزات كل منهما، كل هذا أدى إلى رفع مستوى الأداء المهاري في الإيقاع الحركي وزيادة الرضا النفسي لديهن .

كما أن التعلم باستخدام شبكة التواصل الاجتماعي الفيس بوك يوفر بيئة تعلم تراعي الفروق الفردية للطالبات بصورة كبيرة وواضحة حيث تتمكن الطالبات من تلقي المعلومة العلمية بالأسلوب الذي يتناسب مع قدراتها السمعية والمرئية ، ويعمل علي الوصول للأهداف التعليمية المراد تحقيقها في أقل وقت وأقل جهد ، وكذلك مع وجود المتعة والدافعية للتعلم ويساعد الطالبات في الاعتماد علي أنفسهن . ويتفق ذلك مع آراء كل من "عطية خميس" (٢٠٠٩م) ، "وفيقه حسن" (٢٠٠٧م) ، عبد الرازق محمد شمة (٢٠١٤م) ، (١٠) (١٨) (٢٥) (٢٧) (٧) .

ومما سبق فقد تحقق الفرض الثالث والذي ينص على "يوجد فروق دالة إحصائية بين القياسات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية الضابطة في الأداء المهاري لبعض مهارات الإيقاع الحركي لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية جامعة دمياط الجديدة لصالح المجموعة التجريبية".

الاستخلاصات والتوصيات:

أولاً: الاستخلاصات:

في ضوء هدف وفروض الدراسة ، وفي ضوء عينة البحث توصلت الدراسة إلي النتائج التالية:

١- أسلوب التعليم باستخدام شبكة التواصل الاجتماعي الفيس بوك والذي طبق علي المجموعة التجريبية أدى إلي تحسن في المستوى المهاري للمهارات المختارة "قيد البحث".

٢- الأسلوب التقليدي الذي طبق علي المجموعة الضابطة أدى إلي تحسن المستوى المهاري للمهارات قيد البحث.

٣- تفوق أسلوب التعلم باستخدام شبكة التواصل الاجتماعي الفيس بوك علي أسلوب التعليم التقليدي في مستوى التحصيل المعرفي ، وكذلك المستوى المهاري للمهارات المختارة "قيد البحث".

ثانياً: التوصيات:

بناء علي النتائج التي توصلت إليها الباحثة ، وفي ضوء عينة الدراسة ، تتقدم الباحثة بالتوصيات الآتية :

١. نشر الوعي الإلكتروني بين الطالبات ، وتدريبهن وتشجيعهن علي استخدام التقنيات الحديثة في تعليم مادة الايقاع الحركي مثل الفيس بوك ، محركات البحث ، المنتديات التعليمية ، الواتساب الخ .
٢. ضرورة توفير المحتوى التعليمي الإلكتروني لمقرر الايقاع الحركي لكي تستطيع الطالبة الرجوع إليه في أي وقت وأي مكان ، وبالتالي يؤدي إلي تحسن مستوى التحصيل للطالبات.
٣. نشر ثقافة التعليم الإلكتروني بين أعضاء هيئة التدريس ، وتعريفهم بأهمية هذا النوع من أساليب التعلم ، والتي توفر الوقت والجهد لصالح العملية التعليمية.
٤. محاولة تجريب أساليب مختلفة من التعلم الإلكتروني سواء كان التعليم المتمازج ، أو المعكوس.

المراجع العربية:

١. أشرف أبو الوفا عبد الرحيم (٢٠١٢م) : فاعلية برنامج مقترح في رياضة ألعاب القوى قائم علي التعلم الخليط علي تنمية الأداء المهاري وتقبل الذات لدي الطلاب المعاقين حركيا"، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة سوهاج.
٢. أشرف حسني محمد (٢٠٠٩م): : تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام الإنترنت علي بعض المتغيرات مهارية والمعرفية في كرة اليد لتلميذات المدرسة الإعدادية الرياضية بمدينة المنيا" ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا،
٣. أي ماير ريتشارد (٢٠٠٩م) : التعلم بالوسائط المتعددة ، "ليلي النابلسي ، المترجمون" الرياض، مكتبة العبيكان.
٤. إيمان كمال الدين المعصراوي : استخدام الحاسب الألي في التدريس كأساس لتحسين مستوي الاداء المهاري والابتكار الحركي في الجمباز" رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنوفية.
٥. جمال رمضان موسي ، وهاني عبد العزيز الديب (٢٠٠٨م) : "فاعلية نموذج مقترح لتصميم مقرر دراسي علي الإنترنت (موقع تعليمي) علي بعض جوانب التعلم في كرة السلة" ، المؤتمر العلمي الثالث ، تطوير المناهج التعليمية في ضوء الاتجاهات الحديثة وحاجة سوق العمل ، جامعة الزقازيق.
٦. رشا حمد هداية (٢٠١٢م) : " فاعلية الشبكات الإلكترونية الاجتماعية في تنمية مهارات انتاج و مشر الدروس الإلكترونية لدي طلاب دراسات العليا بكلية التربية. المنصورة: كلية التربية - جامعة المنصورة.
٧. عبد الرازق محمد شمة (٢٠١٤م) : " فاعلية استخدام الفيس بوك كبيئة تعلم لتنمية مهارات البرمجة التعليمية لدي طلاب الدبلوم المهنية في تكنولوجيا التعليم" ، المؤتمر العلمي الرابع عشر للجمعية المصرية لتكنولوجيا التعليم ، كلية التربية جامعة الأزهر .
٨. عبد الله أحمد الفرا (٢٠٠٦م) : " التكنولوجيا وعملية التعلم ، ط٢ ، القاهرة ، دار الفكر العربي.
٩. عثمان عثمان ، هشام عبد الحليم : " تصميم موقع انترنت تعليمي وأثرة علي بعض المتغيرات مهارية والمعرفية والوجدانية لرياضة سلاح الشيش لطلبة كلية التربية الرياضية: ، جامعة المنيا ، (نوفبر، ٢٠٠٦م) ٢٣(الرابع).

١٠. عطية محمد خميس (٢٠٠٩م) : " تكنولوجيا التعليم والتعلم ، ط ٢ ، القاهرة ، دار السحاب للطباعة.
١١. غادة عبد الله العمودي (٢٠٠٨م) : البرمجيات الاجتماعية في منظومة التعلم المعتمد علي الويب : الشبكات الاجتماعية نموذجا" ، المؤتمر الدولي الأول للتعلم عن بعد المملكة العربية السعودية ، الرياض
١٢. مایسة محمد عفیفی (٢٠١٠م) : "بناء موقع تعليمي وتأثيره علي تعلم سباحة الصدر لطالبات كلية التربية الرياضية بجامعة الزقازيق" ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق.
١٣. محروس محمد قنديل، وعمر و حسن أحمد بدران، وياسمين عبدالحميد أحمد، وسمر على زيدان(٢٠١٦م) : مقياس الرضا النفسي للرياضيين، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية – جامعة المنصورة.
١٤. محمد المري إسماعيل خليل (٢٠١٤م) : الرضا عن الحياة لدي مستخدمي بعض شبكات التواصل الاجتماعي من طلبة كلية التربية" ، جامعة الزقازيق ، المؤتمر الدولي الرابع (التعليم وثقافة التواصل الاجتماعي) (صفحة ٩٧) ، سوهاج.
١٥. مروة توفيق زكي (٢٠٠٩م) : فاعلية إستراتيجية تعليمية مقترحة بمواقع الإنترنت علي تنمية التفكير والاتجاهات لدي طلاب تكنولوجيا تعليم" ، القاهرة ، كلية تربية نوعية جامعة عين شمس.
١٦. مصطفى عبد السميع ، محمد لطفي ، جابر عبد المنعم (٢٠٠٤م) : الاتصال والوسائل التعليمية ، ط ٢ ، القاهرة، دار الكتاب للنشر.
١٧. منال عبد العال مبرز، أحمد محمود فخري (٢٠١٣م) : التعليم الإلكتروني ، الرياض ، دار الزهراء.
١٨. هبة سعيد عبد المنعم (٢٠٠٩م) : بناء موقع إنترنت تعليمي وتأثيره علي اكتساب بعض المهارات التدريسية لدي طالبات كلية التربية العملية بشعبة التدريس بكلية التربية الرياضية بطنطا ، كلية التربية الرياضية بطنطا.
١٩. وفيقة مصطفى حسن (٢٠٠٧م) : تكنولوجيا التعليم والتعلم في التربية الرياضية ، ط ٢ ، الإسكندرية ، منشأة المعارف.

المراجع الأجنبية:

- 20- **Bateman, D., & Willems, J. (2012)** : Facing off face book and higher education. cutting - edge technologies in higher education , 5, .53 - 79
- 21- **Greenhow, c. (2011).** : Online social networks and learning. on the horizon , 19(1), 4 - 12.
- 22- **Gulbahar , y. (2013)** : social networks from higher education students. 3(2), 22 - 32.
- 23- **Koles, B., & Nagy, P. (2012)** : Facebook usage patterns and school attitudes. Multicultural education and technology journal, 6(1).
- 24- **Kuppuswamy, (2010)** : The impact of social networking web sites on the education of youth. International journal of virtual communication and social networking, 2(1), 67 - 79.
- 25- **Lomicka, L., & Lord, g. (2009).** : The next generation : social networking and online. CALIOC journal, 8, 36-58.
- 26- **Miah, m., omar, A., & Golding , m. (2012)** : effect of networking on adolescent education. 29(1927).
- 27- **Roblyer, M., & Herman, W. (2010).** : findings on and percption of social networking sites. The internet and higher egucation, 13(3), 134 - 140.
- 28- **Wang, Q., Lit woo, H., & Yang, L. (2012)** : Using the facbook group as a learning management system an exploratory study. British journal of educational Technology, 43(3), 238 - 248.
- 29- **zanamwe, N., rupere, T., & kufandirimbwa, O. (2013)** : Use of Social Networking Technologies in Higher Educational in Zimbabwe: A

المراجع من شبكة الإنترنت:

- 30- <https://mawdoo3.com/>
- 31- <https://www.sport.ta4a.us/human-sciences/tests-measurements/1683-standing-broad-jump-test.html>
- 32- <https://www.sport.ta4a.us/human-sciences/tests-measurements/1669-flexibility-tests.html>
- 33- <https://www.sport.ta4a.us/human-sciences/movement-science/1659-tests-balance-element.html>
- 34- <https://www.sport.ta4a.us/human-sciences/tests-measurements/1670-agility-tests.html>
- 35- <https://www.sport.ta4a.us/human-sciences/movement-science/1658-compatibility-component-tests.html>

تأثير استخدام شبكة التواصل الاجتماعي (الفيس بوك) علي الأداء المهاري والرضا النفسي
لبعض مهارات الايقاع الحركي لطالبات كلية التربية الرياضية

الملخص

يهدف البحث الي التعرف علي تأثير تأثير استخدام شبكة التواصل الاجتماعي (الفيس بوك) علي الأداء المهاري والرضا النفسي لبعض مهارات الايقاع الحركي لطالبات كلية التربية الرياضية ، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة، واشتملت العينة علي طالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية جامعة دمياط للعام الجامعي ٢٠٢٢م/٢٠٢٣م وعددهم ٤٠ طالبة ، واستنتجت الباحثة ان هناك فروق دالة احصائيا بين القياسين القبليين والبعديين لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية

The effect of using the social network (Facebook) on the skill performance and psychological satisfaction of some motor rhythm skills for female students of the College of Physical Education

Abstract

The research aims to identify the impact of the use of the social network (Facebook) on the skill performance and psychological satisfaction of some motor rhythm skills for female students of the College of Physical Education. The researcher used the experimental method using two groups, one experimental and the other a control group. The sample included female students in the first year of the College of Physical Education at the University of Damietta for the academic year 2022/2023 AD, with a total number of 40 students. The researcher concluded that there are statistically significant differences between the pre- and post-measurements in favor of the post-measurement for the experimental group.