

## تأثير استخدام الصف المعكوس في أداء مهارتي القفز فتحا والقفز ضما على جهاز منصة القفز في الجمناستك الفني للرجال

أ.د. عمار عباس عطية م.م. منذر محمود خليفة

2019م

1440 هـ

### مستخلص البحث باللغة العربية.

هدف البحث الى تصميم واعداد محاضرات مرئية ومسموعة في اداء مهارتي القفز فتحا والقفز ضما على جهاز منصة القفز في الجمناستك الفني للرجال فضلا عن التعرف على تأثير استخدام الصف المعكوس في أداء مهارتي القفز فتحا والقفز ضما في الجمناستك الفني للرجال، وأعتمد الباحثان المنهج التجريبي، وبلغ عينة البحث 20 طالب بمجموعة تجريبية واحدة، وقام الباحثان بتطبيق تجربتهم الرئيسة للصف المعكوس بواقع وحدتين تعليمية خلال الاسبوع ولمدة 3 اشهر، وكانت نتائج الدراسة وجود تأثير معنوي بين نتائج الأختبارات القبلية والبعديّة في استخدام الصف المعكوس لمجموعة البحث التجريبية ولصالح الأختبار البعدي.

الكلمات المفتاحية: الصف المعكوس، القفز فتحا، القفز ضما، الجمناستك الفني للرجال

### Abstract.

#### The Effect of Using Flip Classroom On Performing Straddle and Squat Vaults In Men's Artistic Gymnastics Vault

The study aimed at designing and preparing audio and visual lectures of squat and straddle vault skill performance in men's artistic gymnastics vault as well as identifying the effect of using flip classroom in performing in men's artistic gymnastics. The researchers used the experimental method. The subjects were (20) with one experimental group. The researcher conducted a main experiment using flip classroom with two teaching sessions per week for three months. The results of the study showed significant effect in pre and posttests in favor of using flip classroom in favor of the posttests.

**Keywords:** flip classroom, straddle vault and squat vault, men's artist gymnastics.

## المقدمة.

في ظل التطور الذي نعيشه في هذا العصر الذي يعتبر عصر الالكترونيات والتغيرات السريعة التي تفوق احيانا تصورات البشر واستيعاب عقولهم، ومن ابرز هذه التغيرات هو التغير الهائل في المعلومات والالكترونيات، حيث ان العالم اليوم اتجه في تعليمه الى التعلم الالكتروني لما له من أثر وأهمية على العملية التعليمية اذ يشير (عبد العزيز حمدي، 2008م، ص35) إلى أن " التعلم الالكتروني أصبح من اساسيات هذا العصر فهو يحل محل الفصول التقليدية ويغير من طرق التدريس الكلاسيكية القديمة المتبعة حاليا، فبه سيتمكن المتعلمون من تعلم أي شيء يريدونه في أي وقت ما وممكن اعادته اكثر من مرة، والاكثر اهمية أنهم سيتمكنون من تقييم ما تعلموه وتصحيح الاخطاء بصورة مستمرة"

وهناك العديد من انواع التعلم الحديث الذي يعتمد على استخدام التقنيات الحديثة مثل التعلم الالكتروني، والتعلم المدمج، والصف المعكوس.

اذ ان الصف المعكوس هو قلب أو عكس مهام التعلم بين المحاضرة والمنزل، وهذا العكس للعملية التعليمية لا يمكن تحقيقه دون توظيف أدوات التقنية الحديثة ودمجها في العملية التعليمية، نظرا لتغير خصائص ومهارات وظروف الجيل الحالي من الطلبة وامتلاكهم أدوات الاتصال والتطبيقات التقنية المتنوعة وقدرتهم على تعلمها بسرعة ومهارة، وهو ايضا يعد أحد حلول علاج ضعف التعلم التقليدي وتنمية مستوى مهارات التفكير عند الطالب ولاسيما في استيعاب مهارات الجمناستك المتسلسلة الذي يعاني منها الطالب في بداية الامر ويستغرق وقتا طويلا لفهمها، فالصف المعكوس هو نوع من انواع التعلم الذي يشمل استخدام التقنية للاستفادة من التعلم في العملية التعليمية، بحيث يمكن للمعلم قضاء مزيد من الوقت في التفاعل والمناقشة مع الطالب بعد الاداء، فضلا عن تشخيص نقاط القوة ونقاط الضعف في المهارة مع اعطاء المعلومات الوافرة حول المهارات، حيث يقوم الطالب بمشاهدة عروض فيديو قصيرة للمحاضرات حول المهارات الخاصة بالجمناستك في المنزل ويبقى الوقت الاكبر لتطبيق ومناقشة المحتوى في المحاضرة تحت اشراف المعلم.

ومن هنا تكمن أهمية البحث في استخدام الصف المعكوس ومعرفة تأثيره في أداء مهارتي القفز فتحا والقفز ضما على جهاز منصة القفز في الجمناستك الفني للرجال، فضلا عن معالجة الفروق الفردية للطلاب.

اما مشكلة الدراسة فقد لاحظ الباحثان وجود اثر كبير في الصف المعكوس وما حققه من نتائج ايجابية مما دفعهم لتطبيقه في المجال الرياضي فضلا عن حاجة التدريسيين الى هذا النوع من الدراسة ولاسيما الفيديوات التعليمية المرئية والمسموعة والتي يفتقر لها الطالب من وجودها في الدراسة الاولية والتي فيها طابع التشويق والاثارة والبعيدة عن الطرق التقليدية المتعارف عليها في التدريس، وقد اختار الباحثان مهارتي القفز فتحا والقفز ضما في الجمناستك الفني للرجال لما رأوا من ضعف في تعلم تلك المهارات واخذ وقت طويلا في تعلم مهارة واحدة ولكون

للعبة تحتاج الى وقت اكبر وادوات ووسائل تعليمية مرئية ومسموعة اكثر تختص في تعلم المهارات، ارتأى الباحثان في تطبيق ومعرفة تأثير الصف المعكوس في تعلم مهارتي القفز فتحا والقفز ضما على منصة القفز في الجمناستيك الفني للرجال ومعالجة الفروق الفردية بين الطلاب.

وفي دراسة (هدى عيدان، 2018، ص115) ان الصف المعكوس يراعي الفروق الفردية بين الطلاب بالجانب الحركي، اما دراسة (نور صباح، 2018، ص109) فقد أدت نتائجها الى نجاح الصف المعكوس لدى جميع الطالبات من خلال الدرجات الجيدة بمادة الجمناستيك، وفي دراسة (الطيب احمد هارون وسرحان محمد عمر موسى 2015، ص19) أشار الى ان الصف المعكوس يؤدي الى نتائج جيدة اذا كان في بيئة تعلم بناءية يتمركز بين التعليم (المدرس) والمتعلم (الطالب) فضلا عن الانشطة التفاعلية ومجموعات صغيرة داخل الغرفة الصفية.

وكان الغرض من الدراسة:

- تصميم واعداد محاضرات مرئية ومسموعة في اداء مهارتي القفز فتحا والقفز ضما على جهاز منصة القفز في الجمناستيك الفني للرجال.
- التعرف على تأثير استخدام الصف المعكوس في أداء مهارتي القفز فتحا والقفز ضما في الجمناستيك الفني للرجال.

## الإجراءات والأدوات.

يذكر (نوري الشوك ورافع صالح، 2004م، ص51) على ان منهج البحث هو " الطريقة التي يتوصل بها الانسان بكيفية علمية منطقية متسقة مع الواقع، الى ادراك حقيقة من الحقائق التي يجهلها ، وهو السبيل الى اكتساب المعرفة اليقينية " واعتمد الباحثان المنهج التجريبي كونه الانسب لحل المشكلة، وتكون مجتمع البحث من 192 طالب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بغداد حيث اختير المجتمع بالطريقة العمدية وعينة البحث بالطريقة العشوائية (القرعة) والذي عددهم 20 طالب من شعبة المرحلة الثالثة (ج)، وشكلت عينة البحث نسبة (10.41%) من مجتمع البحث.

### الجدول (1)

يبين مجتمع البحث والعينة والنسبة المئوية

النسبة المئوية	المجموعة التجريبية	المستبعدين	العينة	المجتمع
10.41%	20	8	28	192

واستخدم الباحثان الاجهزة والادوات المساعدة ووسائل جمع المعلومات الاتية:

- منصة القفز عدد (1).
- جهاز كمبيوتر نوع (HP) عدد (2).
- كاميرا فيديو نوع (Canon) يابانية الصنع عدد (6).
- الابطسة الاسفنجية عدد (5).
- المصادر العربية والاجنبية.
- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).
- استمارة استبيان.

تم إجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الاربعاء (2018/ 1/24) في قاعة الجمناستك على عينة من شعبه (هـ) عددهم (10) وهم طلاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بغداد، وهم من الذين لم يشاركوا في تطبيق إجراءات البحث الميدانية ومن نفس المرحلة الثالثة، إذ يجب أن تتوافر في التجربة الاستطلاعية الشروط والظروف التي ستكون عليها التجربة الرئيسية، والغرض من التجربة الاستطلاعية هو:

1. التعرف على مدى صلاحية الصف المعكوس ومدى ملاءمته على مستوى أفراد العينة لتلافي الاخطاء والمعوقات التي قد تظهر في أثناء الفصل الدراسي.
2. التعرف على كيفية استخدام الصف المعكوس أثناء تطبيق المنهج.
3. التأكد من إمكانية الطلاب في تطبيق الصف المعكوس لتعلم مهارتي القفز فتحا والقفز ضما في الجمناستك الفني للرجال.
4. التعرف على كفاءة الفريق المساعد في التجربة وحجمه وقدراته.
5. تم اجراء الاختبار القبلي في يوم الاحد المصادف (18 / 2 / 2018) في قاعة الجمناستك في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بغداد على عينة البحث، وتكون فريق العمل المساعد من:
  - مدرس المادة الذين نفذ المنهج الدراسي المقرر على المجموعة التجريبية.
  - مصور لتصوير المهارات الحركية.

بعد اتمام اولويات الصف المعكوس قام الباحثان بتطبيق تجربتهم الرئيسية للصف المعكوس في يوم الاربعاء المصادف (2018/2/21) وكان المنهج المقرر من قبل العمادة وحدتين تعليمية في الأسبوع اذ قام الباحثان بأخذ وحدة تعليمية (ملحق 1) خلال الاسبوع لتعلم المهارتين وترك الوحدة الثانية المقررة من قبل العمادة لتعلم باقي المهارات وضمن الفترة الزمنية للمحاضرة البالغة (1:30 ساعة) اذا تم تخصيص (30 دقيقة) لتعلم المهارتين اثناء

المحاضرة وترك باقي الوقت لتعلم المهارات الأخرى واستمرت التجربة الرئيسة 3 اشهر انتهاءً بيوم الاحد المصادف (2018/5/13) فتصبح عدد الوحدات التعليمية (24) في الفصل الدراسي الثاني.

## المعدات والخطوات اللازمة (المراحل) التي قام بها الباحثان لإنشاء درس فيديو خاص بمهارات البحث:

1. برنامج Camtasia Studio: وهو برنامج تصميم ودمج ومونتاج يسمح لازالة الأخطاء بدلا من إعادة تسجيل فيديو كامل، ويسمح لتسليط الضوء وتعزيز محتوى التسجيل التي يمكن أن تساعد في فهم الطالب فضلا عن يمكنه إدراج فيديوهات أخرى وصور، وتغيير إعدادات الصورة، والتكبير والتصغير إلى مناطق مختلفة من الشاشة واطراف نص الشرح وايضا يلتقط كل ما هو على شاشة الكمبيوتر، فإذا كان هنالك تنقل خلال الصفحات او المواقع الالكترونية، فإنه يلتقط خطوات التنقل، وإذا كان هنالك عرض تقديمي لـ PowerPoint او طرح مجموعة من الاسئلة فإنه يسجل ذلك ويسجل أيضا الصوت، إذ ان الباحثان قام بتسجيل مجموعة من الاسئلة وطرحها في نهاية الفيديو التعليمي.
2. ميكروفون: وقد توجد في معظم أجهزة الكمبيوتر المحمولة الميكروفونات ومع ذلك ميزة الميكروفون الخارجي هو أنه لن يسجل أصوات النقر على لوحة الماوس.
3. كاميرات: يفضل ان تكون الكاميرات المستخدمة في التسجيل عالية جدا في التصوير لكون مهاري القفز فتحا والقفز ضما سريعة جدا، فضلا عن شحنها جيدا ليتم التصوير لاطول فترة ممكنه.
4. تدريسي: من ذوي الخبرة والاختصاص لمادة الجمناستك يجيد شرح مهاري البحث.
5. لاعب: يكون موديل وعلى مستوى عالي من الاداء لتعلم الطلاب مهاري البحث.

فقد بدأ الباحثان ببناء فيديوهات الصف المعكوس الخاص بتعليمها من خلال كاميرا الفيديو الخاصة بمهاري البحث وأضافوا الفيديوهات الخاصة بتسجيل الشاشة (الاسئلة)، وأيضاً استخدام الميكروفون اللاسلكي ذو جودة عالية، وأخيرا البرنامج الخاص بالدمج والمونتاج والمعالجة النهائية، وبذلك صنعوا مقاطع الفيديو عالية الجودة.

بعد الانتهاء من التصوير الفيديوي تم رفع فيديوهات مهاري البحث حسب تسلسل المهارات في المنهج الدراسي على مواقع خاصة بالطلاب في الفيس بوك والتكرام والتي تلبي احتياجات الطلاب فهما وسائل معروفة وسهلة الاستخدام، كما أنها مجانية ومتاحة للجميع ويمكن تحميلها على هواتفهم وذلك من اجل مشاهدتها بدقة عالية وبشكل متسلسل وحسب المهارات المقررة لهم، إذ ان مدرس المادة قام بتبليغ الطلاب من المجموعة التجريبية الواحدة قبل اسبوع من المحاضرة على مشاهدة المهارة المراد تعليمها على الموقع لكي تصبح لديهم فكرة اولية عن المهارة المطلوبة منهم وهذا الاجراء يضمن الاستثمار الامثل لوقت التدريسي اثناء المحاضرة، حيث يستطيع التدريسي ان يُقيم

مستوى الطلاب منذ بداية الوقت ويصمم مهمات تعليمية جديدة تركز على الجوانب التي صعب فهمها من قبل الطلاب، فضلا عن الاشراف على ادائهم وتقديم التغذية الراجعة للذين ما زالوا بحاجة للتقوية، ومن ثم تكون مستويات الاداء لجميع الطلاب عالية جدا، وباستطاعة الطلاب مشاهدة الفيديو في أي وقت وفي اي مكان واعادته اكثر من مرة، وان هذا الاجراء يهدف الى تعلم الاداء واشباع حاجات الطلاب ورغباتهم ودافعيتهم في التعلم وتطوير مهاراتهم الفردية في البحث والاستقصاء عبر الانترنت لان الباحثان قاموا بطرح مجموعة من الاسئلة في الفيديو لتقوية الجانب النظري لهم مما جعل من الطلاب البحث عن الاراء والاجوبة المثالية.

وبعد تعلمهم مهارة القفز فتحا انتقل مدرس المادة الى مهارة القفز ضما وايضا تم تبليغ الطلاب على مشاهدتها وهكذا تم الوصول بالطلاب الى تعلم مهارتي البحث في الفصل الدراسي.

تم إجراء الاختبارات البعدية في يوم الاحد (2018/5/20) في قاعة الجمناستك للطلاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بغداد بعد إكمال المدة المقررة، وقام الباحثان قدر الإمكان بتهيئة الظروف نفسها التي أجريت فيها الإختبارات القبلية من حيث المكان والزمان والاجهزة والأدوات المستعملة، كذلك فريق العمل الذي أسهم في إجراء الإختبار القبلي.

### تقييم الأداء.

قام الباحثان بالتشاور مع خبراء تقييم الاداء (ملحق 2) في الجمناستك الفني حول التقييم وقد تم الاتفاق مسبقا بتصوير مهارتي البحث بصورة عمودية على اتجاه الأداء وبالزاوية الصحيحة التي تسهل عمل التقييم، ثم قام الباحثان بتحويلها الى الحاسبة وطبعها على اقراص ليزيرية، ومن ثم عرضها على مدرسي المادة من ذوي الخبرة والاختصاص (ملحق 3) من اجل التقييم (ملحق 4 استمارة التقييم)، إذ قام الباحثان بتقسيم ملفات الاختبارات القبلية والبعدية على الشكل الآتي:

1. الملف رقم (1) تحت أسم الإختبار القبلي.
2. الملف رقم(2) تحت أسم الإختبار البعدي.

وحرص الباحثان على التسلسل الصحيح للعينه في الاختبارين القبلي والبعدي لضمان عدم الخلط بين درجات التقييم ، واعتمد الباحث احتساب قيمة الأداء الفني من (10 درجات) لكل مهارة، كما قام الباحثان باستبعاد أعلى درجة وأقل درجة واعتماد الوسط الحسابي للدرجتين الوسطيتين من درجات الخبير ، درجة الطالب = متوسط الدرجتين الوسطيتين /2

## النتائج والمناقشة.

### الجدول (2)

نتائج اختبار(ت) لعينة البحث في الاختبارات القبلية والبعدي لمهاتمي القفز فتحا والقفز ضما على جهاز منصة القفز

المهارات	س	ع±	معامل الالتواء	س ف	خ ف	ت	Sig	الفرق
مهارة القفز فتحا	قبلي	1,250	0,256	0,000	6,050-	0,173	0,000	معنوي
	بعدي	7,300	0,817	0,083				
مهارة القفز ضما	قبلي	2,325	0,372	0,697	5,850-	0,145	0,000	معنوي
	بعدي	8,175	0,591	0,132-				

معنوي عند مستوى دلالة  $\geq 0,05$  ودرجة حرية (19)

من خلال الجدول نلاحظ ان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية لمهارة القفز فتحا في الاختبار القبلي هو (1,250) والانحراف المعياري هو (0,256) ، وفي الاختبار البعدي كان الوسط الحسابي (7,300) والانحراف المعياري (0,817) اما في القفز ضما في الاختبار القبلي كان الوسط الحسابي (2,325) والانحراف المعياري (0,372) ، وفي الاختبار البعدي كان الوسط الحسابي (8,175) والانحراف المعياري (0,591) ، وقد كانت الفروق جميعها معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية في مهارة القفز فتحا والقفز ضما.

### مناقشة نتائج (ت) لمجموعة البحث التجريبية في الاختبارات القبلية والبعدي لمهاتمي القفز فتحا والقفز ضما على جهاز منصة القفز:

من خلال النتائج التي توصل اليها الباحثان في مهارة القفز فتحا والقفز ضما على جهاز منصة القفز فقد ظهرت وكما مبين في الجدول وجود فروق معنوية بين المجموعة التجريبية في الاختبارات القبلية والبعدي وقد لوحظ تقدم كبير في الاوساط الحسابية بين الاختبار القبلي والبعدي للمهاتمين ولصالح الاختبار البعدي وهذا ما يحقق فرض البحث، ويعزو ذلك الباحثان الى تأثير الصف المعكوس الذي وفر فرصة للتعلم والتقدم في الأداء اذ أن الصف المعكوس يمكن الطالب من الاستعانة بالمادة التعليمية على شكل فيديو مصمم في "الوقت الذي يروق له وبالسرعة التي تناسبه في التعلم" وهذا ما أشار اليه (Bergmann, j., & Sams, A 2012, p133) سواء كان الطالب سريع في الاستيعاب ام يحتاج الى المزيد من الوقت في استيعاب المادة التعليمية، ومساهمته بدرجة كبيرة في تعلم أداء مهاتمي القفز فتحا والقفز ضما على جهاز منصة القفز وساعد في خلق جو تعليمي ممتع وفعال في الدراسة والمتابعة المستمرة والتواصل الفعال بين التدريسي والطلاب عبر البيئة التفاعلية للصف المعكوس ومجموعة الفيس بوك والتكريم التابعة للدراسة، وهذا ما اكد عليه (حسن جعفر الخليفة ومطاوع ضياء الدين، 2015، ص272) على ان الصف المعكوس

"يشجع على الاستخدام الأمثل للتقنية الحديثة في التعليم فالجيل الحديث نشأ في بيئة مليئة بالأجهزة والادوات والتكنولوجيا الحديثة وبالإمكان توظيفها والاستفادة منها بالتعليم فضلا عن تحفيز التواصل الاجتماعي والتعليمي بين الطلاب عند العمل في مجموعات تشاركية صغيرة".

ويعد أيضا الصف المعكوس أساسا لنموذج التعلم الحديث إذ ان له دور فعال في تقليل العبء على التدريسي اثناء المحاضرة فضلا عن مساعدة الطالب على تعلم المهارة الاساسية بشكل افضل وتمكنه من معرفة الاتجاه الصحيح للمسار الحركي من خلال التأثيرات الموجودة في الفيديو مع تصحيح شكل الأداء وشكل الجسم خلال عملية الأداء، وتقليل الأخطاء التي قد تحدث اثناء الاداء المهاري، إذ أن الصف المعكوس يجنب الطالب أن يقع في خطأ، ويساعده على أداء المهارات بشكل أسهل وتعزز ثقة الطالب بنفسه وبقدراته، وبخاصة في الحركات الأولى الناجحة من الاداء، فضلا عن بناء علاقات جيدة فيما بين الطالب وبين التدريسي سواء كان ذلك من خلال شبكات التواصل الاجتماعي او اثناء تطبيق المهارات وهذا ما اشارت اليه دراسة (حنان بنت اسعد، 2015، ص172) على ان الصف المعكوس "يبنى علاقة جيدة واتصال أفضل بين الطلاب أنفسهم وبين الطلاب والتدريسي من خلال شبكات التواصل الاجتماعي المتنوعة"، ويتفق الباحثان أيضا مع دراسة (هدى عيدان، 2018، ص38) على أنه "يساعد على بناء علاقة أقوى بين التدريسي والطالب ويخلق بيئة من التعاون بين الطلاب داخل المحاضرة"، ويتفق الباحثان ايضا مع اوفرماير (Over Myer, (2012), pp46-47) على ان فيديوهات الصف المعكوس لها تأثيراً إيجابياً كبيراً في عملية تعلم اداء مهارات الجمناستك ومراعاة الفروق الفردية لما توفرها من تغذية راجعة في أي وقت وفي اي مكان وتدعم ذاكرتهم الحركية بكل ما تحتاجه للأداء الحركي فضلا عن استيعابهم وتعلمهم بالسرعة التي تناسبهم وخاصة أن هناك طلاباً يشعرون بالإحراج من طلب إعادة الأداء الحركي للمهارة من قبل التدريسي أكثر من مرة او طلب إعادة الأداء من طلاب اخرين فربما قد تكون مغلوطة او ناقصة او غير واضحة فالطالب هنا لديه الخيار لاييقاف الفيديو وإعادة مشاهدته اكثر من مرة الى ان يتم تحقيق هدف التعلم.

لذا يرى الباحثان ان الصف المعكوس يقدم الاداء بصورة اكثر سهولة ويسر ويجعل عملية التعلم اكثر جاذبية وفاعلية وتساعد على اطالة زمن المحاضرة المخصص للاداء إذ انه يزيد من زمن التعليم الأكاديمي مما يتيح للطلاب التكرار لأكثر من مرة وصولا للأداء الأمثل لديهم، فضلا عن جذب انتباه الطلاب واثارة اهتمامهم وتشويقهم ويجعل عملية التعلم ذو معنى ويتيح للطالب استبصار الاداء بصورة جيدة من خلال تقديمه في قالب جديد وشيق يلبي رغباته وحاجات العصر الحالي، فضلا عن الخروج عن النمطية والمألوف في تعلم المهارات الاساسية للجمناستك الفني في الجامعات العراقية.



## المصادر .

1. الطيب احمد هارون وسرحان محمد عمر موسى (2015)؛ فاعلية نموذج التعليم المقلوب في التحصيل والاداء لمهارات التعلم الالكتروني لدى طلاب البكالوريوس بكلية التربية، (بحث منشور في المؤتمر الدولي التربية افاق مستقبلية).
2. عبد العزيز حمدي (2008 م)؛ التعليم الالكتروني: الفلسفة والمبادئ والادوات والتطبيقات (ط1. عمان: دار الفكر للنشر).
3. نوري الشوك، ورافع صالح الكبيسي (2004م)؛ دليل البحوث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، بغداد)
4. نور صباح (2018)؛ تأثير اسلوب الصف المقلوب في تعلم واحتفاظ مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية على بساط الحركات الارضية في الجمناستيك الفني للنساء (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة الانبار).
5. حسن جعفر الخليفة ومطوع ضياء الدين محمد: استراتيجيات التدريس الفعال، (مكتبة المنتبي بغداد، 2015).
6. حنان بنت اسعد الزين (2015)؛ اثر استخدام استراتيجية التعلم المقلوب في التحصيل الاكاديمي لطالبات كلية التربية بجامعة الاميرة نوره بنت عبد الرحمن، (المجلة الدولية التربوية المتخصصة، المجلد 4، العدد 1).
7. هدى عيدان محمد (2018)؛ تأثير استراتيجية التعلم المقلوب في التوافق الجامعي للطالبات وأداء التشكيلة الحركية بالكرة في الجمناستيك الإيقاعي، (رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات).
8. Bergmann ,j.,& Sams ,A. Flip your dassroom: reach every student in every class every day 2012.
9. Over Myer: flipped classroom ,principal ,2012.

الملحق (1)

نموذج لوحة تعليمية (لمهارتي القفز فتحا والقفز ضما على جهاز منصة القفز) باستخدام الصف المعكوس

المرحلة الثالثة: شعبة - ج -

الأهداف التعليمية: الزمن: 90 دقيقة

تعليم الطلاب مهارتي القفز فتحا والقفز ضما على جهاز منصة القفز الأهداف التربوية: بث روح التعاون بين الطلاب

الوقت	أقسام الوحدة	المهارات والأنشطة الحركية	التنظيم	الملاحظات
15 د	القسم التحضري	تهيئة مستلزمات المحاضرة والتأكد من ارتداء الطلاب للملابس الرياضية واخذ الغياب وأداء التحية الرياضية	○○○○○○○ ☆	- التأكيد على الوقوف الصحيح والنظام بين الطلاب.
3 د	الجانب الإداري			
4 د	الإحماء العام	سير - سير بشكل أسرع - هرولة خفيفة - هرولة مع مرجحة الذراعين للأمام والخلف - هرولة - سير	○○○○○○○ ○ ☆ ○ ○○○○○○○	- تمارين السير والهرولة عكس عقرب الساعة وبشكل دائري حول القاعة
8 د	الإحماء الخاص	(الوقوف) مرجحة الذراعين للأمام والخلف (حر) (الوقوف - انثناء) مد وثني الذراعين عالياً (4) عدة (الوقوف - تخصر) فتل الجذع يميناً ويساراً (6) عدة (الجلوس الطويل) ثني ومد الرجلين بالتعاقب (6) عدة	○○○○○○○ ○○○○○ ☆	- التأكيد من ان جميع الطلاب يؤدون تمارين الإحماء الخاص وبالشكل الصحيح
70 د	القسم الرئيس			شرح المهارة في الفيديو بشكل تفصيلي وبالطريقة السريعة والبطيئة بدأ بالتكنيك الصحيح وخطوات المهارة (المرحلة التحضيرية ثم الرئيسية ثم الختامية) فضلا عن اعطاء المعلومات الوافية لكل مرحلة وتشخيص نقاط القوة والضعف في كل مرحلة فضلا عن وجود
5 د	الجزء النظري	يقوم المدرس بالاستماع الى الطلاب حول اجابتهن عن الأسئلة التي طرحت في الفيديو مسبقا وتصحيح الخطأ ان وجد		
65 د	الجزء التطبيقي	- مهارة القفز فتحا (تجزئة المهارة بدا	○○○○○○○ ☆	

أسئلة واجوبة في نهاية كل فيديو تمكن الطالب من المادة النظرية للجمناستك واستيعابها وفهم مضمون المهارة بالشكل الدقيق.		بالقسم التحضيري ومن ثم القسم الرئيسي ومن ثم القسم الختامي) - مهارة القفز ضما (التجزئة بدا بمرحلة الجزء التحضيري ومن ثم الجزء الرئيس ومن ثم الختامي)	30 د
اعطاء تغذية راجعة إثرائية و التأكيد على الوقوف الصحيح والانضباط اثناء الانصراف من المحاضرة		تعلم باقي مهارات اجهزة الجمناستك ضمن المنهج المقرر من قبل العمادة	35 د
		إعطاء تغذية راجعة وإنهاء المحاضرة بالتحية الرياضية	5 د
		القسم الختامي	

## المعلق (2)

أسماء الأساتذة من ذوي الخبرة والاختصاص الذين تم التشاور معهم حول تقييم الأداء

ت	الخبراء والمختصين	الاختصاص	الكلية/الجامعة / المؤسسة
1	أ.د. عبد الرزاق كاظم	استاذ مادة الجمناستك	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد
2	أ.د. صالح مجيد	استاذ مادة الجمناستك	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد
3	أ.د. اسماعيل ابراهيم	استاذ مادة الجمناستك	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد
4	أ.د. طارق نزار	استاذ مادة الجمناستك	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد
5	أ.د. ياسر نجاح	استاذ مادة الجمناستك	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد
6	أ.م.د. عامر سكران	حكم معتمد	الاتحاد العراقي المركزي للجمناستك
7	حسين عبد الله	حكم معتمد	الاتحاد العراقي المركزي للجمناستك
8	رعد جاسم	حكم معتمد	الاتحاد العراقي المركزي للجمناستك
9	عبد الكريم عارف	حكم معتمد	الاتحاد العراقي المركزي للجمناستك

الملحق (3)

أسماء السادة مدرسي المادة من ذوي الخبرة والاختصاص الذين عرض عليهم الاختبارات القبلية والبعدية من اجل التقييم

ت	الخبراء والمختصين	الاختصاص	الكلية/الجامعة / المؤسسة
1	أ.د. صالح مجيد	استاذ مادة الجمناستك	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد
2	أ.د. عبد الرزاق كاظم	استاذ مادة الجمناستك	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد
3	أ.د. اسماعيل ابراهيم	استاذ مادة الجمناستك	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد
4	ا.م.د. عامر سكران	أستاذ مادة الجمناستك	كلية النسور الجامعة

الملحق (4)

إستمارة تقييم الأداء المهاري لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بغداد  
الجمناستك من لدن الخبراء تثبت فيها درجة الطالب على كل مهارة

ت	اسم الطالب	درجة مهارة القفز فتحا من (0 - 10) درجة				درجة مهارة القفز ضما من (0 - 10) درجة					
		الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الأول	الثاني	الثالث	الرابع		
										المقومين	الدرجة