

مجدي المشاعلة: أثر تطبيق برنامج تمارين التنفس على تحسين مهارات التجويد لدى طالبات المراكز القرآنية

أثر تطبيق برنامج تمارين التنفس على تحسين مهارات التجويد لدى طالبات المراكز القرآنية

د.مجدي سليمان المشاعلة⁽¹⁾

(قدم للنشر 1444/06/25 هـ - وقيل 1444/08/29 هـ)

المستخلص: هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر تطبيق برنامج تمارين التنفس على تحسين مهارات التجويد (المخارج، الصفات، الوقف والابتداء) لدى طالبات المراكز القرآنية. وتم اختيار المنهجية شبه التجريبية للإجابة عن سؤال الدراسة. وتكونت عينة الدراسة من طالبات المراكز القرآنية التابعة لوزارة الأوقاف الأردنية في العاصمة عمان، حيث بلغ عددهن (51) طالبة، تم توزيعهن بالطريقة العشوائية على المجموعة التجريبية (26) طالبة، والمجموعة الضابطة (25) طالبة. وللإجابة عن أسئلة الدراسة قام الباحث بتصميم البرنامج التدريبي الخاص بتمارين التنفس، وبناء أداة الدراسة المكونة من بطاقة الملاحظة لقياس مهارات التجويد الثلاث والمكونة من (30) فقرة تقيس المهارات الفرعية، موزعة كالتالي: مهارات المخارج (10) فقرات، ومهارات الصفات (10) فقرات، ومهارات الوقف والابتداء (10) فقرات. وتم التوصل بعد تطبيق أداة الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) لأثر البرنامج التدريبي في مهارة التجويد الكلية، وفي جميع المهارات الفرعية الثلاث لصالح المجموعة التجريبية التي تلقت التدريب على برنامج تمارين التنفس. وبناء على نتائج الدراسة يوصى الباحث بتشجيع المعلمين على تطبيق برنامج تمارين التنفس في تعليم القرآن الكريم. الكلمات المفتاحية: برنامج تمارين التنفس، تمارين التنفس، مهارات التجويد، طلبة المراكز القرآنية.

The effect of applying a Breathing Exercise Program on Improving the Tajweed skills of students of Quranic centers

Magdy S. Almashaleh⁽¹⁾

(Submitted 18-01-2023 and Accepted on 21-03-2023)

Abstract: The study aimed to identify the effect of applying a breathing exercise program on improving Tajweed skills (sound origination (Makharij) of the letters, Qualities (Sefat) of the letters, stopping and beginning) among students of Quranic centers. The quasi-experimental method was chosen to answer the study question. The sample of the study consisted of female students in Quranic centers affiliated to the Jordanian Ministry of Waqif in the capital, Amman, where they numbered (51) students, who were randomly distributed to the experimental group (26) female students, and the control group (25) female students. To answer the questions of the study, the researcher designed the training program for breathing exercises, and built the study tool consisting of a note card to measure the three intonation skills, consisting of (30) items that measure the sub-skills, distributed as follows: Makharij skills (10) items, and Sefat skills (10) items. Stopping and beginning skills (10) Items. After applying the study tool, it was found that there are statistically significant differences at the level of significance ($\alpha \leq 0.05$) for the effect of the training program on the total intonation skill, and in all three sub-skills in favor of the experimental group that received training on the breathing exercise program. Based on the results of the study, the researcher recommends encouraging teachers to apply the breathing exercises program in teaching the Holy Quran.

Keywords: Breathing Exercises Program, Breathing Exercises, Tajweed skills, students of Quranic centers.

(1) Arab Open University - Jordan

(1) الجامعة العربية المفتوحة - الأردن

E-mail: m_mashaleh@aou.edu.jo

مقدمة

مشكلة الدراسة وأسئلتها

على الرغم من الدور الحاسم للتوقف والتنفس أثناء القراءة، فإن الاهتمام لوصف تطور كيفية التدريب على التنفس أثناء القراءة ما يزال محدودا جدا، ومن النادر أن يتم تدريب المتعلمين على كيفية تدريب تنظيم النفس أثناء القراءة، وعلى طريقة التنفس أثناء القراءة (Godde et al., 2022). وحتى هذه اللحظة ما يزال البحث العلمي في العلاقة بين التنفس والوظائف المعرفية الأساسية في التعلم -ومن ضمنها مهارة القراءة - ما يزال فيه نقص شديد. (Mitsea et al., 2022).

يعاني كثير من طلبة المراكز القرآنية من صعوبات في نقص التنفس عند القراءة بسبب عدم التعود على تنظيمه بالطريقة الصحيحة، وهو مما ساعد على زيادة الأخطاء في قراءة القرآن الكريم أثناء القراءة (المطرودي، 2011).

ومن المصادر الأخرى لهذه المشكلة عمل الباحث كمدرب لمعلمي القرآن الكريم على مهارات تعليم القرآن الكريم حيث تم ملاحظة عدم وجود وعي كاف عند معلمي القرآن الكريم لأهمية ودور وكيفية تدريبات التنفس أثناء القراءة الجهرية للقرآن الكريم.

وبناء على ذلك تتحدد مشكلة الدراسة الحالية بالإجابة عن السؤال الآتي: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الدرجات الكلية ودرجات المهارات الفرعية للتجويد (المخارج، الصفات، الوقف والابتداء) عند طالبات المراكز القرآنية على بطاقة الملاحظة تعزى لبرنامج تمارين التنفس؟

فرضية الدراسة

للإجابة عن سؤال الدراسة تمت صياغة الفرضية الآتية: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات الدرجات الكلية ودرجات المهارات الفرعية للتجويد (المخارج، الصفات، الوقف

يرتبط تجويد القرآن الكريم بإصلاح نطق الكلمات القرآنية وترتيبها استجابة لأمر الله -عز وجل- (وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلاً) [المزمل: 4]، المسلم متعبد بفهم معاني القرآن الكريم، وإقامة حدوده، ومتعبد أيضاً بتصحيح ألفاظه، وإقامة حروفه على الصفة المتلقاة من أئمة القراءة المتصلي السند برسول الله -صلى الله عليه وسلم- (عثمان، 2004). وتتضمن قراءة القرآن الكريم عدة عمليات معرفية، منها: التعرف على الحروف، وامتلاك مهارة إخراج هذه الحروف من مخارجها الصحيحة، وإعطائها صفاتها اللازمة جميعاً، ومعرفة أين يجب الوقوف وأين لا يجب، ومن أين يبدأ، وما إلى ذلك، وعلى قارئ القرآن الكريم أن ينسق كل هذه العمليات، ويحتاج منه هذا إلى جهد بدني، وهذا الجهد يتطلب أن يمد الجسم بالأكسجين بغرض إنتاج الطاقة اللازمة للجهد البدني، وكلما زاد الجهد البدني نتيجة القراءة كلما زاد الطلب على الأكسجين.

وقراءة القرآن الكريم لها مهارات أساسية (كالمخارج، والصفات، والوقف والابتداء)، ولها مهارات مساندة وتدعم وتطور هذه القراءة، ومنها، مهارة طريقة التنفس أثناء القراءة. والتي يغفل عن تطبيقها كثير من متخصصي قراءة القرآن الكريم (القُرَّاء)، فضلاً عن متعلمي القرآن الكريم، حيث أشارت دراسة رجب (2002) أن من أخطاء بعض القراء المشهورين أنهم حين يجودون آية طويلة ينقطع نفسهم فيضطرون للوقوف في موضع لا يصح الوقوف عليه. فطول النفس هو سر الأداء في قراءة القرآن الكريم، حيث إن المطلوب هو الوصول إلى نفس صحيح وطويل ومنتظم وهذا ما يعمل الصوت ثابتاً ومنتظماً، فالنفس الطويل يعطى جمال الآية القرآنية، والقراءة لوقت أطول دون بذل جهدا كبيرا.

أدوات الدراسة في دراسات جديدة. وكذلك فإنه حسب علم الباحث فإن هذه الدراسة من الدراسات النادرة في مجال تطوير برنامج لتنمية مهارة التنفس عند قراءة القرآن الكريم والتحقق من نتائجه.

حدود الدراسة

تحدد نتائج الدراسة بما يأتي:

- (1) من حيث الموضوع: البرنامج التدريبي على تمارين التنفس، سورة الأحزاب التي تم تطبيق الاختبار عليها، وقائمة المهارات المعدة لهذه الدراسة.
- (2) من حيث العينة: طالبات المراكز القرآنية التابعة لوزارة الأوقاف الأردنية في منطقة عمان.
- (3) من حيث الزمن: استمرت الدراسة ثمانية أسابيع خلال الفصل الدراسي الأول للعام 2023/2022.
- (4) من حيث المكان: مراكز الإناث القرآنية في مدينة عمان.

التعريفات الإجرائية

برنامج تمارين التنفس: مجموعة الخبرات والتدريبات والإجراءات المتضمنة في برنامج تمارين التنفس والتي وضعها الباحث لاكتساب مهارة التنفس الصحيح أثناء قراءة القرآن الكريم.

مهارات التجويد: هو درجة إتقان متعلمي القرآن الكريم لمهارات التجويد الثلاث (المخارج، الصفات، الوقف والابتداء)، والتي تحتسب بواسطة الدرجة التي تسجل للطالبة على بطاقة الملاحظة المعدة في هذه الدراسة.

طالبة المراكز القرآنية: هم الطالبات الملتحقات بالمراكز القرآنية التابعة لوزارة الأوقاف والمقدسات الإسلامية الأردنية، خلال الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي 2023/2022.

والابتداء) عند طالبات المراكز القرآنية على بطاقة الملاحظة تعزى لبرنامج تمارين التنفس".

هدف الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى البحث عن فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الدرجة الكلية ودرجات المهارات الفرعية للتجويد (المخارج، والصفات، والوقف والابتداء) عند طالبات المراكز القرآنية على بطاقة الملاحظة تعزى لبرنامج إطالة التنفس.

وكذلك بناء برنامج لتمرين التنفس يساعد طلبة المراكز القرآنية على تنمية مهارة التنفس أثناء القراءة.

أهمية الدراسة

قد تفيد الدراسة الحالية كلا من:

- (1) الطلبة: توفير برنامج لتمرين التنفس يمكن أن يفيد في رفع كفاية التنفس عندهم مما قد يساعدهم في تطبيق مهارات التجويد. وقد تسهم هذه الدراسة في تعزيز ثقة متعلمي القرآن الكريم، ودفعهم نحو المزيد من الاهتمام بالربط بين عملية التنفس وقراءة القرآن الكريم.
- (2) المعلمون: توجيه أنظارهم إلى أهمية توظيف برامج تمارين التنفس في تدريس مهارات التجويد عند تعليم القرآن الكريم.
- (3) المشرفون: قد تسهم في الجهود المبذولة لتطوير تعليم قراءة القرآن الكريم، من خلال الكشف عن واقع استخدام برنامج لتمرين التنفس في قراءة القرآن الكريم.
- (4) مطورو المناهج: إمكانية الاستفادة من تحضير البرنامج الذي أعده الباحث في هذه الدراسة في مجال إعداد البرامج التعليمية المشابهة في تعليم قراءة القرآن الكريم.
- (5) الباحثون: حيث تفتح هذه الدراسة مجالات بحثية جديدة أمام الباحثين، لإجراء دراسات مماثلة في مراحل تعليمية مختلفة، والإفادة من

الإطار النظري والدراسات السابقة

يتناول الإطار النظري تعريف التجويد ومهاراته الثلاث، والدراسات التي تسعى لتطوير مهارات التجويد، والآثار التربوية لتدريبات التنفس، وأهمية التنفس أثناء القراءة الجهرية.

التجويد

تناول تعريف علماء التجويد تعريف التجويد في كتبهم وأبحاثهم، حيث عرّف (الحذيفي وآخرون، 2012، ص 14) التجويد بأنه "إخراج كل حرف من مخرجه، وإعطائه حقه ومستحقه. وحقه الصفات اللازمة الثابتة التي لا تنفك عنه في جميع الأحوال، ومستحقه هي الصفات التي تعرض له في بعض الأحوال، وتنفك عنه في البعض الآخر، والأحكام الناشئة عن تلك الصفات". وعرفه شكري وآخرين، (2023، ص 9) بأنه: إعطاء كل حرف حقه ومستحقه مخرجاً وصفة وفقاً وابتداءً من غير تكلف ولا تعسف". وعرفه الجمل (2014، ص 9) بأنه علم يبحث في ألفاظ القرآن الكريم من حيث إخراج كل حرف من مخرجه، وإعطائه حقه ومستحقه من الصفات، والوقف والابتداء. وبالتالي يمكن تعريفه بأنه العلم الذي يبحث في كفيات نطق الحروف، والعناية بمخارجها وصفاتها وما يعرض لها من أحكام وما يتعلق بذلك وفقاً وابتداء، ووصلاً وقطعاً. وبناء على هذه التعريفات فإنه يمكننا إرجاع مهارات التجويد الأساسية إلى ثلاث مهارات، على النحو الآتي:

أولاً، المخرج: وهو الموضع أو الحيز الذي ينشأ منه الحرف، أو هو موضع ظهور الحرف وتمييزه عن غيره (الداني، 2016، ص 104). وأشار (شكري وآخرون، 2023، ص 41) إلى أن المكان الذي يخرج منه الحرف إما أن يكون محققاً؛ أي معتمد على جزء معين من أجزاء الحلق أو اللسان أو الشفتين. أو مقدراً؛ أي واسع لا يمكن تحديده بدقة. ودراسة المخرج قد لقيت حظاً وافراً من الرعاية عند علماء التجويد بدءاً

بتعريف المخرج وتحديده، ثم ذكر عدد المخارج الأساسية والفرعية، وبيان الخلاف فيما بين علماء التجويد واللغويين، ثم بيان كيفية إخراج الحروف. والعناية في المخرج من قبل علماء التجويد لأن بها تعرف ماهية الحرف وتتحدد ذاته وشكله، وبه تعرف أوضاع أعضاء النطق المختلفة عند النطق به (الطويل، 2001).

ثانياً، الصفات: وهي الكيفية التي تعرض للحرف عند النطق به وتمييزه عن غيره (السحيمات وآخرون، 2020، ص 133). وصفات الحروف ليست أمراً مُستقلاً عن الحروف، بل هي جزء منه، ولا يتم خروج الحرف بحالته الصحيحة ما لم يكن متصفاً بجميع صفاته اللازمة له. وأشار الطويل (2001) إلى أن المخرج يبين ماهية الحرف، والصفة تبين هيئته. وإن الصفات هي التي تميز الحروف بعضها عن بعض، ويعرف بها الحرف القوي من الضعيف، وبها يحسن لفظ الحروف المختلفة المخرج.

ثالثاً، الوقف والابتداء: ويعرف الوقف بأنه قطع الصوت عن آخر الكلمة القرآنية زمناً يسيراً، يتنفس فيه عادة بنية استئناف القراءة (السحيمات وآخرون، 2020، ص 218). وأشار الطويل (2001) إلى أنه يستفاد من الوقف إيضاح المعاني للسامع والقارئ. وأما الابتداء: هو الشروع في القراءة سواء كان بعد قطع وانصرافٍ عنها أو بعد وقف (الشيباني، 2018). ويكون الوقف على رؤوس الآيات وأوسطها، ولا يكون في وسط الكلمة ولا فيما اتصل رسماً (الحصري، 2009، ص 251). ويمكن القول إن علم الوقف والابتداء يعتمد على أربعة أركان هي: أين يوقف؟ ويقابله: من أين يبدأ؟ كيف يوقف على الكلمة؟ ويقابله: كيف يبدأ بها.

الدراسات التي تسعى لتطوير مهارات التجويد

تنوعت الدراسات التي سعت إلى تطوير مهارات التجويد فمنها ما اعتمد على البرامج التدريبية، ومنها ما اعتمد على الأدوات التقنية، ومنها ما اعتمد على

تنمية مهارات التجويد لدى طلبة الصف الخامس. وكذلك دراسة السراء والحسن (2019) التي أظهرت أثر استخدام استراتيجية الصف المقلوب في إتقان مهارات التجويد لدى طلبة الصف الثالث الثانوي. وأما دراسة آل سيف (2018) فقد أكدت على أن استراتيجية التعلم التعاوني "STAD" كان لها أثر على إتقان التجويد لدى طلبة الصف الثاني الأساسي. وكذلك أشارت دراسة (المحمادي، 2018) إلى فاعلية استراتيجية التعلم الإتيقاني على تنمية مهارات التجويد لدى الطلبة.

وهناك عدة دراسات استخدمت تكنولوجيا التعليم لتطوير مهارات التجويد، ومنها دراسة السندي والعززي (2022) الذي أظهرت الأثر الإيجابي لاستخدام مصحف عين التعليمي الإلكتروني في تنمية مهارة التجويد لدى طلبة المرحلة الابتدائية. وكذلك دراسة السلي (2020) التي أظهرت فاعلية استخدام المصحف الناطق في تدريس قراءة القرآن الكريم. ودراسة السلي (2020) التي أظهرت فاعلية الأنماط المختلفة لمقاطع الفيديو عبر الصفوف المقلوبة في تنمية مهارات التجويد. كما وأشارت دراسة ممدوح والفيضي (2020) إلى وجود أثر لاستخدام التقنيات الحديثة القائمة على النظرية الاتصالية لتنمية مهارات تلاوة القرآن الكريم لدى الطلبة. وأظهرت دراسة الشهري (2018) فاعلية استخدام الرحلات المعرفية عبر الويب في تنمية بعض مهارات التجويد لطلبة مدارس تحفيظ القرآن الكريم. وأما دراسة أبو شريح والجرايدة (2017) فقد أظهرت النتائج الإيجابية لاستخدام الوسائط المتعددة في تعلم أحكام التجويد لدى طلبة المراكز القرآنية الصيفية. ودراسة الظفيري وسالم (2017) التي أظهرت أثر استخدام التلميحات التلويينية في تنمية مهارات التجويد عند طلبة الصف الخامس.

استراتيجيات التدريس، ومنها من قام بالتركيز على المهارات الأساسية لتعلم القرآن الكريم والتي بتطويرها يتم تطوير قراءة القرآن الكريم، وغير ذلك. فمن الدراسات التي ركزت على تطوير برامج متخصصة لتطوير مهارات التجويد عند المتعلمين دراسة الصنعاوي (2022) التي توصلت إلى وجود أثر على قراءة القرآن الكريم عند تطبيق برنامج تدريسي قائم على نموذج التعلم التولييدي على طلبة المرحلة الثانوية. ودراسة محمد (2020) التي أظهرت أثر البرنامج القائم على المدخل الوظيفي في تنمية مهارات القراءة الشفوية للقرآن الكريم. ودراسة كل من (المرواني واليوسف، 2019) التي توصلتا إلى فاعلية طريقة القاعدة النورانية في تنمية مهارة النطق أثناء تلاوة القرآن الكريم. ومنها دراسة محمد (2018) التي أظهرت دور التحفيز في تنمية مهارات تجويد القرآن الكريم لدى طالبات المرحلة الابتدائية. وهذا أيضا ما أظهرته دراسة المزاودة (2017) التي توصلت إلى أن البرنامج التعليمي الذي يهدف إلى تطوير مهارات الاستماع وتوظيفها في تلاوة القرآن الكريم أدى إلى تنمية قدرة طلبة المرحلة الأساسية على التجويد.

وهناك عدة دراسات استخدمت إستراتيجيات التدريس لتطوير مهارات التجويد، ومنها دراسة علام (2022) التي أظهرت أن مهارات التجويد قد تحسنت عند طلبة الجامعة نتيجة استخدام استراتيجية مثلث الاستماع. ودراسة درويش وآخرون (2020) التي أظهرت أثر إستراتيجية النمذجة المدعومة ببعض الوسائط في تنمية مهارات التلاوة لدى طلبة المرحلة الابتدائية. وأما دراسة السهيبي والغامدي (2019) فقد أكدت على أثر طريقة الكرسي الساخن على تنمية مهارات التجويد لطلبة الصف الأول المتوسط. ودراسة الزهراني (2019) التي أظهرت التأثير الإيجابي للاستراتيجية القائمة على علم الصوتيات الحديثة في

الأثار التربوية لتدريبات التنفس

إن تمارين التنفس لها تأثيرات إيجابية على الجسم والدماغ والحالة النفسية للمتعلم. فقد أشارت جمعية الرئة الأمريكية (American Lung Association (ALA), 2023 إلى أن ممارسة تمارين التنفس بانتظام، تساعد على تخليص الرئتين من الهواء المتراكم، وزيادة مستويات الأكسجين في الجسم، وإعادة الحجاب الحاجز إلى وظيفته في المساعدة على التنفس. وإلى أن التدريب المنتظم يؤدي إلى تطوير الاستجابات الفسيولوجية لأنها تؤدي إلى زيادة حجم الخلية وخلايا الدم الحمراء وزيادة الهيموجلوبين مما يحسن القدرة على التحمل الهوائي واللاهوائي. وهذا بالتالي يؤدي إلى تحسين الأداء في اختبار اليقظة دون زيادة في ضغط الدم وإلى تحسين الوعي الذهني ويكون الإجهاد العقلي أقل والحالة العقلية أفضل (Telles et al., 2017

وأشارت دراسة كل من (Mitsea et al., 2022; Mo et al., 2021) إلى فعالية تمارين التنفس في عمل تحسينات فورية وطويلة الأمد في عملية الانتباه الداخلي والخارجي وذلك بسبب تحسين إمدادات الأكسجين للدماغ. وأكدت الدراسة على ضرورة دمج تدريب التنفس في التعليم كطريقة لإعادة توصيلات الدماغ لضمان دمج أفضل وإنجاز أكاديمي أعلى. كما وتشير دراسة شافيز وآخرون (Chavez et al., 2022) إلى أن تمرين التنفس يحسن بعض القدرات الخلوية والعصبية ويمكن أن يؤدي ذلك إلى تغييرات حقيقية في المهام الإدراكية لدى البالغين. في حين أن دراسة دول وآخرون (Dol, at el., 2016) أظهرت التأثيرات الإيجابية لتمارين التنفس على الانتباه إلى التنفس الإيجابية لتمارين التنفس على الانتباه إلى التنفس Attention-to-Breath (ATB) كممارسة أساسية للوعي الذهني على المشاعر السلبية، وذلك ناتج عن تعديل نشاط اللوزة الدماغية والجمهية.

لقد أثبتت دراسة جيراث وآخرون (Jerath et al., 2015) أهمية تدريبات التنفس في إبطال التأثيرات الضارة للتوتر والقلق والعواطف السلبية وبعض الاضطرابات العاطفية.

أهمية التنفس أثناء القراءة الجهرية

تتصف ميكانيكية التنفس بأنها عبارة عن حركة التنفس التي تساهم في الاستجابات الفسيولوجية وتعتمد على عمليتي الشهيق والزفير لتنظيم عملية التنفس أثناء القراءة. ويتم ضبط التنفس أثناء القراءة بأن يأخذ الطالب النفس الطبيعي في الوقت المناسب، وفي المكان المناسب أثناء عملية القراءة، مراعيًا طول نفسه مع تحديد مواضع الوقف لالتقاط النفس في راحة دون معاناة (الصالح، 1986). وذلك حتى لا تظهر علامات الإجهاد والارتباك على القارئ.

وتعتبر فترات التوقف من أجل التنفس ضرورية في الكلام والقراءة الجهرية، من أجل مطابقة بناء الجملة للنص، ويجب على القارئ التخطيط بعناية من أجل التنفس أثناء القراءة، وذلك لتلبية المتطلبات الفسيولوجية والنحوية بشكل فعال (Godde et al., 2020). كما أن التوقف من أجل التنفس أثناء القراءة يساعد على مطابقة بناء الجمل مع معناها بشكل فعال، ويساعد كذلك على فهم المعنى، ويكشف عن العبء المعرفي للقارئ (Molomer et al., 2015). وإنه يساعد على تحقيق التوازن الفعال بين المتطلبات الفسيولوجية واللغوية (Wlodarczak and Heldner, 2017).

كما أن هناك ما يشير إلى وجود علاقة بين إخراج الحروف من مخارجها الصحيحة، ووضوح الصوت، وتحديد الفكرة الرئيسية في النص، وبين ضبط التنفس (الشبل، 2010).

- منهجية الدراسة وإجراءاتها
- منهج الدراسة
- للتحقق من اختبار فرضيات الدراسة، تم اختيار المنهج التجريبي ذو التصميم شبه التجريبي المعتمد على مجموعتين غير متكافئتين ذات اختبار قبلي وبعدي، وهذا النوع هو الذي يتناسب مع غياب التعيين العشوائي كعنصر أساسي للضبط الاختبار القبلي من خلال التصميم وتحقيق التكافؤ بين المجموعة التجريبية والضابطة. ولدراسة أثر المتغير المستقل وهو برنامج تمارين التنفس، والمتغير التابع وهو مهارات التجويد (المخرج، الصفات، الوقف والابتداء).
- أفراد الدراسة
- هذا وقد تم اختيار أفراد الدراسة من طالبات المراكز القرآنية التابعة لوزارة الأوقاف الأردنية في محافظة العاصمة عمان، وتم اختيار أفراد الدراسة من الطالبات دون الطلبة الذكور، بسبب توافر الأعداد المطلوبة للدراسة في مراكز تعليم القرآن الكريم الخاصة بالطالبات مقارنة مع أعداد الطلبة في المراكز الخاصة بالذكور.
- وتم اختيار هذه المراكز بالطريقة القصدية للأسباب الآتية:
- توفر عددا كبيرا من طالبات القرآن الكريم في هذه المراكز القرآنية لإجراء الدراسة.
 - توفر معلمات مؤهلات ومن ذوات الخبرة في هذه المراكز.
- تكافؤ البيئة المادية والنفسية والجغرافية بين هذه المراكز؛ حيث إنها في نفس المنطقة الجغرافية وتعمل بنفس النظام.
- إبداء إدارات هذه المراكز استعدادها للتعاون مع الباحث في هذه الدراسة.
- وبلغ مجموع الطالبات المشاركات في البحث (51) طالبة تم توزيعهن بالطريقة العشوائية على المجموعة التجريبية وعددهن (26) طالبة، والمجموعة الضابطة (25) طالبة.
- خصائص العينة: تم التأكد من تكافؤ المجموعات في عدد من المتغيرات منها:
- معدل التنفس، وتم ضبط هذا المتغير المهم في الدراسة عن طريق حساب عدد المرات التي يرتفع فيها الصدر أو البطن على مدار دقيقة واحدة، والذي يجب أن يتراوح ما بين 12 - 16 نفساً في الدقيقة لهذه الفئة العمرية، وقد تم استبعاد حالتين، كان معدل التنفس عندهم أقل من 12 نفس/ الدقيقة، وذلك بعد التأكد من وجود تاريخ مرضي لهن متعلق بالجهاز التنفسي (الربو).
 - مستوى مهارات التجويد القبلي، وتم ضبط هذا المتغير من خلال تحليل نتائج درجات الطالبات على الاختبار القبلي بواسطة تحليل التباين المتعدد لجميع مهارات التجويد، والذي أظهر أن الفروق بين المتوسطات على الاختبار ككل أو على المهارات الثلاث للتجويد غير دالة إحصائياً، بمعنى أن المجموعتين متكافئتان. انظر جدول (1):

جدول (1)

نتائج تحليل التباين المتعدد للفروق بين المتوسطات الحسابية على الاختبار القبلي

المصادر	المتغيرات التابعة	مجموع المربعات	درجات الحرية	مربع المتوسطات	ف	الدلالة
المجموعات	الاختبار القبلي	261.59	1	261.59	.756	.387
	المخارج	183.08	1	183.08	2.593	.111
	الصفات	7.54	1	7.55	.210	.648
	الوقف والإبتداء	29.04	1	29.04	.631	.429

تحديد زمن تنفيذ البرنامج: تم تحديد الوقت المخصص لتنفيذ البرنامج وفق الجدول الزمني، انظر جدول (2)

الجدول (2)

التوزيع الزمني لمحتويات البرنامج التدريب على التنفس

الخطوة	الزمن	
	الأسابيع	الوحدات
التنفس الصحيح	1	5
تنظيم التنفس	1	5
كتم النفس	2	10
إخراج النفس	2	10
التطبيق على القرآن	2	10
المجموع	8	40

محتوى البرنامج: يعتمد البرنامج على التدريب على مهارات فرعية متسلسلة على النحو الآتي:
أولاً، التنفس الصحيح

- الجلوس باستقامة الظهر ورفع الصدر والذقن للأعلى.

- إرخاء الكتفين والعنق بحيث يشعر الطالب بالراحة.

- التدرب على أخذ النفس من الفم والأنف (النفس يجب أن يأخذ من الأنف للتنفية، والدفء، ولكن لقارئ القرآن الكريم يفضل من الأنف والفم وذلك لتقصير زمن أخذ النفس).

- التدرب على وضع النفس في الرئتين وليس في الفم ويظهر ذلك من خلال رؤية الانتفاخ في البطن كالبالون (عمق التنفس وبالعوض يطلق عليه تنفس البطن depth of respiration).

ثانياً، تنظيم النفس

- التدرب على تنظيم التنفس (4 - 2 - 4) (يعني أخذ النفس في أربع عدّات، وكتم التنفس عدتين

تصميم المادة التعليمية التدريبية

تم تصميم المادة التعليمية التدريبية التي سوف يستخدمها الباحث لتطوير مهارة التنفس عند الطلبة والمتمثلة ببرنامج تدريبات التنفس. وحتى تؤتي عملية تحسين نمط التنفس نتائجها الإيجابية فإن ذلك يحتاج إلى تعديل عناصر متعددة، منها: (أ) معدل التنفس، (ب) عمق التنفس، (ج) معدل أو سرعة تدفق الهواء، (د) التوقيت (مرحلة الشهيق والزفير، والمدة، والتوقف)، (هـ) إيقاع التنفس، (و) منطقة الحركة الأساسية (الصدر العلوي أو السفلي، والبطن). قد تكون هناك حاجة إلى تعديلات فردية أو متعددة للحصول على التأثير المطلوب على أساس كل حالة على حدة (Sankar & Das, 2018). وبناء على ذلك تم بناء برنامج تمارين التنفس وفق الخطوات الآتية:

مصادر بناء البرنامج: البحوث والدراسات السابقة، والاتجاهات الحديثة في تطوير مهارة التنفس، وخصائص بناء البرامج التعليمية الحديثة.

هدف البرنامج: يهدف هذا البرنامج إلى تنمية مهارة تنظيم التنفس عند قراءة القرآن الكريم عند طلبة المراكز القرآنية لتحسين قدرة الطلبة في مهارات التجويد نتيجة لذلك.

الفئة المستهدفة من البرنامج: متعلمي القرآن الكريم من عمر (15-35).

أسس البرنامج: يقوم البرنامج على أسس علمية فسيولوجية تتمثل في مراعاة الجوانب الطبية في مجال التنفس، وتتم التدريبات فيه من خلال جلسات خاصة للتدريب، ويشترط فيه التهيئة النفسية للمتدرب.

المحكمون ملاحظات عديدة تتلخص في تعديل بعض الإجراءات وحذف بعضها، وقد تمت مناقشتهم في آرائهم وبناءً على نتائج المناقشة تم تعديل البرنامج، وخروجه بالصورة النهائية.

ثبات البرنامج: تم حساب ثبات البرنامج بقياس نقاط الاتفاق وعدم الاتفاق بين المحكمين على عناصر البرنامج، وحسبت نسبة الاتفاق بينهم باستخدام معادلة كوبر (Cooper). وبلغت نسبة الاتفاق المحسوبة (0.89)، مما يؤكد وجود اتفاق عالي نسبياً بين المحكمين على صلاحية البرنامج.

أدوات الدراسة

وللإجابة على أسئلة الدراسة قام الباحث ببناء بطاقة ملاحظة لقياس مهارات التجويد (المخارج، الصفات، الوقف والابتداء). وتم استخدام بطاقة الملاحظة؛ لأنها الأكثر مناسبة في مجال قياس مهارات القراءة الجهرية، وتم بناء الاختبار وفق الخطوات الآتية:

تحديد الهدف من بطاقة الملاحظة: والمتمثل في قياس مدى اكتساب طلبة المراكز القرآنية لمهارات التجويد الثلاث (المخارج، الصفات، الوقف والابتداء). والكشف عن فاعلية البرنامج التدريبي في تنمية مهارة التجويد عند طلبة المراكز القرآنية.

تحديد المهارات الفرعية للمهارات الأساسية الثلاث (المخارج، الصفات، الوقف والابتداء): وقد تم ذلك من خلال الدراسات والأبحاث (شكري وآخرون، 2023؛ السحيمات وآخرون، 2020؛ الشيباني، 2018؛ الحذيفي وآخرون، 2012؛ الحصري، 2009؛ الطويل، 2001)، وعشرات المراجع والكتب المتخصصة في علم التجويد، وآراء بعض الخبراء في تعليم القرآن الكريم وعلم القراءات. وتكونت القائمة الأولية من (35) مهارة فرعية، موزعة على المهارات الثلاث.

التأكد من صدق الاختبار: تم التأكد من صدق الاختبار بثلاث طرق هي: صدق المحتوى، وصدق

وإخراج النفس في أربع عدّات وذلك للتدرب على تعويد الرئة على أخذ الهواء بكمية الكبيرة) ثالثاً، تطويل النفس، ويتم ذلك من خلال القيام بثلاثة تمارين، وهي:

- التمرين الأول، كتم النفس (تمرين الكتم فائدته تعويد الرئة على العمل تحت ضغط):
- أخذ النفس لمدة (3 عدّات)
- كتم النفس لأطول فترة ممكنة وتسجيل الزمن.
- أخذ فترة راحة بعد كل محاولة تكون مساوية لفترة كتم النفس.
- تكرار التمرين عشر مرات في اليوم، وتسجيل الأرقام.
- التدرب على زيادة الرقم في كل يوم تدريبي.
- التمرين الثاني، إخراج النفس:
- إخراج النفس من الفم على شكل صوت.
- إخراج الهواء جميعه من الرئة.
- إخراج النفس ببطيء، وتسجيل الوقت.
- التدرب على زيادة الرقم في كل يوم.
- إخراج النفس ببطيء وفي نهاية خروج الهواء من الرئة البدء بالصراخ حتى ينكتم الصوت.
- التمرين الثالث، التطبيق على القرآن:
- أخذ الشهيق من الفم والأنف معا.
- فترة الاطمئنان، بأخذ نفس والثبات قليلاً.
- البدء بالقراءة لأطول عدد ممكن من كلمات القرآن.
- زيادة كمية المقروء بالتدريج.
- الضغط بعد انتهاء الهواء والقراءة.
- التدرب على مواضع مختلفة من القرآن الكريم.
- صدق البرنامج: بعد الانتهاء من تطوير البرنامج تم عرضه على ستة محكمين متخصصين في طب الصدرية والجهاز التنفسي، والطب الرياضي، ومعالج الجهاز التنفسي (RT) Respiratory Therapists، ومعلمين للقرآن الكريم من ذوي الخبرة والتأهيل؛ بهدف تقييم البرنامج وإخراج الصدق له، وقد أبدى

الباحث رصد أداء الطالبة وتطبيقها لأحكام التجويد، ومن ثم القيام بتقييم قراءات الطالبات من قبل ثلاثة أشخاص (الباحث، والمعلمة، وخبير في لجان الفحص التي تمنح إجازة القرآن الكريم)، وتم احتساب متوسط الدرجات التي سجلها المقيمون الثلاثة لكل فقرة لوحدها.

التجربة الاستطلاعية: بعد القيام بإعداد أدوات البحث وعرضها على المحكمين تم القيام بالتجربة الاستطلاعية، وطبقت التجربة على عينة استطلاعية ليست من عينة الدراسة، مكونة من (28) طالبة يدرسن في مركز قرآني قريب من هذه المراكز، واستمرت التجربة لمدة ثلاثة أسابيع بواقع أربع حصص في الأسبوع، والتي سعت إلى تحقيق الأهداف الآتية:

1. تدريب المعلمة التي ستقوم بتطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية على كيفية تنفيذ البرنامج.
2. تحديد السورة والآيات المناسبة للاختبار: وتم اختيار الآيات (1 - 17) من سورة الأحزاب، وهي مكونة من حوالي (33) سطرًا بحجم المصحف، و (291) كلمة؛ وتم اختيارها بسبب وجود آيات قصيرة وآيات طويلة لاختبار مهارات الوقف والابتداء، وهي من السور المقررة على الطلبة، والآيات التي فيها شاملة لجميع الأحكام التجويدية التي تتناولها الدراسة.
3. تقييم الأخطاء الموجودة عند تنفيذ البرنامج، وقد تم تعديلها.
4. صدق معاملة الصعوبة والتميز: تم تحليل استجابات المجموعة الاستطلاعية لحساب معاملات الصعوبة والتميز من أجل الحكم على الفقرات، انظر جدول (3)

المحكمين، والصدق الناتج عن معاملات السهولة والتميز:

• صدق المحتوى: تمتع الاختبار بصدق المحتوى نظراً للقيام بالإجراءات السابقة، وكل هذه الإجراءات توفر صدق المحتوى للاختبار.

• صدق المحكمين: تم عرض المهارات الفرعية على خمسة عشر محكمًا متخصصًا في أساليب تدريس التربية الإسلامية، وتعليم القرآن الكريم، والقياس والتقويم، وطلب منهم التأكد من: مناسبة البطاقة للهدف منها، مدى شمولية الفقرات للمهارات الثلاث، والتطابق بين المهارة الفرعية والمهارة الأساسية، والصحة العلمية واللغوية للمهارة الفرعية، ووضوحها، وفي ضوء ذلك حذفت خمس مهارات فرعية من المهارات الرئيسة الثلاث، وعدلت خمسة مهارات فرعية، ثم وضعت بطاقة الملاحظة بصورتها المعدلة، وقد استقر الاختبار على (30) فقرة، موزعة على مهارات التجويد الثلاث على النحو الآتي، مهارة المخارج (10) فقرات، ومهارة الصفات (10) فقرات، ومهارة الوقف والابتداء (10) فقرات.

تحديد القيمة الوزنية بالدرجات لكل فقرة: وذلك لأنها تختلف في أهميتها، وذلك على النحو الآتي: المخارج له (40) درجة توزع على الفقرات بالتساوي لكل فقرة (4) درجات، الصفات له (30) درجة توزع على الفقرات بالتساوي لكل فقرة (3) درجات، والوقف والابتداء له (30) درجة توزع على كل فقرة بالتساوي لكل فقرة (3) درجة.

تحديد آلية التصحيح: تم تسجيل قراءة كل طالبة لوحدها للآيات الكريمة - بعد أخذ موافقتها خطيًا - والمتمثلة في الآيات من (1 - 17) في ملف منفصل، وتخصيص بطاقة ملاحظة لكل طالبة ليسهل على

جدول (3)

معاملات الصعوبة والتمييز لفقرات بطاقة الملاحظة للعيينة الاستطلاعية

رقم الفقرة	مُعَامِلُ الصَّعُوبَةِ	مُعَامِلُ التَّمْيِيزِ	الحكم	رقم الفقرة	مُعَامِلُ الصَّعُوبَةِ	مُعَامِلُ التَّمْيِيزِ	الحكم
1	0.70	0.85	مقبولة	16	0.30	0.70	مقبولة
2	0.70	0.85	مقبولة	17	0.40	0.56	مقبولة
3	0.50	0.77	مقبولة	18	0.50	0.53	مقبولة
4	0.60	0.64	مقبولة	19	0.70	0.61	مقبولة
5	0.60	0.83	مقبولة	20	0.50	0.79	مقبولة
6	0.60	0.60	مقبولة	21	0.40	0.71	مقبولة
7	0.70	0.57	مقبولة	22	0.30	0.50	مقبولة
8	0.30	0.70	مقبولة	23	0.30	0.50	مقبولة
9	0.40	0.76	مقبولة	24	0.60	0.50	مقبولة
10	0.40	0.66	مقبولة	25	0.50	0.71	مقبولة
11	0.40	0.63	مقبولة	26	0.40	0.55	مقبولة
12	0.40	0.55	مقبولة	27	0.40	0.71	مقبولة
13	0.60	0.64	مقبولة	28	0.50	0.70	مقبولة
14	0.70	0.82	مقبولة	29	0.55	0.68	مقبولة
15	0.65	0.76	مقبولة	30	0.55	0.80	مقبولة

جدول (4)

قيم معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لبطاقة الملاحظة

الرقم	البعد	معامل الارتباط
1	مهارات المخارج	**0.777
2	مهارات الصفات	**0.782
3	مهارات الوقف والابتداء	**0.780
	بطاقة الملاحظة ككل	**0.810

** وجود دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$)

يتضح من جدول (4) أن قيم معاملات الارتباط لأبعاد بطاقة الملاحظة مع الدرجة الكلية تراوحت ما بين (0.77-0.81)، وهي قيم ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$) مما يعني وجود درجة عالية من الاتساق الداخلي لبطاقة الملاحظة. إعادة تطبيق الاختبار Test-Retest: وذلك بتقدير الثبات بإعادة الاختبار على العينة الاستطلاعية بعد أسبوعين من تاريخ التطبيق الأول وتم حساب معامل الثبات بين درجة المهارة ودرجة البعد الذي تنتهي إليه والدرجة الكلية لبطاقة الملاحظة، انظر الجدول (5)

وبناء على ما أشار إليه كلين (Kline, 2015) من أن معامل الصعوبة خارج الفئة (0.20-0.80)، ومعامل التمييز الذي يقل عن (0.30) يتم رفضه ويقبل ما هو أعلى من ذلك، فيلاحظ من جدول (3) إن معاملات صعوبة الفقرات تراوحت بين (0.30-0.70)، ومعاملات التمييز تراوحت بين (0.50-0.85). وبناء عليه فإن كل الفقرات كانت مقبولة.

5. تقدير معامل ثبات الاختبار: للتوصل إلى دلالات عن ثبات الاختبار قام الباحث بتقدير ثبات الاختبار بطريقتين: طريقة الاتساق الداخلي Internal Consistency: حيث طبق الاختبار على العينة الاستطلاعية، وجرى اشتقاق معاملات الثبات للاتساق الداخلي بدلالة إحصائيات الفقرات، باستخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson Product Moment Correlation). بين درجة المهارة ودرجة البعد الذي تنتهي إليه والدرجة الكلية لبطاقة الملاحظة، انظر الجدول (4)

جدول (5)

قيم معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية
لبطاقة الملاحظة

الرقم	البعد	معامل الارتباط
1	مهارات المخارج	**0.820
2	مهارات الصفات	**0.880
3	مهارات الوقف والابتداء	**0.890
	بطاقة الملاحظة ككل	**0.901

** وجود دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$)

يتضح من جدول (5) أن قيم معاملات الارتباط لأبعاد بطاقة الملاحظة مع الدرجة الكلية تراوحت ما بين (0.82-0.90)، وهي قيم ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$) مما يعني وجود درجة عالية من الاتساق الداخلي لبطاقة الملاحظة. وهذا يشير إلى درجة من الثبات مقبولة، مما يدعم الثقة باستخدام الاختبار لقياس اكتساب الطلبة للمفاهيم. ويظهر الملحق (أ) بطاقة الملاحظة بصورتها النهائية.

إجراءات الدراسة

قام الباحث في هذه الدراسة بالخطوات التالية:

1. الرجوع للأدب النظري والدراسات السابقة المتعلقة بالموضوع للاستفادة في صياغة مشكلة الدراسة.
2. تحديد مشكلة الدراسة
3. تحديد أفراد الدراسة.
4. تصميم أدوات الدراسة، واستخراج خصائصهما السيكومترية.
5. إجراء التجربة الاستطلاعية على العينة الاستطلاعية.
6. تطبيق الاختبار القبلي على الطالبات قبل البدء بالمعالجة وتصحيحه.
7. توزيع المتعلمين على المجموعة التجريبية والضابطة بشكل عشوائي.
8. البدء بتطبيق المعالجات على المجموعات التجريبية، وفق الجدول الزمني المشار إليه في الدراسة.
9. تطبيق الاختبار البعدي على الطالبات وتصحيحه.

10. إدخال البيانات إلى الحاسوب، وإجراء التحليلات الإحصائية المناسبة لتحقيق أغراض الدراسة من قبل الباحث.

المعالجة الإحصائية

وللإجابة على أسئلة الدراسة تم إدخال البيانات إلى الحاسوب، وتم استخدام برنامج التحليل الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS)، حيث تم ما يأتي:

- حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، لجميع النتائج.
- استخدام تحليل التباين المصاحب الأحادي (One way MANOVA) لفحص الفروق بين المتوسطات القبليّة، وتحليل التباين المشترك المصاحب الأحادي (one way MANCOVA) لفحص الفروق بين المتوسطات البعديّة.
- استخراج قيمة إيتا² (Eta^2): والتي تصفو لنا أهمية تأثير المعالجة، أو مدى مساهمة المتغير المستقل في التباين في المتغير التابع، حيث أشار (Stevens, 1996) إلى اعتبار قيمة مربع إيتا كقيمة صغيرة إذا كانت تساوي (0.01) وكقيمة متوسطة إذا كانت تساوي (0.06) وكقيمة كبيرة إذا كانت تساوي (0.14).

نتائج الدراسة ومناقشتها

وللتحقق من فرضية الدراسة التي تنص على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات الدرجات الكلية ودرجات المهارات الفرعية للتجويد (المخارج، والصفات، والوقف والابتداء) عند طالبات المراكز القرآنية على بطاقة الملاحظة تعزى لبرنامج تمارين التنفس". تم إستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات عينة الدراسة على اختبار مهارات التجويد البعدي للمجموعة التجريبية والضابطة في الدراسة تبعاً لمتغير برنامج تمارين التنفس، وذلك كما هو مبين في الجدول (6):

جدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على اختبار مهارات التجويد البعدي

الانحراف المعياري	المتوسطات	العدد		
15.26	66.96	25	الضابطة	الاختبار البعدي
6.85	79.65	26	التجريبية	
13.52	73.04	51	المجموع	
5.48	26.64	25	الضابطة	المخارج
4.57	30.50	26	التجريبية	
5.40	28.49	51	المجموع	
5.89	20.08	25	الضابطة	الصفات
3.34	24.28	26	التجريبية	
5.26	22.09	51	المجموع	
6.11	20.24	25	الضابطة	الوقف والإبتداء
3.25	24.87	26	التجريبية	
5.45	22.46	51	المجموع	

تم تحليل النتائج باستخدام تحليل التباين المصاحب الأحادي المتعدد (One way MNCOVA) لقياس الاختبار البعدي لاختبار مهارة التجويد ككل والمهارات الفرعية الثلاث وفقاً لاستخدام برنامج تمارين التنفس بعد تحييد أثر القياس القبلي لديهم، والجدول (7) يبين نتائج هذا التحليل

ويتضح من الجدول (6) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لدرجات الطالبات في اختبار مهارات التجويد ككل وفي المهارات الفرعية الثلاث أيضاً، ولمعرفة فيما إذا كانت هذه الفروق الظاهرية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)

جدول (7)

نتائج تحليل التباين المصاحب المتعدد للفروق بين المتوسطات الحسابية على الاختبار

مربع إيتا	الدلالة	ف	مربع المتوسطات	درجات الحرية	مجموع المربعات	المتغيرات التابعة	المصادر
.22	.000	26.85	3859.48	1	3859.48	القبلي	المجموعات
.13	.000	13.91	356.97	1	356.97	المخارج	
.16	.000	18.06	423.15	1	423.15	الصفات	
.18	.000	20.9	513.50	1	513.50	الوقف	

كما يتضح من الجدول (7) أن حجم أثر البرنامج كان كبيراً، فقد فسرت قيمة مربع إيتا (η^2) ما نسبته (0.22) من التباين المفسر (المتنبأ به) في المتغير التابع وهو اختبار مهارات التجويد ككل، وما نسبته (0.13) من مهارة المخارج، وما نسبته (0.16) من مهارة الصفات، وما نسبته (0.18) من مهارة الوقف والابتداء، وهي جميعها قيم متوسطة. ويمكن إرجاع الأسباب التي أدت إلى هذه النتيجة إلى عدة أمور منها: ما أحدثه البرنامج التدريبي من تعديل

يظهر من الجدول (7) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) وفقاً لأثر البرنامج التدريبي في مهارة التجويد الكلية وفي جميع المهارات الفرعية الثلاث، وبالتالي يتم رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة التي تؤكد على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) ولصالح المجموعة التجريبية التي تلقت برنامج تمارين التنفس كما هو واضح في جدول (6)

مهارات التجويد، ومنها دراسة كل من: (الصنعاوي، 2022؛ محمد، 2020؛ المرواني المزودة، 2017؛ واليوسف، 2019).

التوصيات

وفي ضوء النتائج التي توصلت لها الدراسة فإن الباحث يوصي بما يأتي:

1. تشجيع المعلمين على استخدام برنامج تمارين التنفس في تعليم القرآن الكريم.
2. ضرورة تضمين برنامج تمارين التنفس في كتب تعليم القرآن الكريم.
3. عمل دورات تدريبية للمعلمين لتدريبهم على كيفية استخدام هذا البرنامج.
4. تدريب طلبة مراكز القرآن الكريم على برنامج تدريبات التنفس المضمن في الدراسة.

المقترحات

على الصعيد البحثي يقترح الباحث إجراء الآتي:

1. إجراء المزيد من الدراسات التي تقيس مستويات قراءة القرآن الكريم لدى الطلبة.
2. دراسة أثر البرنامج مع متغيرات أخرى (مثل، الجنس، العمر، المستوى الفني للمتعلم).
3. دراسة قياس أثر البرنامج على مهارات أخرى في تعليم القرآن الكريم مثل مهارة الفهم، والتدبر.



المراجع العربية

أبو شريح، شاهر؛ الجرايدة، يوسف. (2017). أثر استخدام الوسائط المتعددة التفاعلية في تعلم أحكام التلاوة والمتقدمة لدى طلبة المراكز الصيفية بمحافظة جرش واتجاهاتهم نحوه. *المجلة الفلسطينية للتعليم المفتوح*، 6(11)، 99-114.

الجمال، عبد الرحمن. (2014). *المغني في علم التجويد*. مكتبة سمير منصور.

الحديفي، علي؛ رضوان، عبدالرافع؛ حوية، محمد؛ حيدر، حازم؛ الأمين، محمد. (2012). *كتاب التجويد الميسر* (ط 2). مجمع الملك فهد لطباعة المصحف الشريف.

الحصري، محمود. (2009). *أحكام قراءة القرآن الكريم*. دار ابن الهيثم.

الأخطاء التي كانت تمارس عند الطالبات خلال التنفس أثناء القراءة وبالذات في مجال تنظيم التنفس، وهذا ما تمت ملاحظته أثناء التدريب على البرنامج حيث لوحظ الأسلوب الخاطئ الذي يمارس من قبل الطالبات في أخذ التنفس وإخراجه، وهو ما أشارت له دراسة رجب (2002) من أن هذه الأخطاء موجودة حتى عند كبار القراء المشهورين. وأيضا يمكن إرجاع النتيجة إلى تحسن الدقة في التنفس وحسن التخطيط له، والتي توافرت نتيجة البرنامج التدريبي عند الطالبات وهو ما أشارت له دراسة (Godde et al., 2022؛ الصالح، 1986) من أن لها أثرا في تحسين مهارات التجويد. وأيضا ما حدث خلال التدريب على البرنامج من تحسن في إدراك الطالبات للمهام المطلوبة منهم والتي سببت تنظيم هذا البرنامج وبالتالي انعكس ذلك على المهام الإدراكية لديهم، وهو ما أشارت إليه دراسة (Chavez et al., 2022) من حيث ملاحظة التحسن في المهام الإدراكية كنتيجة للتعرض لتدريبات التنفس. والتحسين الملحوظ في مهارات التجويد الفرعية كذلك كان نتيجة العلاقة بينها وكلها مرتبطة بالتنفس، كما أشارت دراسة الشبل (2010) من أن هناك علاقة بين المخارج والصفات وضبط التنفس.

وقد يعود ذلك أيضا إلى التأثيرات الإيجابية التي يمكن أنها حدثت على الجوانب الفسيولوجية للتنفس كما أشارت له جمعية الرئة الأمريكية (2023). هذا بالإضافة إلى الأثر النفسي نتيجة إدخال عنصر جديد في التدريب على مهارات التجويد وهو البرنامج التدريبي، وهو ما أشارت إليه دراسة محمد (2018) من الدور الكبير للدافعية على نتائج تحصيل الطالبات في مهارات التجويد. ومراعاة البرنامج لتنمية عدة جوانب من التنفس (التنفس الصحيح، وتنظيمه، وكيفية كتمه، وكيفية إخراجه، والتطبيق العملي له على القرآن الكريم) وهذا ساعد على أن يؤتي البرنامج نتائجه، وفق ما أشار إليه (Sankar & Das, 2018). وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج عدد من الدراسات التي أظهرت فاعلية البرامج التدريبية المختلفة في تنمية

- الداني، عثمان. (2016). *التحديد في الإتقان والتجويد*. جمعية المحافظة على القرآن الكريم.
- درويش، فاطمة؛ عامر، عبد الوهاب؛ حسن، عمران. (2020). استخدام إستراتيجية النمذجة المدعومة ببعض الوسائط في تنمية مهارات التلاوة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. *المجلة التربوية لتعليم الكبار- جامعة أسيوط*، 2(2)، 156-173.
- رجب، مصطفى. (2002). قضية للمناقشة: أخطاء كبيرة في تلاوات قرآنية شهيرة. *الثقافة والتنمية-مصر*، 8(23)، 209-215.
- الزهراني، عبدالقادر. (2019). استراتيجية مقترحة قائمة على علم الصوتيات الحديثة لتنمية التجويد لدى طلاب الصف الخامس الابتدائي. *المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية - مصر*، 33، 212-287.
- السحيمات، حاتم؛ القضاة، إياد؛ أبو صلاح، عبدالرحمن؛ ضمرة، توفيق؛ عبدالرزاق، إبراهيم. (2020). *منهاج المدارس لتزيتل الكتاب المبين للمستويات الثلاثة*. وزارة الأوقاف والشؤون والمقدسات الإسلامية.
- السراء، عبدالملك؛ الحسن، رياض. (2019). أثر استخدام استراتيجية الفصل المقلوب في إتقان مهارة التجويد لدى طلاب الصف الثالث الثانوي. *مجلة العلوم التربوية - جامعة الأمير سطام بن عبدالعزيز*، 4(1)، 41-63.
- السلخي، محمود. (2020). فاعلية استخدام المصحف الناطق في تدريس أحكام التجويد المقررة لطلبة الصف الخامس الأساسي. *المجلة التربوية - جامعة الكويت*، 34(134)، 256-297.
- السندي، سامي؛ العززي، عيد. (2022). أثر استخدام مصحف عين التعليمي في تنمية مهارات تلاوة القرآن الكريم لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. *مجلة العلوم التربوية- جامعة الأمير سطام بن عبدالعزيز*، 9(1)، 389-422.
- آل سيف، عادل. (2018). أثر استخدام استراتيجية التعلم التعاوني "STAD" على إتقان التلاوة لدى طلاب الصف الثاني الابتدائي. *مجلة كلية التربية - جامعة أسيوط*، 34(1)، 556-583.
- السهيبي، سعد؛ الغامدي، عادل. (2019). أثر طريقة الكرسي الساخن على تنمية مهارات التجويد لدى طلاب الصف الأول المتوسط. *مجلة كلية التربية - جامعة بورسعيد*، 25، 967-989.
- الشبل، صالح. (2010). *مدى تمكن طلاب الصف الأول المتوسط في مدارس التعليم العام وفي مدارس تحفيظ القرآن الكريم من مهارات القراءة الهجرية* [رسالة
- ماجستير. المناهج وطرق التدريس]. جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. كلية العلوم الاجتماعية.
- السلهي، ناصر. (2020). فاعلية الأنماط المختلفة لمقاطع الفيديو عبر الفصول المقلوبة في تنمية مهارات التجويد لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. *مجلة العلوم التربوية والنفسية - المركز القومي للبحوث - غزة*، 4(39)، 131-147.
- شكري، أحمد؛ المجالي، محمد؛ القضاة، أحمد؛ سليمان، محمد؛ القضاة، محمد؛ حماد، عمر؛ أبو غليون، عبدالرحمن؛ الجيوسي، علي؛ الشمالي، مأمون. (2023). *المنبر في أحكام التجويد (ط 50)*. جمعية المحافظة على القرآن الكريم.
- الشهري، عبدالعزيز. (2018). فاعلية استخدام الرحلات المعرفية عبر الويب في تنمية بعض مهارات تلاوة القرآن الكريم لدى طلاب المرحلة المتوسطة بمدارس تحفيظ القرآن الكريم في محافظة النماص. *المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية - مصر*، 12، 186-222.
- الشيبياني، وليد. (2018). الوقف والابتداء في القرآن الكريم. *مجلة كلية التربية- جامعة أسيوط*، 69(1)، 384-417.
- الصالح، فخري. (1986). *اللغة العربية أداء ونطقاً وإملاء وكتابة (ط 2)*. الوفاء للطباعة والنشر.
- الصنعاوي، عبدالله. (2022). تنمية مهارتي التحليل التجويدي والقراءة الموجودة للقرآن الكريم باستخدام برنامج تدريسي قائم على نموذج التعلم التوليدي لدى طلاب المرحلة الثانوية. *مجلة كلية التربية - جامعة أسيوط*، 38(4)، 207-230.
- الطويل، أحمد. (2001). *فن التزيتل وعلومه*. مجمع الملك فهد لطباعة المصحف الشريف.
- الظفيري، مشعل؛ سالم، محمد. (2017). اثر استخدام التلميحات التلوينية في تدريس مادة التجويد على التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي. *المجلة الدولية التربوية المتخصصة - الأردن*، 6(1)، 349-365.
- عثمان، حسني. (2004). *حق التلاوة*. دار جبهة للنشر والتوزيع.
- علام، صابر. (2022). استخدام استراتيجية مثلث الإستماع في تنمية مهارات التلاوة لدى طلاب شعبة اللغة العربية والدراسات الإسلامية بكلية التربية. *مجلة كلية التربية- جامعة أسيوط*، 38(8)، 1-60.
- المحمادي، هاني. (2018). *فاعلية استراتيجية التعليم الإتيقاني في تنمية مهارات التلاوة والتجويد لدى طلاب الصف السادس الإتيقاني بمنطقة مكة المكرمة* [رسالة ماجستير

- pupils, (in Arabic). *International Journal of Specialized Education - Jordan*, 6(1), 349-365.
- Al-Hudhaifi, A; Radwan, A; Hawiyah, M; Haider, H; Al-Amin, M. (2012). *Kitab altajwūd Almuṣar* (2nd ed). King Fahd Complex for the Printing of the Noble Qur'an.
- Al-Husri, M. (2009). *Ḥkam Qira't Alquran Alkarim*. Dar Ibn Al-Haytham.
- Al-Jamal, A. (2014). *Almughnī fī ilim altajwūd..* Samir Mansour Library.
- Allam, S. (2022). Using the listening triangle strategy in developing recitation skills among students of the Department of Arabic Language and Islamic Studies at the College of Education, (in Arabic). *Journal of the Faculty of Education - Assiut University*, 38(8), 1-60.
- Al-Mahamadi, H. (2018). *The effectiveness of the mastery education strategy in developing recitation and recitation skills among sixth grade students in Makkah Al-Mukarramah region* (in Arabic) [unpublished master's theses]. Department of Curriculum and Teaching Methods, College of Education, University of Jeddah.
- Al-Marwani, F; Al-Yousef, Y. (2019). Attitudes of teachers of Islamic education towards the application of the Al-Qaida Al-Nouraniyah program in addressing the errors of recitation and memorization of the Noble Qur'an among middle school students in Al-Ula Governorate, (in Arabic). *Journal of the Faculty of Education - Assiut University*, 35 (8), 229-264. DOI: 10.21608/MFES.2019.103087
- Al-Matroudi, K. (2011). Training needs in the teaching aspect of the teacher of the Holy Quran in the secondary stage in Riyadh, (in Arabic). *King Saud University Journal - Educational Sciences and Islamic Studies*, 23(2) 317-372.
- Al-Salakhi, M. (2020). The effectiveness of using the speaking Qur'an in teaching the rules of intonation prescribed for fifth grade students, (in Arabic). *Educational Journal - Kuwait University*, 34 (134), 256-297.
- Al-Saleh, F. (1986). *Allugh Al'rabī 'daā aw nuṭq aw 'emlaa' aw Kitabah* (2nd edition). Al-Wafaa for printing and publishing.
- Al-Sanaawi, A. (2022). Developing the skills of intonation analysis and quality reading of the Holy Quran using a teaching program based on the generative learning model for secondary school students. *Journal of the Faculty of Education - Assiut University*, 38(4), 207-230.
- Al-Saraa, A; Hassan, R. (2019). The effect of using the flipped classroom strategy on mastering the intonation skill of third year secondary school students, (in Arabic). *Journal of Educational Sciences - Prince Sattam bin Abdulaziz University*, 4 (1), 41-63.
- Al-Shaibani, W. (2018). Endowment and beginning in the Holy Quran, (in Arabic). *Journal of the College of Education - Assiut University*, 69(1), 384-417.
- Al-Shehri, A. (2018). The effectiveness of using cognitive excursions via the web in developing
- غير منشورة]. قسم المناهج وطرق التدريس، كلية التربية، جامعة جدة.
- محمد، طيبة. (2018). دور التحفيز في تنمية مهارات تجويد القرآن الكريم لدى طالبات المرحلة الابتدائية من وجهة نظر المعلمات. *مجلة البحث العلمي في التربية - جامعة عين شمس*، 12 (19)، 614-593.
- محمد، حجاج. (2020). برنامج مقترح قائم على المدخل الوظيفي لتنمية مهارات أحكام التلاوة القرآن الكريم لدى تلاميذ الصف الأول الإعدادي. *المجلة التربوية - جامعة الكويت*، 80، 294-237.
- المرواني، فهد؛ اليوسف، يحيى (2019). إتجاهات معلمي التربية الإسلامية نحو تطبيق برنامج القاعدة النورانية في معالجة أخطاء تلاوة وحفظ القرآن الكريم لدى طلاب المرحلة المتوسطة في محافظة العلا. *مجلة كلية التربية - جامعة أسيوط*، 35 (8)، 264-229. DOI: 10.21608/MFES.2019.103087
- المزاودة، سلامة. (2017). تنمية مهارات الاستماع وتوظيفها في تلاوة القرآن الكريم عند طلبة المرحلة الأساسية من وجهة نظر الطلبة في محافظة المفرق. *مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط*، 33 (7)، 140-112.
- المطروودي، خالد. (2011). الاحتياجات التدريبية في الجانب التدريسي لمعلم القرآن الكريم في المرحلة الثانوية بمدينة الرياض. *مجلة جامعة الملك سعود - العلوم التربوية والدراسات الإسلامية*، 23 (2) 372-317.
- ممدوح، أيمن؛ الفيضي، عيسى. (2020). أثر استخدام التقنيات الحديثة القائمة على النظرية الاتصالية لتنمية مهارات تلاوة القرآن الكريم لدى طلبة نظام المقررات بالملكة العربية السعودية، *مجلة العلوم التربوية والنفسية - المركز القومي للبحوث - غزة*، 4 (24)، 42-25.

المراجع الأجنبية

- Abu Shreikh, S; Al-Jarida, Y. (2017). The effect of using interactive multimedia on learning the rules of recitation and advanced among students of summer centers in Jerash Governorate and their attitudes towards it, (in Arabic). *Palestinian Journal of Open Education*, 6(11), 99-114.
- Al Saif, A. (2018). The effect of using the cooperative learning strategy "STAD" on mastery of recitation among second grade students, (in Arabic). *Journal of the Faculty of Education - Assiut University*, 34 (1), 556-583.
- Al-Dani, O. (2016). *Altahded fī Al'itqan aw altajwūd*. Association for Preserving the Noble Qur'an.
- Al-Dhafiri, M; Salem M. (2017). The effect of using coloring hints in teaching Tajweed on the academic achievement of fifth grade

- Journal of Adult Education - Assiut University, 2(2), 156-173.
- Doll, A. Holzel, B. Bratec, S. Boucard, C. Xie, X. Wohlschlagel, A. Sorg, C. (2016). Mindful Attention to Breath Regulates Emotions via Increased Amygdala-Prefrontal Cortex Connectivity. *NeuroImage*, 134, 305–313. DOI: [10.1016/j.neuroimage.2016.03.041](https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2016.03.041)
- Godde, E. Bailly, G. & Bosse, M. (2022). Pausing and breathing while reading aloud: development from 2nd to 7th grade in French speaking children. *Reading and Writing* 35(1), 1–27. <https://doi.org/10.1007/s11145-021-10168-z>
- Godde, E., Bosse, M.-L., & Bailly, G. (2020). A review of reading prosody acquisition and development. *Reading and Writing: An Interdisciplinary Journal*, 33, 399–426. <https://doi.org/10.1007/s11145-019-09968-1>
- Jerath, R. Crawford, M. Barnes, V. and Harden, K. (2015). Self-Regulation of Breathing as a Primary Treatment for Anxiety. *Applied Psychophysiology and Biofeedback*, 40(2), 107-115. DOI: [10.1007/s10484-015-9279-8](https://doi.org/10.1007/s10484-015-9279-8)
- Kline, (2015). A Handbook of Test Construction (Psychology Revivals): Introduction to Psychometric Design. Routledge.
- Mamdouh, A; Al-Fifi, I. (2020). The effect of using modern techniques based on communicative theory to develop the skills of recitation of the Holy Qur'an among students of the course system in the Kingdom of Saudi Arabia, (in Arabic). *Journal of Educational and Psychological Sciences - National Research Center - Gaza*, 4 (24), 25-42.
- Mitsea, E. Drigas, A & Skianis, C. (2022). Breathing, Attention & Consciousness in Sync: The role of Breathing Training, Metacognition & Virtual Reality. *Technium Social Sciences Journal*, 29, 79-97.
- Mo, X., Qin, Q., Wu, F., Li, H., Tang, Y., Cheng, Q., & Wen, Y. (2021). Effects of Breathing Meditation Training on Sustained Attention Level, Mindfulness Attention Awareness Level, and Mental State of Operating Room Nurses. *American Journal of Health Behavior*, 45(6), 993-1001.
- Molomer, S. D., Trausan-Matu, S., Dessus, P., & Bianco, M. (2015). Analyzing students pauses during reading and explaining a story. *RoEduNet International Conference-Networking in Education and Research (RoEduNet NER)*, 15, 90–93. <https://doi.org/10.1109/RoEduNet.2015.7311974>
- Muhammad, H. (2020). A proposed program based on the functional approach to develop the skills of the rules of recitation of the Noble Qur'an for first-grade middle school students, (in Arabic). *Educational Journal - Kuwait University*, 80, 237-294.
- Muhammad, T. (2018). The role of motivation in developing the skills of recitation of the Noble Qur'an among primary school students from the teachers' point of view, (in Arabic). some of the skills of recitation of the Noble Qur'an among middle school students in the Holy Qur'an memorization schools in Al-Namas governorate, (in Arabic). *International Journal of Educational and Psychological Sciences - Egypt*, 12, 186-222.
- Al-Shibl, S. (2010) *The extent to which intermediate first-grade students in general education schools and in schools for memorizing the Holy Qur'an were able to acquire Hijri reading skills* (in Arabic). [unpublished master's theses], Imam Muhammad Bin Saud Islamic University. Faculty of Social Sciences.
- Al-Suhaimat, H; Qudah, I; Abu Salah, A; Damra, T; Abdul Razzaq, I. (2020). *minhaj Aldarisin litartil Alkitab Almubin lilmustaaawayat Althalathah*. Ministry of Awqaf, Islamic Affairs and Holy Sites
- Al-Suhaimi, S; Al-Ghamdi, A. (2019). The effect of the hot chair method on the development of intonation skills among first-grade students, (in Arabic). *Journal of the College of Education - Port Said University*, 25, 967-989.
- Al-Sulami, N. (2020). The effectiveness of diverse types of video clips through the flipped classes in developing the intonation skills of primary school students, (in Arabic). *Journal of Educational and Psychological Sciences - National Research Center - Gaza*, 4(39), 131-147.
- Al-Sunaidi, S; Al-Anazi, E. (2022). The effect of using the educational Holy Qur'an on developing the skills of recitation of the Holy Qur'an among primary school students, (in Arabic). *Journal of Educational Sciences - Prince Sattam bin Abdulaziz University*, 9 (1), 389-422.
- Al-Taweel, A. (2001). *Fan Altartil wa 'ulumah*. King Fahd Complex for the Printing of the Noble Qur'an.
- Al-Zahrani, A. (2019). A proposed strategy based on modern phonetics to develop intonation among fifth grade students, (in Arabic). *International Journal of Educational and Psychological Sciences - Egypt*, 33, 212-287.
- American Lung Association (ALA). (2023). <https://www.lung.org/lung-health-diseases/wellness/breathing-exercises>
- Bidding, S. (2017). Developing listening skills and employing them in the recitation of the Holy Qur'an for basic stage students from the point of view of students in Mafraq Governorate, (in Arabic). *Journal of the Faculty of Education, Assiut University*, 33(7), 112-140.
- Chavez, V. Paz, L and Parodi, J. (2022). Systematic review and effect of conscious breathing on adult attention and learning task. *Revista Mexicana de Neurociencia*, 23(3), 105-110. <https://doi.org/10.24875/RMN.21000029>
- Darwish, F; Amer, A; Hassan, I. (2020). Using the modeling strategy supported by some media in developing recitation skills among primary school students, (in Arabic). *Educational*

- Telles, S., Verma, S., Sharma, S. K., Gupta, R. K., & Balkrishna, A. (2017). Alternatenostril yoga breathing reduced blood pressure while increasing performance in a vigilance test. *Medical science monitor basic research*, 23, 392.
- Wlodarczak, M., & Heldner, M. (2017). Respiratory constraints in verbal and non-verbal communication. *Frontiers in Psychology*, 8, 708. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00708>
- Journal of Scientific Research in Education - Ain Shams University, 12 (19), 593-614.
- Othman, H. (2004). *The right to recite*. Juhayna House for Publishing and Distribution.
- Ragab, M. (2002). A case for discussion: major errors in famous Quranic recitations, (in Arabic). *Culture and Development*, 8(23), 209.
- Sankar, J., & Das, R. R. (2018). Asthma—a disease of how we breathe: role of breathing exercises and Pranayam. *The Indian Journal of Pediatrics*, 85(10), 905-910.

1