



## فاعلية استراتيجية مقترحة قائمة على تقنية بومودورو في تنمية مهارات الفهم التاريخي لدى طالبات الصف الرابع الادبي

دعاء عبد الخالق عبد الامير

الجامعة المستنصرية، كلية التربية الاساسية، بغداد 10052، العراق

### الكلمات المفتاحية:

فاعلية  
استراتيجية  
بومودورو  
تنمية  
الفهم التاريخي

### الملخص

هدف البحث الحالي إلى معرفة فاعلية استراتيجية مقترحة قائمة على تقنية بومودورو (Pomodoro) في تنمية مهارات الفهم التاريخي لدى طالبات الصف الرابع الادبي في مادة التاريخ، وتحقيقاً لهدف البحث اعتمدت الباحثة منهج البحث شبه التجريبي، إذ استعملت التصميم التجريبي لمجموعتين متكافئتين ذات اختبار بعدي لمهارات الفهم التاريخي، تم تطبيق التجربة على عينة من الطالبات بلغت (74) طالبة، المجموعة التجريبية (37) والمجموعة الضابطة (37) طالبة من طالبات الصف الرابع الادبي في ثانوية الرافدين للبنات للفصل الاول من العام الدراسي (2024-2025) كوفئت المجموعتان بعدة متغيرات ( المعرفة السابقة، العمر الزمني محسوباً بالشهور) ومن ثم تم اعداد متطلبات تجربة البحث والمتمثلة بـ (تحديد المادة، صياغة الاهداف العامة والخاصة، اعداد الخطط التدريسية)، اضافة الى ذلك تم بناء اداة البحث اختبار الفهم التاريخي اذ تألف من (30) فقرة موضوعية (اختيار من متعدد) موزعة على (3) مهارات للفهم التاريخي (الترجمة، التفسير، الاستنتاج) حيث تم التحقق من صدق الاختبار وثباته باستعمال الوسائل الاحصائية المناسبة، تم تدريس المجموعة التجريبية بالاستراتيجية المقترحة والمجموعة الضابطة بالطريقة التقليدية من مدرسة المادة نفسها وبالاتفاق مع الباحثة اسفرت نتائج البحث عن فاعلية الاستراتيجية المقترحة القائمة على تقنية بومودورو في تنمية مهارات الفهم التاريخي لدى طالبات الصف الرابع الادبي مقابل طريقة التدريس التقليدية.

## The effectiveness of a proposed strategy based on the Pomodoro technique in developing historical comprehension skills among fourth-grade literary female students in the subject of history

Doaa Abdul-Khalik Abdul-Ameer

Mustansiriyah University, College of Basic Education, Baghdad 10052, Iraq

### Keywords:

Effectiveness  
Strategy  
Pomodoro  
Development  
historical understanding

### ABSTRACT

The objective of the current research is to learn the effectiveness of a proposed strategy based on the Pomodoro technique (Pomodoro) In developing the historical understanding skills of the fourth graders in history, in order to achieve the research objective, the researcher adopted the semi-experimental research curriculum, using the experimental design of two equal groups with a post-post test of historical understanding skills, the experiment was applied to a sample of female students reached (74) Students, Experimental Group (37) and Control Group (37) Students of Fourth Grade Literary at Rafidain Girls' High School for the first semester of the academic year (2024-2025) The two groups were rewarded with several variables (previous knowledge, time age calculated by months) Thus, the research experiment's requirements of (Article identification, formulation of general and special objectives, preparation of teaching plans), In addition, the research tool was built a historical understanding test consisting of (30) Thematic paragraph (multiple choice) spread over (3) historical understanding skills (Translation, interpretation, conclusion) Where the veracity and consistency of the test was verified using appropriate statistical means, the pilot group was taught in the proposed strategy and control group in the traditional manner of the subject school itself and in agreement with the researcher

\*Corresponding author:

E-mail addresses: [drdoaa@uomustansiriyah.edu.iq](mailto:drdoaa@uomustansiriyah.edu.iq)

Article History : Received 15 February 2025 - Received in revised form 19 June 2025 - Accepted 30 June 2025

The results of the search for the effectiveness of the proposed strategy, based on Pomodoro technologies, have resulted in the development of women students' historical understanding of the fourth grade of literature as opposed to the traditional teaching method

## المقدمة

ان للتربية الدور الرئيسي والهام في حياة الشعوب سواء المتقدمة منها او النامية على حد سواء، وللتربية قيمة في تطوير وتنمية الشعور اقتصاديا واجتماعيا كما تعد التربية اساس زيادة القدرة على مواجهة التحديات التي تواجهها الامم (الطيبي وآخرون، 2009: 24) وهدف التربية هو احداث التغييرات الهامة في سلوك المتعلمين، وتشمل هذه التغييرات الفهم والمعرفة والمهارات والقدرات والاتجاهات والقيم (عبد الامير وآخرون، 2012: 8-9) اما منهج التربية فهو ليس مقررات او مفردات فحسب بل هو مجموعة الفعاليات والنشاطات التي يقوم بها الطالب، وكل الخبرات الواجب على المتعلم تعلمها تحت توجيه واشراف المعلم والمدرسة وذلك وفق الأهداف التربوية التي تتناسب وفلسفة المجتمع (مرعي ومحمد، 2000: 26) وتعد المواد الاجتماعية احد اهم تلك المقررات التي تلعب دوراً حيوياً في تنمية الوعي والخبرات والمهارات والمعارف للمتعلمين فتساهم في تعزيز ارتباطهم بالمجتمع الذي يعيشون فيه والعصر المعرفي الذي يشكل حاضريهم، ومن دراسة تلك المقررات يكتسب المتعلمين المقدرة على فهم سياقات الأحداث التاريخية والاجتماعية المؤثرة وتحليل مدى تأثيرها على المجتمع (قطاوي، 2007: 119) والتاريخ ليس مجرد احداث تاريخية فهو تقييم لكل العلاقات الانسانية المرتبطة بالبيئة المحيطة وهو توثيق للأحداث الحياتية التي مرت بالإنسان والتي تمت كتابتها اما دراسة التاريخ فهي الاهتمام بكل الاحداث التي يتم البحث فيها ومراجعة الاحداث التاريخية والعمل على وضع تقييمات وتصورات ذاتية حولها (عبد ربه وآخرون، 2018: 2) ولأهمية تدريس التاريخ في مختلف المراحل الدراسية فقد اخذ الكثير من التربويين يدعون الى ضرورة الاهتمام بوسائله تلك الوسائل التي من شأنها تنمية المهارات العقلية والابداعية للمتعلم والانتقال بالمتعلم من دوره كمتلقي عن طريق الحفظ والاستظهار الى دوره كمتفاعل نشط من خلال التحري والبحث والاستقصاء وبهذا يتغير دوره من سلبي الى ايجابي (Turtle, 2000: 6) وعليه فأن تغيير دور المعلم من سلبي الى ايجابي تحتاج الى اتباع استراتيجيات وطرائق تدريس وتقنيات سليمة ليتم من خلالها تنظيم عملية التعلم للوصول الى الغايات العلمية والاهداف التربوية ذلك بأفضل السبل التعليمية المتاحة وتأسيساً على ما سبق فقد اصبحت معرفة المدرس بتلك الطرائق والاستراتيجيات امر لازم وضروري (محمد وانور، 2004: 38) واذا كان المنهج والمتعلم احد اركان العملية التعليمية فأن استراتيجية التدريس هي اداة الوصل بينهما وهي وسيلة اخراج الاهداف التربوية الى حيز الوجود فكل ما يحتاجه المتعلم من خبرات ومهارات ومعارف وقيم واتجاهات يحصل عليها من خلال استراتيجية التدريس فهما كان المنهج غني بتلك العناصر الا انه يعد غير نافع ان كانت اداة اخراجه ليست بالمستوى المطلوب (الحسني، 2011: 227-228) يظهر من ذلك ان استعمال المعلم لاستراتيجيات التدريس المناسبة يعني امساك المتعلم بزمام اموره وتوجيه خطته نحو تلقي المعرفة بصورة ايجابية وصحيحة (ابو رياش وزهرية، 2007: 38) واستراتيجية التدريس هي خطة او مجموعة خطط منظمة ومتناسقة يتم استعمالها لإخراج الاهداف التعليمية الى حيز الوجود ذلك من خلال خطوات تنفيذ الدرس يتم فيها استعمال كل الامكانيات المادية المتاحة

والمناسبة لتحقيق هدف او مجموعة اهداف وتتضمن اشكال وانواع متعددة تتماشى ونوع التعليم والمعرفة المطلوب تعلمها (قطامي، 2013: 55-56) مما سبق تظهر العديد من التقنيات لتنفيذ استراتيجيات التدريس الفاعلة منها تقنية بومودورو (Pomodoro) التي تعتمد على اخذ فترات من الراحة بين المهام فتقسم المهمة الى اجزاء صغيرة تسهل عملية تعلمها وتضع حدود واضحة بين التعلم والراحة مما يسمح بتعلم العديد من المفاهيم في فترات زمنية محددة، تم تسميتها على مؤقت الطماطم والذي ابتكره سيريلو عندما كان طالبا جامعيا (Cirillo, 2006: 2) والواضح ان تقنية بومودورو (Pomodoro) تعتمد على ادارة الوقت ومدى ارتباطه بعملية التعلم وعليه فقد حظيت دراسة ادارة الوقت باهتمام واسع لدى المهتمين بالتعليم عموما ذلك لتوقعهم لانعكاساتها الايجابية في مستوى اداء المتعلمين فطالما اعتبر فن ادارته واحد من اهم فنون الحياة الذي يسهم في تحقيق النجاح والاهداف المرسومة وبالصورة التربوية (السكاف وعلي، 2020: 20) ومن جملة الاهداف التربوية والمهارات الاساسية التي تسعى دراسة التاريخ بكل ما يتم استعماله من تقنيات الى تحقيقها هي مهارات الفهم التاريخي فهي اداة تحقيق المعرفة التاريخية التي تمكن المتعلمين من الفهم التاريخي للمعارف التاريخية وبالتالي زيادة ميلهم نحو المادة وعليه فإن تنمية مهارات الفهم التاريخي تعد بمثابة اداة تعلم العلوم فالطلبة اليوم لا يحتاجون الى التعرف على الحقائق بقدر حاجتهم للحصول على مهارات تمكنهم من التعامل مع المعلومات والخبرات والمعارف والمواقف الجديدة حيث تساعد هذه المعارف من الانتقال من مراحل اكتساب المعارف الى مراحل توظيفها في معالجة المشكلات التاريخية ذلك بتطبيق مهارات الفهم التاريخي المتنوعة (محمد، 2022: 119-122).

## مشكلة البحث:

لطالما التصقت بتعلم التاريخ هممة التلقين والحفظ، ففي نظر الكثير يعجز التاريخ عن تهيئة الفرص واتاحتها للطلبة لتنمية المهارات العقلية العليا لذا دعا الكثير من المهتمين الى ضرورة رفد تدريسه بالوسائل والتقنيات التي من شأنها ان تنمي تلك المهارات والانتقال بالمتعلم من دوره السلبي كمتلقي للمعارف التاريخية الى دور ايجابي من خلال التحري والتقصي والنقد (عبد ربه، وآخرون، 2018: 2). وعليه تعتبر مشكلة الفهم بدل من الحفظ في التاريخ من اكثر المشكلات التي يعاني منها الطلبة ويتأثر بها ذلك في اغلب المراحل الدراسية، حيث تعود تلك المشكلة الى النظرة القاصرة التي ينظر بها المدرسين الى مادة التاريخ بأنها مادة سردية وتعتمد على الحفظ والبعض يعد درس التاريخ درس (تسميع) لما تم حفظه والبعض الاخر لا يضع خطة فاعلة لضمان تنمية مهارات الفهم التاريخي لدى الطلبة، فتغيب الترجمة ويغيب التفسير ونفتقد الاستنتاج لتخرج الينا النصوص التاريخية صماء تسبب القلق للطلبة خشية خيانة الذاكرة، كما ان ما يستعمل المدرسون من استراتيجيات وطرائق وتقنيات تعليمية لا يتحدى ادراك الطلبة وفهمهم، ذلك مع كل ما يتم تقديمه من استراتيجيات وطرائق واساليب وتقنيات تعليمية لتحسين تعلم مادة التاريخ والانتقال بها من الحفظ والتلقين الى الادراك

- والفهم حيث لازالت مدارسنا تعاني من مدرسين متمسكين بالطرائق التقليدية في التدريس وهذا ما اكدته دراسة (جري، 2017) (عبد ربه ، وآخرون، 2018) (احمد، 2021) (محمد، 2022) وللوقوف على تلك المشكلة قامت الباحثة بأعداد دراسة استطلاعية (استكشافية) للتعرف على مستوى وعي الطالبات بمهارات الفهم التاريخي ، حيث تم تطبيق الدراسة الاستكشافية على عينة بلغ عددها (40) طالبة من الصف الرابع الادبي وتمثل ذلك في اختبار الوعي بمفهوم الفهم التاريخي ، واوضحت الدراسة ان متوسط درجة الطالبات في اختبار الوعي بمفهوم الفهم التاريخي بلغ (7.04) وبانحراف معياري بلغ (0.095) أي بنسبة (1.35%) يعني ذلك ان مدى وعي الطالبات في الصف الرابع الادبي بمفهوم الفهم التاريخي منخفض جدا. وبناء على ما سبق انبثقت المشكلة البحثية وظهرت الحاجة لإجراء الدراسة والتي يمكن تلخيصها بالسؤال الرئيس الاتي: ما فاعلية الاستراتيجية المقترحة القائمة على تقنية بومودورو في تنمية مهارات الفهم التاريخي لدى طالبات الصف الرابع الادبي؟

#### فرضية البحث:

- يوجد فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) لمتوسط درجات طالبات المجموعة التجريبية اللاتي يدرسن وفق الاستراتيجية المقترحة ومتوسط درجات طالبات المجموعة الضابطة اللاتي يدرسن بالطريقة التقليدية في اختبار مهارات الفهم التاريخي.

#### هدف البحث:

- يهدف البحث الحالي إلى التعرف على فاعلية الاستراتيجية المقترحة القائمة على تقنية بومودورو (Pomodoro) في تنمية مهارات الفهم التاريخي لدى طالبات الصف الرابع الادبي في مادة التاريخ.

#### اهمية البحث:

تبرز أهمية البحث الحالي بما يأتي:

1. يعمل البحث على حل مشكلة تربوية تخص تدريس مادة التاريخ.
2. أهمية الاستراتيجية المقترحة كونها وسيلة تنمية مهارات الفهم التاريخي.
3. التعرف على أهمية تقنية بومودورو (Pomodoro) في التعليم.
4. المساهمة في اثراء الدراسات والبحوث القائمة على التقنيات الحديثة في التعليم.
5. يسهم البحث في تحسين جودة التعليم من خلال سد الفجوة بين الطرائق التقليدية في تدريس التاريخ والتطورات التكنولوجية الحديثة.

#### الدراسات السابقة:

#### دراسات تناولت تقنية بومودورو

- أ- دراسة (Baniqued, Ariston, 2019)
  - هدف الدراسة : فاعلية تقنية بومودورو (Pomodoro) في ادارة الوقت لطلاب الصف العاشر في مادة العلوم
  - مجتمع الدراسة: طالبات المدارس الثانوية
  - عينة الدراسة: طالبات الصف العاشر
- ب- دراسة (Costales , al et., 2021) :-
  - هدف الدراسة: تقييم فاعلية تقنية بومودورو (Pomodoro) في تعلم الطلاب عن بعد
  - مجتمع الدراسة: طالبات تكنولوجيا المعلومات البالغ عددهم (215) طالب
  - عينة الدراسة: 25 طالب
  - منهج الدراسة: منهج البحث التجريبي
  - اداة الدراسة: اختبار تحصيل
  - نتائج الدراسة: اظهرت النتائج وجود فرق كبير في مستوى اداء الطالبات في المجموعة التي استخدمت تقنية بومودورو (Pomodoro) والمجموعة التي لم تستخدم التقنية وخلصت النتائج الى ضرورة استخدام دورة تحليل التعلم (LAC) كتقنية لتبني تقنية بومودورو (Pomodoro) مع الطالبات لزيادة فاعلية وكفاءة عملية التعلم ومستوى الاداء الاكاديمي.
- ت- دراسة (عبد ربه وآخرون، 2017):
  - هدف الدراسة: "الكشف عن اثر مدخل التاريخ الشفوي في تدريس التاريخ في تنمية مهارات الفهم التاريخي لدى طلاب الصف العاشر الاساسي في مدارس وكالة الغوث (الأونورا) في الاردن".
  - مجتمع الدراسة: طلاب الصف العاشر في مدارس وكالة الغوث.
  - عينة الدراسة: 62 طالب.
  - منهج الدراسة: منهج البحث شبه التجريبي
  - اداة الدراسة: اختبار مهارات الفهم التاريخي.
  - نتائج الدراسة: اظهرت النتائج وجود اثر ذو دلالة احصائية في مدخل التاريخ الشفوي في تدريس مادة التاريخ في تنمية مهارات الفهم التاريخي ولصالح المجموعة التجريبية.
- ث- دراسة (سيد، 2023) :-
  - هدف الدراسة: "معرفة فاعلية برنامج قائم على المصادر الاولية الرقمية في تدريس التاريخ لتنمية مهارات الفهم التاريخي لدى تلاميذ الصف الأول الإعدادي".
  - مجتمع الدراسة: طالبات الصف الاول الاعدادي.
  - عينة الدراسة: 30 تلميذ وتلميذة.
  - منهج الدراسة: منهج البحث التجريبي
  - اداة الدراسة: اختبار مهارات الفهم التاريخي.

العناصر والامكانيات المتوفرة وبطريقة مثلى تحقق كل الاهداف المبتغى حصولها، ثم انتشرت بين العلوم الاخرى فجاءت بالتعليم لتلبي غاياته وتحقق اهدافه ذلك باستعمال الاساليب والوسائل والطرائق المتاحة بغية تحقيق الاهداف التعليمية بأحسن صورة واقل جهد ووقت ومال (اشتيوه وآخرون، 2011: 173).

اتسع استعمال مفهوم الاستراتيجية في التعليم حتى اصبحت الواجب المناط بالمعلم وتعني الاجراءات الفعلية الواجب استعمالها من قبله لتحقيق الاهداف المرجوة ونجاحها يعني نجاحه في مهنته ونجاح طلبته (اسماعيل، 2013: 174).

شهد القرن الحالي طفرات تقنية هائلة في استراتيجيات التدريس المتبعة ذلك لجعل عملية التدريس ملائمة لعصر الانفجار المعرفي فتميزت استراتيجيات العصر بتطور تكنولوجيا المعلومات والاتصالات واستعمال الوسائل والادوات التقنية من اجل تحقيق الاهداف التعليمية التي تسعى الى تحقيقها باقل جهد ووقت وبالتالي تجاوزت المشاكل التعليمية الشائعة لأن مثل مشكلة الفروق الفردية بين المتعلمين وضيق الوقت وكثافة المادة (عبد ربه وآخرون، 2018: 306).

وترى الباحثة ان لا استراتيجية وحيدة يمكن الاعتماد عليها لكل المدرسين وخصوصا في التاريخ فهو ذو حقب مختلفة تمتاز فيما بينها بميزات تختلف من حقبة واخرى وبالتالي تختلف استراتيجيات تدريسها للطلقات كذلك تختلف من مرحلة الى اخرى تبعا لعمر الفئة المستهدفة وطبيعة الاهداف الواجب تحقيقها والامكانيات المتوفرة وعليه فالعديد من الاستراتيجيات التي اثبتت نجاحها في ميدان معين نرى قصورها في جوانب اخرى وعليه تم اقتراح استراتيجية جديدة قائمة على تقنية بومودورو (Pomodoro).

#### ثانياً: تقنية بومودورو (Pomodoro) :

ترتبط تقنية بومودورو (Pomodoro) بإدارة الوقت وتؤكد على ان ادارة الوقت تتطلب اسلوب شخصي واداري يتمكن الانسان من خلاله بالتخطيط والتنظيم والتوجيه والمراقبة للوقت المتاح ذلك لاستغلاله استغلال امثل وبالتالي القضاء على كل ما يسبب مضيق للوقت، وعليه فإن ادارة الوقت امر بالغ الاهمية وقد تؤثر على الاداء العام للمتعلم وتقنية بومودورو (Pomodoro) صممها فرانسيسكو يلويسر في عام 1992 يستخدم فيها مؤقت الطماطم ، ويعتقد ان هذه التقنية تساعد المتعلمين على ادارة الوقت بمرور وفاعلية مما يحسن من عملية التعلم (Kocbas, Erdem, 2003: 193).

اطلق سيريلو اسم بومودورو (Pomodoro) نسبة الى مؤقت على شكل طماطم كان يستخدمه لتتبع عمله عندما كان طالباً جامعياً. الا انه تم اصدار تطبيقات بهذا الاسم تؤدي نفس الغرض بالنسبة للهواتف المحمولة او الكمبيوتر (Cirillo, 2006: 4).

ان مدة دورة بومودورو (Pomodoro) (25 دقيقة) قصيرة بما يكفي لجعل عملية التعلم مقاومة لتشتت الانتباه ذلك بسبب تحديد فترات الانقطاعات (الراحة) الداخلية والخارجية ووضع استراتيجية فعالة لتلافي تلك الانقطاعات وتشجيع الوعي والتركيز والتفكير الواضح (Mcgregor., at el, 1998).

ولجعل تقنية بومودورو (Pomodoro) اكثر فعالية يمكن استعمال اول (3-5) دقائق لتكرار او مراجعة ما تعلمته من بومودورو (Pomodoro) السابقة واخر (3-5) دقائق لمراجعة ما تعلمته من بومودورو (Pomodoro) الحالية، كما ان عملية تحديد دورة تعلم (25) دقيقة او عدة دورات حسب موضوع

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة الى فاعلية برنامج قائم على المصادر الاولى الرقمية في تدريس التاريخ لتنمية مهارات الفهم التاريخي لدى تلاميذ الصف الاول الاعدادي واشارت الى وجود فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بي متوسطي درجات المجموعتين في الاختبارين القبلي والبعدي لاختبار مهارات الفهم التاريخي لصالح التطبيق البعدي.

#### التعقيب على الدراسات السابقة:

- اتضح للباحثة من خلال استعراضها الدراسات السابقة ما يلي:
- أ- اكدت الدراسات السابقة على اهمية استعمال التقنيات الحديثة في التعلم.
  - ب- ندرة الدراسات حول تقنية بومودورو (Pomodoro) في تنمية مهارات الفهم التاريخي وبشكل عام.
  - ت- تنوعت مناهج البحث بين التجريبي وشبه التجريبي والوصفي.
  - ث- اظهرت الدراسات تأثيراً ايجابياً واضحاً لتقنية بومودورو (Pomodoro) في تحسين التحصيل وادارة الوقت.
  - ج- اتفقت الدراسات السابقة على نيل تقنية بومودورو (Pomodoro) استحسان وقبول الطلبة.
  - ح- اكدت جميع الدراسات السابقة على ضرورة توجيه المعلم للمتعلمين الى استعمال تقنية بومودورو (Pomodoro).
  - خ- لفتت الدراسات السابقة النظر حول التأثير على وعي الطالبات بأهمية الوقت والتنظيم في التعلم.

#### الافادة من الدراسات السابقة:

- أ- الدراسات السابقة قدمت تقنية حديثة اثبتت النتائج نجاحها في زيادة مستوى التحصيل مما جعل الباحثة تفكر في استعمالها في تنمية مهارات الفهم التاريخي.
- ب- الاطلاع على الاطار النظري في الدراسات السابقة وبالتالي تأسيس اطار نظري قوي.
- ت- مراجعة منهجية البحث والاجراءات واتخاذ قرار بشأن منهجية البحث الحالي.
- ث- تحديد جوانب الضعف في البحوث السابقة مثال ذلك العينات القليلة ومحاولة الخروج بعينات اكبر في الدراسة الحالية.
- ج- الاطلاع على نتائج الدراسات السابقة قدم فكرة اولية حول نتائج البحث الحالي.
- ح- اطلع الباحثة على تصورات المعلمين في الدراسات السابقة قدم فكرة حول الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه البحث الحالي.
- خ- اختيار الادوات والوسائل الاحصائية المناسبة لتحليل بيانات البحث الحالي.

#### المبحث الثاني: الاطار النظري: المحور الاول:

##### اولاً: استراتيجية التدريس المقترحة:

تشق كلمة استراتيجية من الكلمة اليونانية (Strategos) وتعني فن القيادة ويقتصر استعمالها على الجوانب العسكرية ويقصد بها فن استخدام



من مراقبة التقدم الخارجي ولكن من المهم الفهم من ان هدف التقنية هو ليس للتحكم الخارجي ولا يوجد مفتش يراقب الساعة بل تم انشاء التقنية للتحسن الذاتي وفهم اهمية القدرات الشخصية الى جانب الوقت

ث- المتعلم المتجه نحو النتائج: يتجه بعض الاشخاص الى تحقيق النتائج بصورة مختصرة ولكن الطرق المختصرة تؤدي الى عيوب وانقطاعات فيعتقدون ان كل نقرة من نقرات المؤقت هي بمثابة دعوة للعمل بسرعة وبالتالي سيفقدون تركيزهم الذي تسعى التقنية الى تحسينه بل سيركزون انتباههم الى الوقت نفسه.

سادساً: قواعد تقنية بومودورو (Pomodoro):

وضع سيريلو (Cirillo, 2006: 11-13) مجموعة من القواعد التي يجب الالتزام بها عند التعلم باستعمال تقنية بومودورو (Pomodoro) وعلى النحو التالي:

- أ- تكون فترة بومودورو (Pomodoro) 25 دقيقة باستراحة تصل 5 دقائق
- ب- بعد كل اربعة فترات بومودورو (Pomodoro) تأتي استراحة 15-30 دقيقة
- ت- ان دورة بومودورو (Pomodoro) يجب ان لا تتجزأ.
- ث- اذا تم مقاطعة بومودورو (Pomodoro) فتعتبر لاغية ويتم البدء من جديد.
- ج- اذا تم الانتهاء من النشاط قبل انتهاء دورة بومودورو (Pomodoro) فيجب ان تستمر في مراجعة النشاط.
- ح- ضع جدولاً حدد فيه المقاطعات الداخلية والخارجية وسيطر عليها في فترات الراحة.
- خ- لا تستغرق اكثر من 5-7 دورات بومودورو (Pomodoro) وقسم الانشطة المعقدة.

المحور الثاني:

اولاً: مهارات الفهم التاريخي:

يعد الفهم التاريخي من اهداف التاريخ الرئيسية حيث تحقق تنمية العديد من الفوائد للمتعلمين فهي تساعد على الفهم والتنبؤ والتفسير وبذلك فهي اداة ومفتاح التعلم، فالتعلم لا يحتاج الى المعارف بقدر حاجته الى تعلم المهارات التي تمكنه من التعامل مع هذه العلوم والمعارف.

يساعد الفهم التاريخي على بناء الشخصية فالتعلم بدون فهم لا يعد تعلمًا وقراءة التاريخ دون فهم لا تلي متطلبات تعلم التاريخ والفهم عملية ليست بالسهلة بل هو عملية معقدة وصعبة تتطلب امكانيات عقلية عالية وتحتاج للتدريب والتفكير والتحليل والتفسير (حسين، 2020: 135).

ان تنمية مهارات الفهم التاريخي هدف من اهداف تدريس التاريخ فالتاريخ ليس تلك الاحداث التاريخية فحسب بل هو علم يستقصي التقييمات الموضوعية للعلاقات الانسانية مع بعضها البعض ومع البيئة المحيطة وعليه فهو يترجم ثلاثة ابعاد (الترجمة والتفسير والاستنتاج) (الغزالي، 2001: 52). لذا فما ان توفرت الاستراتيجيات والمواقف التعليمية اللازمة التي تساعد المتعلمين على ممارستهم لانشطتهم المختلفة حتى تشكلت البيئة المناسبة لفهم الاحداث التاريخية (عباس، 2017: 7).

وترى الباحثة ان توفير الاستراتيجيات التعليمية وخاصة تلك التي تجعل من

التعلم وكثافته وتحديد فترات راحة او فراغ حيث يعرف هذا الوقت بانه ذلك الوقت المخصص للأنشطة غير الموجهة او غير المخطط لها ويعتبر وقود للعقل وبدونه يفقد المتعلم الابداع والاهتمام والفضول كما ان تحديد فترات التعلم والانقطاع

ثالثاً: اهداف تقنية بومودورو (Pomodoro)

- أ- تحسين الانتاجية او الاداء ذلك من خلال تخفيف القلق المرتبط بالتحول الى شخص غير قادر على الاداء
- ب- تعزيز التركيز والانتباه من خلال تحديد فترات الراحة.
- ت- تعزيز الدافعية والحفاظ عليها ثابتاً.
- ث- تحسين عملية التقدير من حيث الكمية والنوعية.
- ج- الاستمرار في مواجهة التحديات المعقدة بنفس العزيمة.
- ح- تعزيز الفعالية الشخصية عن طريق تخفيف القلق فهي تقدم طريقة مختلفة لرؤية الوقت.

الحد من الانقطاعات (المشتتات) الداخلية والخارجية (Buzan, 1982: 11)

رابعاً: أنواع تقنية بومودورو (Pomodoro)

- أ- الفردية
- ب- الثنائية

ت- الجماعية (Gobbo, 2008: 24).

خامساً: معايير نجاح تقنية بومودورو (Pomodoro):

ذكر سيريلو (Cirillo, 2006: 12-14) مجموعة من معايير نجاح تقنية بومودورو (Pomodoro) وذكر اساليب معالجتها والتخلص منها وعلى النحو الآتي:

- أ- المقاطعات الداخلية (نقاط انفصال): تسمى كل المشتتات او الطرق التي تؤدي الى المماطلة في اداء النشاط المطلوب بالمقاطعات الداخلية وهي عادة ما ترتبط بضعف القدرة على التركيز فعلى الرغم من ان دورة بومودورو (Pomodoro) لا تدوم اكثر من 25 دقيقة فلن يكون من السهل على الجميع انهاء الدورات القليلة دون الاستسلام لحاجة ملحة للمقاطعة من الحاجة للأكل او الشرب او اجراء مكالمات فجائية.

وللحد من هذه الانقطاعات يجب معرفة عدد ونوع الانقطاعات الداخلية بناءً على كل شخص ومراقبتها وقبولها وجدولتها وحذفها حسب الحالة التي يمكن ان يتعرض لها الاشخاص.

- ب- المقاطعات الخارجية: هي تلك المشتتات الخارجية والتي يمكن ان يتعرض لها الاشخاص الذين يعملون في بيئات اجتماعية مختلفة مثل ان يكلب منك زميل دراسة ان تشرح له فقرة او ان يقترح امر ما او ان تأتي مكالمات هاتفية... الخ، والواقع ان الفرق الرئيسي بين المقاطعات الداخلية والخارجية هو اننا في حالة المقاطعات الخارجية نحتاج للتفاعل مع الآخرين الا ان اليات التعامل مع المقاطعات الخارجية هي نفسها اليات التعامل مع المقاطعات الخارجية وذلك من خلال عكس الاعتماد على المقاطعات وجعل المقاطعات تعتمد علينا فيمكن ان نخبر زميلك الذي يقاطعك بانك مشغول وان تفعل الرد الالي على الرسائل او الاتصالات الهاتفية.

ت- المتعلم غير المنضبط ذاتياً: قد يشعر بعض المتعلمين غير المعتادين على الانضباط الذاتي بنوع من القلق والذي يأتي عموماً

فيما توصلت (سيد، 2023: 137-139) الى مجموعة من مهارات الفهم التاريخي وهي كما يأتي:

- ادراك تسلسل الاحداث التاريخية الزمني: يتم فيه تنظيم الاحداث وتحديد الطابع الزمني وترتيب الشخصيات التاريخية وفقا لذلك والتمييز بين الاحداث التاريخية.
- فهم عوامل تأثير الاحداث التاريخية (التغير والاستمرارية).
- استقصاء الحقيقة التاريخية: استعمال المصادر المختلفة في جمع المعلومات التاريخية من المصادر التاريخية وتأييد الرأي بأدلة بالإضافة الى استعمال المصادر الرقمية لتحليل الملفات المرئية والصوتية واستخلاص الاحداث التاريخية منها.
- التعرف الى العلاقة بين السبب والنتيجة في الاحداث التاريخية: مقارنة الاحداث التاريخية والتنبؤ والاستنتاج وتحليل الاسباب وتفسير الاحداث التاريخية.

#### المبحث الثالث: الاطار العملي:

اولاً: منهج البحث: بناء على موضوع البحث وطبيعته فقد استعملت الباحثة منهجي البحث الوصفي والتجريبي والمنهج الوصفي هو وصف الاحداث والظواهر وجمع المعلومات والحقائق والتفسير والتقويم والمقارنة والاستنتاج (عبد الرحمن وعدنان، 2007: 38)، استعملت منهج البحث الوصفي في اعداد الجانب النظري من البحث وتحديد فقرات اختبار مهارات الفهم التاريخي وبناء الاستراتيجية المقترحة.

كما استعملت منهج البحث التجريبي في تطبيق تجربة البحث واجراء تكافؤ المجموعتين، والمنهج التجريبي تغيير متعمد ومضبوط لشروط البحث المحددة لموضوع الدراسة وقياس مستوى التغير في تلك الظاهرة (المعاني وآخرون، 2012: 42).

ثانياً: اختبار التصميم التجريبي: وهو برنامج او مخطط العمل لطريقة تنفيذ تجربة البحث (عبد الرحمن وعدنان، 2007: 486). اعتمدت الباحثة على التصميم شبه التجريبي ذو الضبط الجزئي لمجموعتين متكافئتين ذات الاختبار البعدي لتناسبه واغراض البحث اذ تمثل الاستراتيجية المقترحة المتغير المستقل وتمثل مهارات الفهم التاريخي المتغير التابع في التجربة، جدول (1) يوضح التصميم:

جدول (1) التصميم شبه التجريبي

مجموعتا البحث	المتغير المستقل	المتغير التابع	اداة القياس
التجريبية	الاستراتيجية المقترحة	مهارات الفهم التاريخي	اختبار مهارات الفهم التاريخي
الضابطة			

ثالثاً: مجتمع البحث وعينته:

يمثل مجتمع البحث كل الافراد والاشياء التي تمثل المجتمع الاصلي (الاغا ومحمود ، 2003: 82)، ومجتمع هذا البحث هم طالبات الصف الرابع الادبي في مديرية تربية محافظة بغداد/ الرصافة الاولى للعام الدراسي (2024-2025).

عينة البحث:- هي ذلك الجزء الممثل لمجتمع البحث الاصلي والتي يمكن من خلالها تعميم النتائج على المجتمع ككل (عباس وآخرون، 2012: 218)، تم تحديد عينة البحث الحالي بطالبات الصف الرابع الادبي في ثانوية الرافدين للبنات للعام الدراسي (2024-2025) تم اختيارهن بالطريقة القصدية، حيث مثلت الشعبة (أ) بمجموع (38) طالبة المجموعة الضابطة حيث

التقنيات الحديثة مفاتيح لها لها الاهمية الكبيرة في تمكن المتعلمين من التعامل مع الاحداث التاريخية بفهم ومعالجة المشكلات التاريخية بواقعية والتعامل مع المصادر والآراء المختلفة بموضوعية فمرحلة اكتساب المعارف تسبق مرحلة معالجتها وعليه فإن من الواجب الاهتمام بطرق واستراتيجيات تلقي تلك المعارف قبيل الاهتمام بنوعها وكميتها.

ثانياً: تصنيف مهارات الفهم التاريخي:

يبحث دائماً المؤرخون عن سبب التغيرات والاحداث التاريخية والوصول للفهم التاريخي، وعليه فقد اهتم العديد منهم بتصنيف مهارات الفهم التاريخي وكما يأتي: (السعيد، 2004: 114) (الجزار، 2006: 85)

- التصنيف والتحليل.
- الربط.
- الاستنتاج.
- النقد.
- الاسباب.
- التفسير.
- البدائل.
- التخيل.
- الشرح.

وذكر (عبد ربه وآخرون، 2018: 6) تصنيف اخر لمهارات الفهم التاريخي وكما يلي:

- إعادة بناء المسار التاريخي.
- التعرف على الافكار والقضايا الرئيسية.
- مهارة التحليل.
- تقديم الدليل التاريخي.
- ربط المسببات بالنتائج.
- مناقشة الآراء التاريخية المختلفة.
- استعمال الرسوم والجدول.
- استعمال المصادر التاريخية المتنوعة.
- قراءة الاحداث التاريخية.

وصنفها (محمد، 2022: 127) الى ما يلي:

- مهارة الترجمة : ان يعيد المتعلم صياغة النص التاريخي ويصنف الشخصيات ويترجم النص التاريخي بأسلوبه الخاص ويحول ذلك الى جداول وخرائط تاريخية ومن ثم يقوم بترجمة تلك الاشكال والصور والجدول الى معلومات تاريخية.
- مهارة التفسير: وفيها يحدد المتعلم المفاهيم التاريخية ويقدم الاسباب ويدعم تفسيراته بأدلة تاريخية ويوضح العلاقة بين السبب والنتيجة للحدث التاريخي ويكتب تفسيراته.
- مهارة الاستنتاج: وفيها يستنتج القضايا الفرعية والرئيسية للحدث التاريخي وواجه الشبهة والاختلاف والمغالطات التاريخية والعبر والدروس من الاحداث التاريخية.

التجريبية	37	12.087	2.897	72	المحسوبة	0.990	غير
الضابطة	37	11.378	3.027		الدالة	0.326	دالة

العمر الزمني محسوبا بالشهور: تم الحصول على العمر الزمني لكل طالبة محسوب بالشهور من سجلات المدرسة وبعد حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأعمار طالبات كل مجموعة وبطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للتعرف على دلالة الفرق بين متوسط اعمار طالبات كل مجموعة بلغت القيمة التائية (0.689) عند مستوى دلالة (0.478) وهو اكبر من مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (72) وهذا يدل على تكافؤ المجموعتين ، جدول (4) يوضح ذلك

جدول (4) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لفحص التكافؤ في العمر

الزمني محسوبا بالشهور

المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية	مستوى الدلالة
التجريبية	166.07	8.477	72	0.678	غير
الضابطة	166.75	9.766		0.488	دالة

التقويم: تم تقويم الاستراتيجية المقترحة من خلال اختبار مهارات الفهم التاريخي.

خامساً: أداة البحث:

ان عملية اختيار اداة البحث المناسبة تعد من اهم جوانب اجراء البحث فتعتبر وسيلة البحث لجمع وتحليل البيانات (القحطاني وآخرون، 2004: 207)، وتماشيا مع منهج البحث وطبيعته وتحقيقا لهدف البحث قامت الباحثة بأعداد اختبار الفهم التاريخي البعدي.

وفيما يلي تفصيل خطوات بناء اداة البحث:

الهدف من الاختبار: ويهدف هذا الاختبار الى قياس فاعلية الاستراتيجية المقترحة القائمة على تقنية بومودورو (Pomodoro) في تنمية مهارات الفهم التاريخي لدى عينة الدراسة.

بناء الاختبار: تكون اختبار مهارات الفهم التاريخي بصورته الاولى من (33) سؤالا موضوعيا (اختيار من متعدد) وبواقع (11) لكل مهارة.

تعليمات الاختبار: شرح الاختبار بصورة واضحة وموجزة وتقديم مجموعة ارشادات للدارسين وكتابة الزمن المحدد للاختبار وتعليمات اختيار اجابة واحدة.

تصحيح الاختبار: تم تحديد (1) درجة لكل سؤال و(صفر) لكل فقرة متروكة او تمت الاجابة عنها بصورة خاطئة ، وبهذا تكون الدرجة العظمى لاختبار مهارات الفهم التاريخي بصورته الاولى (33) درجة.

صدق الاختبار:- يعد الاختبار صادقا اذا قاست اسئلته ما اعدت لقياسه (الزامي وآخرون، 2009: 240).

الصدق الظاهري: وللتحقق من صدق الاختبار تم عرضه بالصورة الاولى على مجموعة من متخصصي مناهج التاريخ وطرائق تدريسها وعلم النفس والقياس والتقويم لإبداء رأيهم في مناسبة اسئلة اختبار الفهم التاريخي من ناحية الصياغة اللغوية وبدائله المطروحة ومدى وضوح التعليمات وتماشيا مع توجهات المحكمين تم اجراء التعديلات المطلوبة (للفقرات التي لم تحصل على نسبة (80%) تمثلت في ايجاز النصوص واعادة صياغة بعضها وتعديل البدائل تم الاخذ بجمعها، كما تم حذف الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق اقل من (50%) ، وبهذا اصبح الاختبار يتكون من (30) سؤال بصورته

ستدرس بالطريقة التقليدية ومثلت الشعبة (ب) بمجموع (39) طالبة المجموعة التجريبية والتي ستدرس باستعمال الاستراتيجية المقترحة ، تم استبعاد 3 طالبة نتيجة لرسوبهن العام السابق لتكون عينة البحث (74) طالبة، جدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2) توزيع افراد العينة حسب المجموعات

المجموعة	العدد قبل الاستبعاد	العدد بعد الاستبعاد	سبب الاستبعاد
التجريبية	38	37	الرسوب للعام السابق
الضابطة	39	37	الرسوب للعام السابق

رابعاً: بناء الاستراتيجية المقترحة:

اعتمدت الباحثة على منهج البحث الوصفي لبناء الاستراتيجية المقترحة وكما يأتي:

التحليل: حيث تم تحليل عينة الدراسة ومحتوى المادة الدراسية والبيئة المستهدفة.

التخطيط: تضمنت هذه الخطوة الاطلاع على الدراسات السابقة والكتب والمراجع والادبيات وتحديد عناصر الاستراتيجية والوقت اللازم للتنفيذ.

التنفيذ:

المادة الدراسية : تم تحديد مجموعة من مفردات كتاب التاريخ للصف الرابع الادبي: تاريخ الحضارة العربية الاسلامية (الفصلين الثاني والثالث).

المدرس: اعتمدت الباحثة على مدرسة المادة نفسها، وهذا يضيف درجة من الدقة والموضوعية بالسيطرة على موضوع الانحياز للتجربة كونها موضوع البحث مع توجيه مباشر من الباحثة وتقديم المحتوى والخطط الدراسية والتغذية الراجعة.

توزيع الدروس: اعتمدت الباحثة على جدول المدرسة نفسه وبواقع حصتين كل اسبوع.

مدة التجربة: توحدت تجربة المجموعتين وذلك بدء من يوم الاحد المصادف (2024-11-3) وحتى يوم الثلاثاء المصادف (2024-12-24).

سرية البحث: اتفقت الباحثة مع ادارة المدرسة ومدرسة المادة على سرية البحث وعدم اخبار الطالبات بطبيعة التجربة.

مكان التجربة: حرصت الباحثة على تطبيق التجربة في صفوف متشابهة من حيث المساحة والاثاث والانارة وعدد المقاعد ونوعها.

تكافؤ مجموعتي البحث: قبل الشروع بتطبيق الاستراتيجية المقترحة (التجربة) وضمانا لنتيجتها تم اجراء تكافؤ بعض المتغيرات (المعرفة السابقة، العمر الزمني محسوبا بالشهور) احصائيا، تم الحصول على البيانات من سجلات المدرسة.

المعرفة السابقة: تم تفرغ درجات اختبار سابق للطالبات في المجموعتين (التجريبية والضابطة) وحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وتطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين عند مستوى دلالة (0.326) وهو اكبر من مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (72) حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (0.990) وهذا يدل على تكافؤ المجموعتين ، كما موضح بالجدول (3)

جدول (3) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لفحص التكافؤ في المعرفة

السابقة

المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية	مستوى الدلالة
					0.05

المجموعة	الشعبة	عدد الطالبات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	فترة الثقة للمتوسط الحسابي 95%
التجريبية	أ	37	30.73	6.436	1.181	حد أدنى 3.004
الضابطة	ب	37	24.05	8.251	1.436	حد أعلى 3.011

نلاحظ من جدول (5) ان متوسط الدرجات للمجموعة التجريبية بلغ (30.73) وبانحراف معياري بلغ (6.436) في حين بلغ متوسط الدرجات للمجموعة الضابطة (24.05) وبانحراف معياري قدره (8.251). واستعملت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفرق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والضابطة في اختبار مهارات الفهم التاريخي، جدول(6) يوضح ذلك.

جدول (6) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	التباين	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية	مستوى الدلالة
التجريبية	37	28.6	44.56	6.62	72	المحسوبة	الجدولية
الضابطة	37	23.06	73.30	8.72		3.122	2.000

يظهر من الجدول (6) ان المتوسط الحسابي لمجموعة البحث التجريبية بلغ (28.6) فيما كان المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (23.06) وجاءت القيمة التائية المحسوبة بدرجة مقدارها (3.122) في حين بلغت القيمة التائية الجدولية (2.000) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية بلغت (72).

بما ان القيمة التائية المحسوبة اكبر من القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 لذا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية الصفرية وعليه فيوجد فرق ذو دلالة احصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية والتي درست بالاستراتيجية المقترحة، وتفسر الباحثة ذلك ان بناء الاستراتيجية المقترحة القائمة على تقنية حديثة كبرومودورو كان لها الاثر الكبير في تنمية مهارات الفهم التاريخي خصوصاً وان الاستراتيجية كانت تركز على جانب تنظيم الوقت وعدم اهداره وهو العامل الرئيسي في السيطرة على تعلم مهارات الفهم بالإضافة الى انها توفر مناخ تعلم امن يستند الى العلاقة الايجابية بين المدرس والطالب وبين الطلبة انفسهم اذ تمنحهم ثقة بأنفسهم وتزيد من دافعيتهم للفهم ذلك لتفهم حاجاتهم وتخلصها من المقاطعات التي يتعرضون لها وتوفرها لفرص الراحة التي يحتاجون اليها لتجنب مقاطعة تعلمهم، بالإضافة الى ذلك كان للاستراتيجية دور في التخلص من الملل والرتابة في تعلم التاريخ اذ ايقظت الفهم وركزت على مهاراته وتخلصت من الحفظ وقسمت الفهم الى مهاراته الرئيسية الترجمة والتفسير والاستنتاج، وعليه فان الاستراتيجية المقترحة تحقق مهارات الفهم التاريخي وتوفر جو من الذاتية في التعلم والمرونة في ترتيب محتوى المادة التعليمية مما يوفر فترات من الراحة التي تسمح للمتعلمين بالتخلص من أي مثبطات خارجية للتعلم وهذا ما لم توفره أي استراتيجية تعليمية أخرى.

الخاتمة:

استناداً لآلطار النظري للدراسة الحالية ومنهجيتها تم تحليل بيانات الدراسة باستعمال الادوات الاحصائية المناسبة وسيتم عرض النتائج والتوصيات والمقترحات مع التركيز على تحقيق هدف البحث من عدمه.

النهائية.

صدق البناء(التكوين الفرضي): وهو العلاقة بين بناء الاختبار النظري وفقراته وتعد هذه الطريقة احدى اهم مؤشرات صدق البناء لأداة البحث (ابو جادو، 2011: 401) (علام، 2006: 110)، في البحث الحالي تم ايجاد العلاقة الارتباطية بين درجات الفقرات والمجال الذي تنتهي له ودرجة كل مجال ودرجة الاختبار الكلي باستعمال معامل ارتباط بيرسون وكانت النتيجة ان جميع الفقرات دالة احصائياً حيث تراوحت القيم بين (0.43-0.76) بين درجة الفقرات والمجال الذي تنتهي له وبين (0.72-0.75) بين درجات كل مجال ودرجة الاختبار الكلي، ويعد مؤشراً جيداً على صدق بناء اختبار الفهم التاريخي.

ثبات الاختبار:-

الثبات هو اتساق القياس ودقته أي الاتساق في الصفة او السمة التي تسعى الاداة لقياسها (ملحم، 2012: 249).

استعملت الباحثة طريقة اعادة الاختبار للتحقق من ثبات الاختبار فقامت بتطبيق الاختبار المعدل على مجموعة استطلاعية من مجتمع البحث والبالغ عددهم (20) طالبة وكانت الفترة الزمنية بين التطبيقين (15) يوماً، وبعد الاختبار ثابتاً اذا اعطى نفس النتيجة او نتيجة متقاربة اذا ما طبق اكثر من مرة بظروف متشابهة، تم استخراج ثبات الاختبار لمهارات الفهم التاريخي الرئيسية والفرعية بطريقة الفاكرونباخ حيث تراوحت قيم الثبات بين (0.68-0.81) وتعتبر قيم ثبات مقبولة احصائياً (علام، 2000: 543)؛ وعليه يمكن تطبيق الاختبار ميدانياً والاعتماد عليه.

تطبيق الاداة:-

تم تطبيق اختبار الفهم التاريخي بصورته النهائية، في نفس الوقت على المجموعة التجريبية والضابطة يوم الثلاثاء المصادف (2024-12-31) حيث تم تبليغ الطالبات بموعد الاختبار قبل اسبوع.

اساليب المعالجة الاحصائية: قامت الباحثة بالاستعانة ببرنامج التحليل الاحصائي للعلوم التربوية والنفسية (SPSS) الاصدار (22) وكالاتي: معادلة الفا-كرونباخ لحساب ثبات اختبار الفهم التاريخي.

معادلة بيرسون لحساب صدق بناء الاختبار.

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة تكافؤ المجموعتين ومعرفة الفرق الاحصائي بين متوسطي درجة المجموعة التجريبية والضابط في تحليل نتائج اختبار الفهم التاريخي.

## 1. النتائج والمناقشة

لغرض التحقق من فرضية البحث والتي تنص على: (لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) لمتوسط درجات طالبات المجموعة التجريبية اللاتي يدرسن وفق الاستراتيجية المقترحة ومتوسط درجات طالبات المجموعة الضابطة اللاتي يدرسن بالطريقة التقليدية في اختبار مهارات الفهم التاريخي. بعد تطبيق اختبار مهارات الفهم التاريخي وتصحيح اجابات الطالبات، تمت الاستعانة ببرنامج التحليل الاحصائي (SPSS) للحصول على وصف احصائي دقيق لبيانات المجموعة التجريبية والضابطة في اختبار مهارات الفهم التاريخي وكما في جدول (5).



## أولاً: النتائج:

- 1- فاعلية الاستراتيجية المقترحة القائمة على تقنية بومودورو (Pomodoro) في تنمية مهارات الفهم التاريخي لدى طالبات الصف الرابع الادبي في مادة التاريخ.
- 2- هناك فرق ذو دلالة احصائية بين متوسط درجات افراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية التي درست وفقاً للاستراتيجية المقترحة.

## ثانياً: التوصيات

- في ضوء النتائج سابقة الذكر، توصي الباحثة بما يلي:
- أ- ضرورة اعتماد الاستراتيجية المقترحة القائمة على تقنية بومودورو (Pomodoro) في تنمية مهارات الفهم التاريخي.
  - ب- عقد ندوات وورش عمل ودورات تدريبية تختص بتطبيق الاستراتيجية المقترحة القائمة على تقنية بومودورو (Pomodoro) في تعلم مادة التاريخ او أي مواد أخرى.
  - ت- اعداد دليل للمدرسين يبين خطوات استعمال الاستراتيجية المقترحة.
  - ث- تنظيم محتوى المواد التاريخية وفقاً للاستراتيجية المقترحة القائمة على تقنية بومودورو (Pomodoro).
  - ج- توعية الطالبات باستعمال الاستراتيجية المقترحة في فهم المواد التاريخية.

## ثالثاً: المقترحات:

تقترح الباحثة مايلي:

- أ- إجراء دراسة مماثلة في مواد دراسية او مراحل أخرى.
- ب- إجراء دراسة حول تأثير الاستراتيجية المقترحة رفع مستوى التحصيل في مادة التاريخ او مواد أخرى.
- ت- تصميم برنامج تعليمي محوسب قائم على تقنية بومودورو (Pomodoro) في مادة التاريخ.

## المصادر: المصادر العربية:

- ابو جادو، صالح محمد (2011)، علم النفس التربوي، ط8، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان.
- ابو رياش، حسين محمد، زهرية عبد الحق (2007)، علم النفس التربوي للطلاب الجامعي والمعلم الممارس، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان.
- احمد، علاء الدين احمد عبد الراضي (2021)، فاعلية استراتيجية الابعاد السداسية (PDEOED) في تدريس الدراسات الاجتماعية لتنمية مهارات الفهم التاريخي وقيم الانتماء الوطني لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، مجلة كلية التربية. جامعة عين شمس، ع (45)، ج (1).
- الاغا، احسان ومحمود الاستاذ (2003)، مقدمة في تصميم البحث التربوي، مكتبة الرنتيسي، غزة.
- جري، خضير عباس (2017)، اثر استراتيجية التخيل في تنمية الفهم التاريخي والميل نحو المادة لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي، مجلة آداب المستنصرية، كلية الآداب، الصف الرابع الادبي المستنصرية، العدد (77)، 1-39.

- حسين، محمد علي (2020)، فاعلية بعض المواقف التعليمية القائمة على التعلم المستند الى نتائج ابحاث المخ في تنمية بعض مهارات الفهم التاريخي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي، مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان، اغسطس 17 (125)، 123-163.
- الزامل، علي عبد جاسم، وآخرون (2009)، مفاهيم وتطبيقات في التقويم والقياس التربوي، ط1، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت.
- السكاف، سوسن وعلي الفارس (2020)، فاعلية ادارة الوقت لدى طالبات الصف الرابع الادبي وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، مجلة الخلدونية، العدد (12)، الجزء (2).
- سيد، نورهان سيد شيت (2023)، فاعلية برنامج قائم على المصادر الاولى الرقمية في تدريس التاريخ لتنمية مهارات الفهم التاريخي لدى تلاميذ الصف الاول الاعدادي، المجلة التربوية، المجلد (6)، العدد (2).
- الطيطي محمد وآخرون (2009)، مدخل الى التربية، ط2، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان.
- الطيطي محمد (2006)، النمو العقلي المعرفي وتطور التفكير، ط1، دار النظم للنشر والتوزيع، عمان.
- عباس، محمد خليل عباس وآخرون (2012)، مدخل الى مناهج البحث العلمي في التربية وعلم النفس، ط2، دار المسيرة، عمان.
- عبد الحي، سلوى سامي عبد الباسط، واحمد ماهر عبد الله ورضا هندي جمعة مسعود وهالة الشحات عطية يوسف (2020)، استخدام التعلم المدمج في تدريس التاريخ لتنمية الفهم التاريخي والاتجاه نحو المادة لدى طالبات المرحلة الثانوية، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، المجلد (131)، العدد (122)، 539-568.
- عبد الرحمن، انور حسين؛ عدنان حقي شهاب زنكنة (2007)، الانماط المنهجية وتطبيقاتها في العلوم الانسانية والتطبيقية، ط2، دار الكتب والوثائق، بغداد.
- عبد ربه، سامح سليم، ابراهيم عبد القادر، هاني حتمل (2018)، اثر مدخل التاريخ الشفوي في تدريس التاريخ في تنمية مهارات الفهم التاريخي لدى طلاب الصف العاشر الاساسي في مدارس وكالة الغوث (الأنروا) في الأردن، مجلة جامعة القدس المفتوحة للابحاث والدراسات التربوية والنفسية. المجلد الثامن- ع (24).
- علام، صلاح الدين محمود (2000)، القياس والتقويم التربوي والنفسي اساسياته وتطبيقاته وتوجهاته المعاصرة، ط1، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة.
- — (2006)، الاختبارات والمقاييس التربوية والنفسية، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.
- عيسى، محمد احمد (2022)، استراتيجية مقترحة قائمة على مدخل التعلم بالمهام لتنمية مهارات الفهم النحوي والانتاج الكتابي لدى دارسي اللغة العربية لغبر الناطقين بغيرها، مجلة جامعة جنوب الوادي الدولية للعلوم التربوية، العدد الثامن.

- Turtle, J. (2000): Serving up documents whole Teaching History, 101, 52, Ip.
- Verkoijen, P. P., Rikers, R. M., & Schmidt, H. G. (2004). Detrimental influence of contextual change on spacing effects in free
- Yona McGregor e Tony Buzan(1998): A Guide to Animal Farm, Hodder & Stoughton, 1998; ISBN 0-340-66401-0.

### ملحق (1)

#### أنموذج خطة درس وفق الاستراتيجية المقترحة

#### (للمجموعة التجريبية)

المادة: تاريخ الحضارة العربية الإسلامية

الموضوع: حضارة العرب قبل الاسلام / المراكز الحضارية (اليمن، البتراء)

الصف: الرابع الادبي، شعبة (أ)

الوقت: 45 دقيقة

أولاً: الأهداف السلوكية

من المتوقع أن تكون الطالبة قادرة على:

1. ان تترجم موضوعي حضارة اليمن والبتراء بلغة بسيطة وسهلة.
2. ان تفسر اسباب ازدهار حضارتي اليمن والبتراء اقتصادياً.
3. ان توضح دور موقع اليمن والبتراء في ازدهارها.
4. ان تستنتج اسباب تدهور حضارة اليمن بعد انهيار سد مأرب.
5. ان تحدد الدروس المستفادة من اهمية الموقع في ازدهار او تدهور الحضارات.

#### ثانياً: الوسائل التعليمية

مؤقت بومودورو الإلكتروني: لضبط فترات التعلم والراحة، خارطة للمواقع الحضارية، صور لحضارتي اليمن والبتراء، سبورة، قلم.

ثالثاً: إجراءات سير الدرس

المقدمة: (5 دقائق)

تقدم المدرسة لمحة سريعة عن الدرس السابق وتعرف عن تقنية بومودورو وتطرح سؤال تحفيزي للدرس الحالي

- كيف تعتقد أن الموقع اثر في تشكيل الحضارة في اليمن والبتراء؟

العرض: (30 دقيقة)

تقسم المدرسة الدرس الى ثلاثة مراحل (الترجمة والتفسير والاستنتاج)

وتعلن عن بدء دورة بومودورو ومدتها (25 دقيقة)

#### المرحلة الاولى (الترجمة) – 10 دقائق

تشرح المدرسة النصوص التاريخية عن حضارتي اليمن والبتراء وتطلب اعادة الشرح من الطالبات مع الحفاظ على المعنى التاريخي كلا حسب ما فهمته وبلغتها البسيطة، ثم تكتب ذلك على السبورة تحت عنوان الترجمة وبصورة مختصرة.

#### المرحلة الثانية (التفسير) – 10 دقائق

تشرح المدرسة اسباب ظهور حضارتي اليمن والبتراء واسباب ازدهارهما ثم تطلب من الطالبات تفسير اهمية الموقع في ازدهار حضارتي اليمن والبتراء واسباب تدهور حضارة اليمن وعلاقة ذلك باهيار سد مأرب، ثم تكتب الاسباب على السبورة بصورة مختصرة تحت عنوان التفسير.

#### المرحلة الثالثة (الاستنتاج) – 5 دقائق

- قطامي، يوسف (2013)، استراتيجيات التعلم والتعليم المعرفية، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان.
- محمد، محمد جمال صالح (2022)، الخصائص السيوكومترية لاختبار مهارات الفهم التاريخي في مادة الدراسات الاجتماعية لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي بجمهورية مصر العربية، مجلة مؤشر للدراسات الاستطلاعية، مج (2)، ع (6).
- المعاني، احمد اسماعيل واخرون (2012)، اساليب البحث العلمي والاحصاء- كيف تكتب بحثاً علمياً، ط1، اثناء للنشر والتوزيع، عمان.
- ملحم، سامي محمود (2009)، القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط4، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان.
- هاني، محمد حسن، محمد اسماعيل عبد المقصود، سعيد عبده نافع (2006)، تطوير مناهج التاريخ في المرحلة الثانوية في ضوء استراتيجيات ما وراء المعرفة لتنمية مهارات الفهم والتفكير التاريخيين، مجلة كلية التربية، جامعة الاسكندرية، المجلد (16)، العدد (4)، 221-216.

#### المصادر الاجنبية

- Appleton-Knapp, S. L., Bjork, R. A. & Wickens, T. D. (2005). Examining the spacing effect in advertising: Encoding variability,
- Cirillo.Francesco (2006): The Pomodoro Technique (The Pomodoro).
- Cull, W. L. (2000). Untangling the benefits of multiple study opportunities and repeated testing for cued recall. Applied Cognit
- Deng F, Gluckstein JA, Larsen DP: Student-directed retrieval practice is a predictor of medical licensing examination performance. Perspect Med Educ. 2015, 4:308-13. 10.1007/s40037-015-0220-xhttps://dx.doi.org/10.1007/s40037-015-0220-x
- Frery, A.C. (2023). Standard Deviation. In: Daya Sagar, B.S., Cheng, Q., McKinley, J., Agterberg, F. (eds) Encyclopedia of Mathematical Geosciences. Springer, Cham.https://doi.org/10.1007/978-3-030-85040-1\_312&#8203;;contentReference[oaicite:0]{index=0}
- Gobbo, F., Vaccari, M (2008): The Pomodoro Technique for Sustainable Pace in Extreme Programming Teams, In Proceedings of XP2008, Limerick, June.
- Hans-Georg(1996): Gadamer, L'enigma del tempo, Zanichelli, ISBN 88-08-09056-6
- Harris D M, Chiang M (2022): An Analysis of Anki Usage and Strategy of First-Year Medical Students in a Structure and Function Course. Cureus 14(3): e23530. DOI 10.7759/cureus.23530
- Kocabas, I.& Erdem, R. (2003): The Personal Time Management behaviors Of the Potential Director teachers. Firat University Sosyal Bilimler Dergisi, vol 13p,191-202 .
- Parmelee D, Roman B, Overman I, Alizadeh M(2020): The lecture-free curriculum: setting the stage for life-long learning: AMEE guide no. 135. Med Teach., 42:962-9. 10.1080/0142159X.2020.1789083https://dx.doi.org/10.1080/0142159X.2020.1789083
- Rana T, Laotepitaks C, Zhang G, Troutman G, Chandra S(2020): An investigation of Anki flashcards as a study yool among first year medical students learning anatomy. Faseb Journal. 2020, 34:09736. 10.1096/fasebj..34.s1.0973https://dx.doi.org/10.1096/fasebj.2020.34.s1.09736
- Thalheimer, W. (2006): Spacing learning events over time: What the research says.
- Tony Buzan(1982): The Brain User's Guide, E.P. Dutton.

- تشرح المدرسة الدروس المستفادة من انهيار سد مأرب واهمية ذلك على تدهور حضارة اليمن، وتكتب ذلك على السبورة تحت عنوان الاستنتاج، ثم تشير الى ما كتبتة على السبورة مع القراءة للمراجعة السريعة.
- وقت الراحة – 5 دقائق
- تعلن المدرسة عن بدأ وقت الراحة وتطلب من الطالبات ان يقمن بما يحتاجن اليه من حاجات بيولوجية (اكل- شرب) او نفسية (فترات من الراحة) او حتى التحدث الى زميلة، اثناء ذلك تكتب المدرسة ثلاثة اسئلة على السبورة هي:
- اشرح كل ما تعرفه عن موضوع حضارتي اليمن والبتراء.
- فسر اسباب ازدهار او تدهور حضارتي اليمن والبتراء.
- ما الذي تستنتجه عن اهمية الموقع في نشوء الحضارات وازدهار التجارة.
- التقويم: (7 دقائق)
- تطلب المدرسة من الطالبات الاجابة تحريراً عن الاسئلة الواضحة على السبورة بصورة مختصرة
- الخاتمة والواجب البيتي: (3 دقائق)
- تختم المدرسة الدرس بشكر الطالبات وتحدد موضوع الدرس التالي كواجب بيتي وتطلب مهن قراءته في ثلاثة مراحل (الترجمة والتفسير والاستنتاج).