

Arabian Gulf Journal of Humanities and Social Studies

ISSN: 3080-4086

الإصدار الخامس - العدد الخامس عشر || تاريخ الإصدار 2026-06-20



استراتيجيات تمكين طلبة قسم التربية الفنية في مادة مبادئ التمثيل من خلال تدريبات بدنية وصوتية مبتكرة
Strategies for Empowering Art Education Department Students in the Principles of Acting Subject through
Innovative Physical and Vocal Exercises

أ.م.د قحطان عدنان زغير

Asst. Prof. Dr. Qahtan Adnan Zghair

تدريسي في كلية الفنون الجميلة - جامعة واسط

DOI: <https://doi.org/10.64355/agjhss51538>

مجلة خليج العرب للدراسات الإنسانية والاجتماعية || هذه المقالة مفتوحة المصدر موزعة بموجب شروط وأحكام ترخيص مؤسسة المشاع الإبداعي (CC BY-NC-SA)

Clarivate | ProQuest

Ulrichsweb™



ISSN INTERNATIONAL
STANDARD
SERIAL
NUMBER
INTERNATIONAL CENTRE



Google Scholar

معرفة
e-Marefa



شبكة المعلومات العربية
Arab Educational Information Network

AskZad

ORCID
Connecting Research
and Researchers

INTERNATIONAL
Scientific Indexing

CC creative commons

المخلص:

يشكل التمثيل أحد المرتكزات الأساسية في التربية الفنية، لما يتضمنه من تفاعل بين الجسد والصوت والانفعال، ولما يتيح من مساحة للتعلم القائم على التعبير والأداء والممارسة. ومع ذلك، ما زال العديد من البرامج التعليمية في أقسام التربية الفنية تعتمد على أساليب تدريب تقليدية لا تواكب التطور المنهجي في تدريب الممثل، خاصة فيما يتعلق بتوظيف الجسد والصوت بوصفهما لغة فنية وتربوية في آن واحد.

وقد تضمن البحث في إطاره المنهجي وصفا لمشكلة البحث وحدد أهميته وأهدافه وحدوده وعرف متغيراته لغويا واصطلاحيا وإجراءيا، أما إطاره النظري فتضمن ثلاث مباحث، الأول: مفهوم التمكين التربوي وأبعاده في تعليم الفنون الأدائية، والثاني: مبادئ التمثيل وأسس تنمية الأداء التمثيلي لدى طلبة التربية الفنية، أما الثالث فهو التدريبات البدنية والصوتية في التمثيل: خصائصها، أنماطها، وأثرها في تحقيق التمكين. أما الفصل الثالث، الإطار الإجرائي للبحث فهو استقصاء نظري وعملي للنتائج المتحققة بعد استخدام مجموعة من التمرين الحركية والصوتية التي أجريت على مجموعتين من الطلبة، الأولى تجريبية والأخرى ضابطة، إذ خضعت كل مجموعة لاختبار قبلي والآخر بعدي، ثم الفصل الرابع الذي يقدم النتائج والاستنتاجات والتوصيات والمقترحات والمصادر والملاحق الخاصة بالتمارين والمخلص باللغة الإنكليزية.

الكلمات المفتاحية: الاستراتيجيات، التمكين، التربية الفنية، التمثيل، التدريبات البدنية، التدريبات الصوتية.

Abstract:

Acting constitutes one of the fundamental pillars of art education, due to the interaction it involves between the body, voice, and emotion, and the space it provides for learning based on expression, performance, and practice. However, many educational programs in art education departments still rely on traditional training methods that do not keep pace with methodological developments in actor training, especially regarding the utilization of the body and voice as both an artistic and educational language simultaneously.

The methodological framework of the research included a description of the research problem, identified its importance, objectives, and limitations, and defined its variables linguistically, idiomatically, and operationally. The theoretical framework comprised three sections: the first covers the concept of educational empowerment and its dimensions in performing arts education. The second covers the principles of acting and the foundations for developing acting performance among art education students. The third covers physical and vocal exercises in acting: their characteristics, patterns, and their impact on achieving empowerment.

As for the third chapter, the procedural framework of the research, it is a theoretical and practical investigation of the results achieved after using a set of movement and vocal exercises conducted on two groups of students—an experimental group and a control group—where each group underwent a pre-test and a post-test. This is followed by the fourth chapter, which presents the results, conclusions, recommendations, suggestions, sources, appendices related to the exercises, and the summary in English.

Keywords: Strategies, Empowerment, Art Education, Acting, Physical Exercises, Vocal Exercises.

الفصل الأول — الإطار المنهجي

أولا : مشكلة البحث والحاجة إليه :

تعد مادة مبادئ التمثيل من المقررات الأساسية في أقسام التربية الفنية، كونها تضع الطلبة أمام ضرورة امتلاك مهارات أدائية وجسدية وصوتية تمكنهم من ممارسة التمثيل بوصفه وسيلة تعبير فني وتربوي. إلا أن الواقع التعليمي يكشف عن أن عددا كبيرا من الطلبة يواجهون صعوبات في فهم مبادئ وأساليب التمثيل أو الأعداد لمشاهد مسرحية تخص واجباتهم الاسبوعية تكون مقبولة في الحد الأدنى، ويعزى ذلك لسببين الاول أن معظمهم قادمون من بيئات فقيرة في كل ما يخص ثقافة المسرح، الأمر الذي يحول دون تعرفهم على طبيعة الواجبات التي تخص مادة التمثيل، أما

السبب الثاني فهو اعتماد تدريسي مادة مبادئ التمثيل على أساليب تدريب تقليدية تركز على الجانب النظري أو على تمارين نمطية لا تواكب التطور الحاصل في علوم الأداء والاشتغال الجسدي والصوتي للممثل . كما تفتقر البيئة التعليمية لتمرين مبتكرة تستند إلى توجهات معاصرة في علم الأداء

ولتمكين هؤلاء الطلبة وتحريرهم من الخجل والفشل والارباك المسيطر عليهم، يناقش البحث مجموعة من التمارين والآليات التي تساعد على التخلص من تلك الصعوبات، إذ أن معظم تلك التمارين هي حركية وصوتية مبتكرة مدعومة بمفاهيم نظرية عامة عن فكرة التمثيل .

وتبرز الحاجة إلى تصميم تمارين مبتكرة، بدنية وصوتية، تتجاوز الأساليب النمطية وتقوم على تنشيط إمكانات الطالب المسرحية عبر ممارسات تدريبية فعالة تساهم في تطوير مهارات التمثيل والأداء الجسدي في مادة مبادئ التمثيل ومن هنا جاءت هذه الدراسة لتقيس فاعلية تمارين مبتكرة أعدت خصيصاً لهذا البحث، ولتختبر أثرها في تنمية القدرات الجسدية والصوتية لطلبة أقسام التربية الفنية . وعليه، تتحدد مشكلة البحث بالسؤال الآتي: ما فاعلية التمارين البدنية والصوتية المبتكرة في تنمية مهارات التمثيل والأداء الجسدي لدى طلبة أقسام التربية الفنية في مادة مبادئ التمثيل؟

ثانياً : أهمية البحث : تبرز الحاجة إلى هذا البحث من خلال النقاط الآتية :

- 1- تطوير البرامج مهارية : يسهم البحث في إنتاج آليات تدريب حديثة قابلة للتطبيق داخل الصف، ودمج أساليب مبتكرة تتوافق مع توجهات المعاصرة في الأداء، تستهدف بنى الجسد والصوت وتنمي مرونة الممثل ووعيه وتعبيره .
- 2- سد فجوة بحثية : إذ تفتقر المكتبة العربية إلى دراسات تبحث في أثر تمارين مبتكرة (وليس برامج جاهزة أو تقليدية) على تنمية المهارات الجسدية والصوتية للممثل في إطار أكاديمي .

ثالثاً : أهداف البحث :

يهدف البحث إلى :

- 1- اقتراح مجموعة من التمارين البدنية والصوتية المبتكرة الموجهة لطلبة أقسام التربية الفنية في مادة مبادئ التمثيل .
- 2- قياس فاعلية هذه التمارين في تحسين الأداء الجسدي من حيث المرونة، التوازن، التعبير الجسدي، والإيقاع الحركي . كذلك تحسين المهارات الصوتية مثل جودة الإلقاء، التحكم بالنفس، مخارج الحروف، والطبقات الصوتية .
- 3- المقارنة بين أداء الطلبة قبل وبعد تطبيق التمارين لمعرفة مقدار التطور الحاصل في مهاراتهم العملية .

رابعاً: فرضيات البحث

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الطلبة في الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي .
- 2- التمارين البدنية المبتكرة تُسهم في تحسين الأداء الجسدي بصورة ملحوظة .
- 3- التمارين الصوتية المبتكرة تُحسن مهارات الإلقاء والتحكم الصوتي .
- 4- البرنامج التدريبي المبتكر أكثر فاعلية من الأساليب التقليدية المتبعة .

خامساً : حدود البحث :

الحدود الموضوعية : قياس أثر تمارين بدنية وصوتية مبتكرة في تحسين جودة الاداء الجسدي والصوتي لمجموعة من طلبة قسم التربية الفنية .

الحدود الزمانية : العام الدراسي 2025 – 2026 .

الحدود المكانية : طلبة قسم التربية الفنية في كلية الفنون الجميلة — جامعة واسط .

سادساً : مصطلحات البحث

1- **استراتيجيات** : ورد أصل كلمة استراتيجية من الأصل اليوناني **Strategos** وتعني: فن قيادة الجيوش وإدارة المعارك، وقد " انتقل المفهوم لاحقاً من المجال العسكري إلى المجالات الإدارية والفنية والتربوية " (الغالي : 2010، ص27)

أما اصطلاحاً فالاستراتيجية هي " خطة شاملة ومتكاملة تهدف إلى تحقيق الأهداف بعيدة المدى من خلال توظيف الإمكانيات والموارد المتاحة " (العزب : 2010 ، ص14)، وفي الطروحات الحديثة الاستراتيجية آلية تنظيم واعية تبنى على أساسها الرؤية الفكرية والجمالية للعمل الفني، ففي المسرح علي سبيل المثال " تبنى الاستراتيجية المسرحية على آليات التأثير في المتلقي وإشراكه فكرياً أو شعورياً داخل الحدث المسرحي " (حمداوي : د . ت، ص118)

إجرائيا يعرف الباحث الاستراتيجية : على انها مجموعة الآليات أو الأساليب الفنية والفكرية التي تعتمد لتنظيم عناصر الانتاج وتوجيهه بصورة تحقق الغاية الجمالية والدالية للعمل الفني .

- 2- **التمكين** : ورد التعريف اللغوي للتمكين في معاجم اللغة العربية : " مَكَّنْ له في الشيء: جعل له عليه سلطاناً وقدرة، وثَبَّنَه فيه " (ابن منظور : 1994، ص413)، اما اصطلاحاً فالتمكين " عملية تهدف إلى تنمية قدرات الفرد وإتاحة الفرص أمامه لاستثمار إمكاناته بكفاءة وفاعلية " (ماهر : 2022، ص301)، أما التمكين فنياً هو " إتاحة المجال أمام الفنان لتوظيف أدواته التعبيرية بحرية بما يحقق حضوره الجمالي والفكري داخل العمل الفني " (شاكر عبد الحميد : 1987، ص58) . والتمكين إجرائيا: هو جميع الإجراءات والأساليب التي تعزز قدرة الفنان أو الممثل على التعبير بشكل حر وتحقيق حضوره الفكري والجمالي داخل العمل الفني .
- 3- **مبادئ التمثيل** : هي "الوسائل التي يعتمدها الممثل لتحويل النص الى سلوك حي نابض على خشبة المسرح " (خلاف : 2009، ص64)، ويعتمد هذا الفن على "الاحساس الصادق بالفعل المسرحي، لا على التقليد الخارجي للحركات والانفعالات " (بولسلافسكي : 2022، ص17) . ويعد التمرين هو " الوسيلة الأساسية التي يكتسب بها الممثل السيطرة على جسده وصوته وانفعالاته، ويحول أدواته الطبيعية الى ادوات فنية قادرة على التعبير " (ستانسلافسكي : 1983، ص78) .

إجرائيا مبادئ التمثيل هي الآليات الادائية والاسس الفنية والجمالية والنفسية التي ترشد الممثل الى بناء الشخصية المسرحية وتجسيدها من خلال الاداء الحركي والصوتي والانفعالي ليتحقق الصدق الفني والتأثير الدلالي لدى الجمهور .

3- **التمارين البدنية** : هي " حركات منظمة ومقصودة تهدف الى تنمية القدرات البدنية والوظيفية للفرد " (علاوي : 1992، ص45)، وتعد التمرينات البدنية " وسيلة تربية تعمل على تحسين الكفاءة الحركية والبدنية والنفسية للإنسان " (الخولي : 2001، ص112) . إجرائيا يمكن تعريف التمارين البدنية على انها : الانشطة والتطبيقات الحركية المنظمة التي تعمل على تطوير القدرات الجسدية والتعبيرية للفرد بما يضمن الكفاءة الوظيفية لجسد الممثل .

5- **التمارين الصوتية** : هي " تدريب منظم للصوت على الوضوح والمرونة والقدرة التعبيرية " (سامي عبد الحميد : 1999، ص52)، إذ أن " الصوت البشري هو الوسيلة التي تنقل المعاني والافكار والانفعالات الى المتلقي " (حنا : 2008، ص58) . إجرائيا التمارين الصوتية هي : التدريبات التي تهدف الى تحسين قدرات الممثل الادائية فيما يخص التحكم بالتنفس والنطق بالشكل الذي يحقق أداء صوتيا واضحا .

الفصل الثاني – الإطار النظري

المبحث الأول : مفهوم التمكين التربوي وأبعاده في تعليم الفنون الأدائية

إن التمكين يحرر طاقة الانسان الكامنة، ويعمل على توجيهها نحو إنتاج أي فعل مؤثر . كما أنه يمنح الفرد قدرة على اتخاذ القرارات وتحمل مسؤوليتها، إذ " يتحقق التمكين من خلال أبعاد متكاملة تشمل المعرفة والمهارة والثقة " (جان : 1429، ص112) . فالتمكين " عملية مركبة تتداخل فيها الجوانب النفسية والاجتماعية والتعليمية " (جان : 1429، ص118) . كما ويرتبط التمكين " بتنمية الثقة بالنفس والشعور بالكفاءة الذاتية، وهو ما يُعد شرطاً أساسياً للإبداع " (عدس : 2005، ص287)، إذ أن " تنمية المهارات تعتمد على تمكين المتعلم من الممارسة والتجريب الذاتي " (الربيعي : 2016، ص56) . كذلك هي " تنمية المهارات الأدائية لا تتحقق إلا من خلال تدريب مستمر يدمج بين الجانب الحسي والحركي والانفعالي " (زيتون : 2004، ص211) .

إن مهمة التمكين قد تستهدف طالباً معيناً أو مجموعة من الطلبة دوناً عن باقي طلبة المرحلة، ومساعدتهم للتخلص من المعوقات التي تواجههم أثناء أداءهم المسرحي، وعملية التمكين هذه مماثلة لما أقدمت عليه مدرسة المنهج وطريقة (لي ستراسبرج) في معالجاتها الحالات الفردية عند كل ممثل أو اثنين من خلال بعض جلسات التمارين، ويقوم التدريب على أن يفصح كل طالب وبصوت عالي وأمام باقي الطلبة بالمعوقات التي تواجهه أثناء أداء دوره، فيعمل مدربوا الطريقة، على تحرير خيال المتدرب وتخليصه من كل الأداءات النمطية بعد ان يستحضر المتدرب من ستة الى عشرة مواقف إنسانية ويمرن نفسه عليها ليقوم بتمثيلها بشكل مقنع . (ينظر : عبود : 2008، ص49-50)

ويرى دوت أن التدريس لا يخلق المواهب، إلا أنه بالإمكان أن نأخذ بيد الطالب الموهوب، ونحاول أن نعرض عليه عدد من التجارب المسرحية، ومساعدته لفهم الكثير من المفاهيم المتعلقة بالجمال والدراما والتدريب البدني، ومن ثم فإنه سيعمل من تلقاء نفسه، فيحسن من أداء جسده، بعد ان يتعرف على آليات الاسترخاء والتنفس، ويعرف جسمه حق المعرفة، ويتمكن من تسخيره لإرادته، سيكتشف تدريجياً المشكلات التي تواجهه على خشبة المسرح وكيف عليه أن يقف أو يمشي أو يقفز أو يصعد السلالم ويهبطها، إذ أن وعي الممثل بجسده، يجعله يدرك أهميته حتى وهو في حالة سبات عن أداء أي فعل، وأن ذلك لا يتحقق إلا عبر التدريبات الطويلة . (ينظر : دوت، 1995، ص13-14)

ولكي يحقق التمكين غايته، لا بد من خلق بيئة تعاونية بين المتدربين، وهي أن يعتمد التمكين بالدرجة الأساس على مساعدة الطلبة المتدربين على التعرف على بعضهم البعض، وإقامة علاقة حميمة بينهم، إذ أن الفعل الذي يؤديه الممثل بجسده هو في الأصل " وظيفيا تواصليا يخضع

لقوانين المؤسسة الاجتماعية والاتصال الإنساني (...) لأن هذه هي طبيعة الجسد في بعده الكيان الأولي متعدد الدلالات والوظائف يخترق بإلحاح مجموعة من المباحث والعلوم " (عيد : 2010، ص 47)

إن البيئة التعليمية التي يعمل المدرس (المدرب) على تحقيقها داخل الدرس تتركز على مقدار الحرية التي يشعر بها الطالب (المتدرب) لا سيما إذا كان التدريب يعتمد أسلوب العصف الذهني في بعض المشاهد الابتكارية، إذ يكون المتدرب في ذروة التفاعل مع الموقف، ويرى (ديفيز Davis) أن هذه البيئات التدريبية من الطرق الهامة لاستثارة الخيال والمرونة، وتأهيل المتدرب على التفكير الإبداعي، كالقدرة مثلا على المزج بين الأفكار الغربية لإنتاج فكرة جديدة (ينظر : البارودي : 2015، ص 41)

أن التدريسي لا يبدأ نشاطه في تحديد متطلبات التمكن مالم يجيب عن أهم الأسئلة المتعلقة بالجانب المهاري وكيفية تطويره، ومن أهم هذه الأسئلة هو هل أن الإبداع أو امتلاك المهارات صفة جسمية وراثية في المتعلم، وبأنته الرد : أن أدبيات الإبداع تؤكد على أنه " شكلاً من أشكال النشاط العقلي يمارسه المتعلم، ويتمتع جميع الطلاب بدرجة معينة من الإبداع، ولو أنهم يختلفون في الكم وليس في النوع في هذه الصفة، وهذا يعني إمكانية تعليم الإبداع والتدريب على ممارسته . (السيد : د . ت، ص 1)

ويعد التمكن في التربية " مدخلاً أساسياً لتنمية استقلالية المتعلم واعتماده على ذاته " (الربيعي : 2016، ص 33)، إذ أن التمكن التربوي يسهم في " تحويل المتعلم من متلقٍ سلبي إلى مشارك فاعل في العملية التعليمية " (الربيعي : 2016، ص 41)، ذلك لأن التمكن " عملية تربوية تهدف إلى تنمية قدرة المتعلم على التحكم في تعلمه واتخاذ قراراته بصورة مستقلة واعية " (مرعي : 2002، ص 215)، فأى نوع من الإبداع لا يمكن أن يتحقق إلا في بيئة تعليمية قائمة على تمكين الفرد، فتمكين المتعلم يمثل انتقالاً من نمط التلقين إلى نمط المشاركة الفاعلة في بناء المعرفة " (زيتون : 2003، ص 98)، وتجدر الإشارة أيضاً إلى أن التمكن التربوي " يتأسس على أبعاد معرفية ومهارية ووجدانية تتكامل فيما بينها لتشكيل شخصية المتعلم القادر على الفعل " (اللقاني : 2003، ص 322) . لاسيما وأن التعلم في مجالات الفنون يتطلب خبرة مباشرة وممارسة، إذ أنه " كلما أتيحت للمتعم فرص المبادرة والتجريب، ازدادت قدرته على الإبداع وتحمل المسؤولية " (شحاته : 2008، ص 76) .

إن عملية تقويم ما يقدمه الطالب من انتاجات مسرحية كجزء من عملية التمكن يحتاج إلى عدة متطلبات تتخلل الأسئلة أو المواقف التي يمر بها الطالب ومن هذه المتطلبات :

- 1- الجودة أو الاختلاف في المهام التي يكلف بها الطالب، كأن تترك له الحرية في اختيار المهام التي من الممكن ان يؤديها .
- 2- تنوع المصادر والمراجع والأدوات التي يعتمد عليها الطالب في تناول مشكلة يعالجها، إذ انه قد يعتمد على مذكراته وخبراته العلمية اذا ما وجدها مناسبة لحل المشكلة .
- 3- يجب ان يتحرر الطالب من قيود التقييم والمتابعة لا سيما الزمن المسموح بها لإنجاز ما يكلف به من مهام .
- 4- تحديد منجز الطالب في ضوء الهدف التعليمي . (ينظر : عامر : 2005، ص 111-112)

إن اساليب تطوير الطالب على المستوى الفردي تتطلب توجيه الطالب الى عدة امور منها :

- 1- الاطلاع على المقررات الدراسية التي تبحث في الإبداع .
- 2- الاطلاع على أساليب الأبداع المعروفة، كذلك الأشخاص المعروفين بإبداعهم .
- 3- الاشتراك في أعمال فنية مخططة لها توصف بانها ابداعية، إذ يمكن تطوير الإبداع الشخصي من خلال تعلم أشياء جديدة . (ينظر : عامر : 2005، ص 129-130) .

وأخير فأن " البيئة التعليمية الداعمة للتمكين تُعد شرطاً أساسياً لتفجير الطاقات الإبداعية لدى الطلبة " (إبراهيم : 2005، ص 189)، وأن التمكن عملية تربوية لا تقتصر على منح الحرية فحسب، بل يشكل بنية فاعلة في استقلالية المتعلم، وأن التمكن الأدائي " يتحقق عندما يمتلك الممثل وعياً نقدياً بأدواته الجسدية والصوتية " (شيشنر : 2015، ص 142) مما يجعل المتعلم ينسجم مع طبيعة التعليم في الفنون الأدائية التي تعتمد على المبادرة والتجريب .

المبحث الثاني : مبادئ التمثيل وأسس تنمية الأداء التمثيلي لدى طلبة التربية الفنية

إن التمثيل المعاصر لم يعد إعادة إنتاج أو صياغة للنص تناسب متطلبات التلقي، بل إعادة إنتاج للتجربة الإنسانية، فالممثل صانع العلامات هو من يضع البعد الداخلي للأداء بوصفه منطلقاً لأي ممارسة تمثيلية، وهذه الرؤية تنسجم مع الطرح المعاصر في النظر الجسد والصوت بوصفهما وحدة متكاملة، إذ أن " فعل التمثيل هو نظام من العلامات الجسدية والصوتية التي تنتج المعنى داخل العرض " (الحسنواي : 2014، ص 67) . وإن مفهوم استراتيجية الأداء داخل العرض المعاصر ترى أن " التدريب هو الوسيلة التي يتحول بها الوعي الفني إلى ممارسة حية، ومن دونه يبقى الأداء في مستوى الإمكان " (عصمت : 2000، ص 73)، فلا بد من انتقال التمثيل من الأداء التقليدي إلى الأداء القائم على الاستراتيجيات .

إن السؤال الذي يطرحه البحث : كيف تمنح مادة التمثيل الممثل أدوات تطبيق هذه الاستراتيجيات . والإجابة هي أن " الموهبة وحدها لا تكفي، بل تحتاج إلى صقل منهجي عبر التمارين والتجريب " (عصمت : 2010، ص35)، وعبر ذلك يجري تعلم مجموعة استراتيجيات مثل، استراتيجية الأداء الجسدي، والارتجال، التفاعل مع المتلقي، التغريب، إذ أن " الممثل الخلاق هو الذي يمتلك القدرة على توظيف جسده وصوته ضمن بنية تعبيرية واعية تحقق التواصل مع المتلقي " (شاكر عبد الحميد : 2001، ص177) . وأن تطور العرض ارتبط بتطور أساليب التمثيل وتنمية الممثل التي تحتاج الى التدريب المستمر الذي يحقق قدرات فعلية .

إن الممثل هو العنصر الحي داخل بنية المسرحية، والذي يحتاج الصدق في الإحساس، وجسد مطواع " ليس أداة تعبير فحسب، بل هو وسيط دلالي يحمل المعنى ويعيد إنتاجه " (الحسنوي : 2014، ص89)، كذلك صوت، إذ أن " الصوت امتداد للجسد، وكل خلل في التعبير الجسدي ينعكس بالضرورة على الأداء الصوتي " (سامي عبد الحميد : 1999، ص132)، فالأداء التمثيلي " نظام معقد من العلامات الجسدية والصوتية التي تتأزر لإنتاج الدلالة داخل الفعل المسرحي " (الحسنوي : 2014، ص52)، وذلك يشير الى أن التمثيل ليس تدريب على الأداء فحسب، وإنما منظومة لبناء الشخصية والحدث المسرحي .

لا بد من الإشارة ايضا الى أن نضج الممثل لا يتحقق إلا من خلال تكرر واعٍ للتمرين يربط بين الفعل والإحساس، إذ أن " الجسد الممثل يجب أن يُدرب بحيث يصبح قادراً على الاستجابة الدقيقة للدوافع النفسية " (باربا : 1995، ص112) فتكامل البعد النفسي مع بعدي الجسد والصوت في إطار منظومة تدريبية واعية، يجعل من الفعل الأدائي " فعل معرفي وجمالي في آن واحد، يجمع بين التجربة الحسية والبناء الدلالي " (بافيس : 2015، ص45)، وذلك يتفق ما طرحه ستانيسلافسكي، في أن ينطلق من الدافع الداخلي، بوصفه محرك للفعل الأدائي، ويتفق ايضا مع غروتوفسكي، إذ أن " إن تدريب الجسد هو المدخل الأساس لتحرير طاقات الممثل، إذ لا يمكن للفعل الداخلي أن يتجسد دون وسيط حركي منضبط " (غروتوفسكي : 1994، ص67) فالأداء وحدة عضوية واحدة .

ويؤكد لستانيسلافسكي أنه " لا توجد طريقة واحدة صالحة لكل الممثلين، بل ينبغي اختيار التمارين بما يتلاءم مع طبيعة كل تجربة أدائية " (ستانيسلافسكي : 1983، ص29)، لأن التمرين ليس غاية في ذاته، بل عملية لبناء أدوات الممثل وتحسين وعيه الأدائي، لذا " كلما تنوعت التمارين وتجددت، ازدادت قدرة الممثل على التحكم في أدواته التعبيرية " (زيتون : 2004، ص233)، إذ أن التدريب " ليس مجموعة قواعد ثابتة، بل عملية بحث دائم تقتضي التجريب والابتكار " (باربا : 1995، ص141)، الذي يحقق أداءا يكون " نتاج تفاعل منظم بين الجسد والصوت ضمن سياق تدريبي واعٍ " (بافيس : 2015، ص312)، وأن التدريب الجيد " يبني على انتقاء واعٍ للتمرين التي تستجيب لحاجات الممثل " (بروسلافسكي : 1993، ص63) وأن يجري تنظيم التمارين بما يخدم أهداف الأداء، إذ أن " تدريب الجسد هو المدخل الأساس لتحرير طاقات الممثل "، وهو ما يتفق مع رؤية باربا (1995، ص112) .

إن مقولة ديكرات " الجسم بمثابة آلة صنعتها يد الله فكانت من حيث التنظيم تعلق على كل مقارنة ولها في ذاتها من الحركات ما يفوق روعة كل ما في الآلات التي يمكن أن يخترعها البشر " (Descartes : 1992، ص120) ذهبت بالمخرجين الى الاحتفاء بجسد الممثل، بوصفه عنصرا فاعلا في تشكيل اللغة الشارحة لهيكل وبنية العرض المسرحي .

أن وصف ديكرات في أن هناك اتحاد بين الروح والجسد، وأن للجسد قوانينه التي تحركه بحرية ودون مبدأ خارجي حتى وان كانت النفس البشرية، وذلك حين تكون اعضاء الجسد منظمة، ذلك الوصف يحتم علينا كمخرجين او مدربين أن نسود الجسد ونتحكم فيه، أي أن نأمره ونقوده وننظمه وهذه المهمة الجديدة تمثل تقدماً أستمولوجيا، فجسد الممثل الذي لا يخرج عن قوانين المادة بالإمكان ان يتطور من خلال التدريب، ليكون هو المغير والمنتج للجسد البيولوجي الجديد . (ينظر : بيدوح : 2009، ص24)، إذ أن التدريب يحقق المرونة وتجاوز النماذج الأدائية الثابتة، وأن الممارسة الأدائية هذه تتطور عبر إعادة تشكيل التمارين بما ينسجم وسياق التعلم، إذ أن " الجسد في التدريب الأدائي المعاصر ينظر إليه بوصفه موقعا لإنتاج المعرفة، لا مجرد أداة تنفيذ " (لوكوك : 2018، ص92)، وأن هذا التدريب غايته " تحرير الممثل من الأنماط الحركية الجاهزة وفتح إمكانات تعبيرية جديدة " (كالاري : 2016، ص133)

إن لغة جسد الممثل، العمل الاكثر مصداقية وحضور، والاسرع تشكلا للكتل المبعثرة على خشبة المسرح .

نحاول تدريب الممثل بشكل جيد على استخدام الاشارات الجسمية وخصوصا اليدين، إذ أنها

1 - تعمل على تدعيم المعاني أو الاشارات التي يقصدها المتكلم

2 - التعبير عن ظلال المعاني أو المضمرة (ينظر : ابو تلات، 2010، ص99) .

وإن التكيف قد يكون من أهم المهارات التي يجب تعلمها الطالب، إذ أن أمكانية أن يوفق الممثل بين نفسه وبين الآخرين يعني أنه يهيأ عاملا مساعدا لتحقيق غرضه الفني، " ويختلف التكيف من ظرف الى آخر، ومن شخص الى آخر حسب المواقف والمناسبات، وقد يكون شعوريا أو لا شعوريا، ويمكن أن يكون ذهنياً، أو وجدانياً، أو حسيماً حركياً . ولا بد أن يتميز التكيف بالحيوية، والمرونة، والطرافة ...، والبراعة، والنوق " (حمداوي :

2019، ص39)، فحينما يقف ممثل على خشبة المسرح، " فهو قبل كل شيء الممثل فلان، أو الإنسان (س) مثلا، أي أنه (س) الحقيقي الذي يعرفه الناس، يعرفون اسمه وشكله وهينته الخارجية، وملامحه وربما طريقة أو أسلوب مشيته . يتحول الممثل (س) من الإنسان الحقيقي الى الإنسان المتخيل . إن عليه لكي يبدو مقنعاً، أن يتقنع، يتنكر، يستعير صوتاً آخر، نبرة أخرى، أسلوباً آخر في الكلام والحركة " (معلا، 2004، ص24)

إن ثمة خبرات نفسية وجسدية مضمرة أو معلنه، لذا فإن العرض المسرحي يحتاج الى بروفات (تدريبات) لكي يتحول العمل الفني الى منجز مادي وذهني، إذ أن البروفات هي مجموعة محاولات لتملس صورة العرض المسرحي من خلال عدد من الفرضيات أو التاويلات التي تضع العرض في إطاره الملائم، فالتدريبات تحقق تحول دينامي مستمر يقصي فكرة الركون الى قناعة مطلقة ثابتة . (ينظر : معلا : 2004، ص23)

وأخيرا فإن تبني الباحث لمجموعة تمارين منتخبة ومبتكرة لا يعد خروجاً عن الأطر المنهجية، ذلك لعدم وجود طريقة واحدة صالحة لجميع الممثلين، الأمر الذي يبرر الانتقاء وفق طبيعة الطلبة . وقد اشار عدد من المخرجين الى ضرورة ابتكار التمارين بوصفها نابعة من التجربة الحية، إذ أن ذلك يمنحها مشروعيتها العلمية . وقد عزز هذا الرأي باربا (1995، ص141) حين ذكر أن التدريب عملية بحث وتجريب مستمر . وذلك ما يجعل التمارين المبتكرة امتداداً طبيعياً لتطور العملية التدريبية في التمثيل، لا انحرافاً عنها .

المبحث الثالث : التدريبات البدنية والصوتية في التمثيل: خصائصها، أنماطها، وأثرها في تحقيق التمكين

إن الدور الذي يلعبه المدرس في تدريب طلبته بوصفه العارف في أسرار اللعبة المسرحية وما تتطلبه من بيئة تعليمية مناسبة، هو مهمة قديمة مارسها صناع العرض المسرحي منذ زمن الاغريق، فقد قام (اسخيلوس) بتدريب ممثليه على أتقان أداء أدوار الآلهة بما يتناسب وعظمتهم وقداسته الفكر الديني الذي يقدمه العرض، كذلك فعل (سوفوكلس)، فأقدم على تدريب ممثليه وصلقهم، لا سيما بعد أتساع مساحة الأداء بإضافة الممثل الثالث، الأمر الذي ضاعف دائرة الصراع الدرامي، أما يوربيديس فقد أقتراح على ممثليه أن يقتربوا من صفات البشر ليكون أدائهم أكثر إنسانية . (ينظر : كريم : د . ت، ص4)

إن اساليب التمثيل انما هي " صنيعة تركيبية ذات دلالات ووفق خصوصية تجلت فيها المشهدية الآنية ... لمسار تجريبي طويل أتسم بمستوى من الأحكام المعيارية وتعبئة للطاقت الفكرية المتولدة، والتي تبشر بواقع فني حضاري وجمالي، تكون فيه السلطة الراكزة للادائيات في التمثيل والتقديم " (شناوة : 2016، ص11)

وتجدر الإشارة الى العديد من أنواع التمثيل التي يحتفظ كل منها بأصوله وتاريخه، كما أن بعض تلك الانواع يتطلب عملاً أكثر من نوع آخر ويعود ذلك الى طبيعة العمل الإجرائي المطلوب لأداء كل نوع من أنواع الدراما، فهناك على سبيل المثال لا الحصر، التمثيل المنهجي وهو عادة ما يقوم على أطر واقعية، ويناسب جميع الأدوار، إذ يمكن للمثلي معظم الشخصيات استخداماً كتنقنية أدائية في الدراما الواقعية، وفي الغالب يسعى فيه الممثل الى أداء صادقاً يعتمد الحركة ويكون موجها نحو العاطفة، وقد شاع هذا النوع في السينما في ثلاثينيات القرن العشرين على يد ستراسبيرج وإيليا كازان (مايو : 2024، ص2)

إن معظم الواجبات التي يقدمها الطلبة يطغى عليها " عدم الوضوح الأدائي ... نتيجة قصور في الفهم العلمي الأكاديمي للأسلوب الإخراجي للعرض والدرامية العلمية الدقيقة لخصائص الأداء " مع وجود بعض الاستثناءات (شناوة : 2016، ص419)

وإننا في المراحل الاولى من الدراسة لسنا بصدد " إكساب الجسم مزيداً من المرونة ومزيداً من القوة ... أننا بصدد إكساب الجسم مزيداً من التعبير بصدد إكساب الآلة كمال الأداء " (دوت : 1995، ص17)، إذ أن من جملة التدريبات التي نبادر الى تعلمها بداية هي حل المشكلات الجسدية الأولية التي ترافق مجموعة من الحركات التي يقوم بها الممثل أثناء تأديته لأي دور مسرحي وهذه الحركات هي : (المشي، الالتفاف والعودة، التوقف الفجائي، الجري فوق المنصة، الجلوس والنهوض، إجابة السقوط، صعود السلم ونزوله) فإجادة هذه الأنشطة بشكل سليم وبجهد أقل يجعل الطالب يعالج كل المشكلات التي قد تواجهه أثناء الأداء (ينظر : دوت، 1995، ص31)

إن الاضطلاع بمهمة فنية ما، كالاقتراب من حرفة التمثيل بثقة المعلم، تفتح آفاقاً جديدة لا للدرس الأدائي فحسب، بل للمدرس في الوقت ذاته، مما يحقق أهمية للدور الذي يلعبه المدرس لإثراء خبرات الطالب في حرفة التمثيل، إذ هو المرجع في أي مشكلة تخص الشخصية، فالمدرس بمثابة النافذة التي ينظر من خلالها الطالب الى دقة وعمق أدائه في ظل قلة معرفته وخبرته الحياتية، ولذلك على المدرس خلق الجو للتمارين .

نحن نحاول في مجموعة من التمارين ان نشدد على وظيفة الجسم ولغته، إذ أن هذه اللغة تشمل " الحركات التي يقوم بها بعض الافراد، مستخدمين أيديهم، أو تعبيرات الوجه أو أقدامهم، أو نبرات صوتهم، أو هز الكتف أو الرأس، ليفهم [المتلقي] بشكل أفضل، المعلومة التي يريد أن تصل اليه، وغالباً تستعمل من قبل شخص غير قادر عن التعبير عن نفسه بالكلمة " (ابو تلات، 2010، ص15)، وهو الحال الذي ينطبق على معظم الطلبة في بداية تلقينهم لدروس في التمثيل . وهذه الحركات تحيل الى أداء يتسم بالصدق، إذ يذكر (ابو تلات) في كتابه (أسرار لغة الجسم) أنه " إذا أردت أن تتأكد من صدق لغة الجسم فعليك مراقبة أشخاص متواضعين في المنزلة، فحركات الأشخاص المرموقين قليلة قياساً بحركات العاديين،

فالحركات كلما كان بمقدور الشخص التأثير بكلامه في إيصال مراده " (ابو ثلاث، 2010، ص21)، كان لا بد من دربة لجسد الطالب حتى وأن كانت على مراحل متعددة وزمن أطول، لأن " الجسد ممكن التوليد الدلالي الذي يتطلب قدرة تعبيرية فائقة، ... كما إن جسد الممثل يعد بمثابة فضاءات متعددة، مفترضة، تنطلق من مخيلة الفنان المؤدي، فقد يكون هذا الجسد في حالته التقليدية المعتادة، فضاء مفترض في نص المؤلف، أو في مخيلة المخرج أو المصمم، وهنا يكون الممثل وجسده أداة " (الكاشف : 2020، ص57)، يقوم التدريسي باستقصاء مواطن القوة والضعف فيه، الدافعية، الرغبة في النجاح أو التحدي، الاسقاطات النفسية، قناعاته الفكرية، التعرف على هذه العناصر يساعد على وضع برنامج من شأنه تقوية مهارات التنفيذ .

إن التدريسي أمام مهمة الانفلات بجسد الطالب (الممثل) عن المعتاد اليومي والمألوف من فعل حركي لا يؤدي وظيفة ولا يحمل شكلا واضح، ليجري توظيفه، وإعادة بناء واقع مهاري جديد من خلال توظيف الطاقة المخزونة، بعد ان تتحقق سيطرة الطالب على جسده شعورياً وفسولوجياً ويتعد عن الوظيفة النفعية المرتبطة بالواقع اليومي، إذ تجري عملية تدريبيه على الاستجابة لكل المواقف والأحاسيس التي تساعد على بناء الدور أو الشخصية المكلف الطالب بأدائها، اي ادراك طاقة الطالب التي تمكنه من الوقوف أمام الناس والتمثيل .

إن مراحل ما قبل القدرة على التعبير وفقاً لـ (إيوجينيو باربا) التي يمر بها اي فرد يشرع بالعمل في مجال الفنون بشكل عام، وهي المراحل ذاتها التي يمر بها الطلبة الملتحقون في دراسة الفنون، تتحدد من خلال جوانب ثلاثة هي :

الجانب الأول : يرتبط بشخصية الطالب (المتدرب) على المستوى الاجتماعي .

الجانب الثاني : يرتبط بالظروف الثقافية التي يعيش في ظلها الطالب .

الجانب الثالث : إمكانية التعامل مع جسد وصوت وذهن الطالب . (ينظر : الكاشف : 2020، ص27)، إذ إن عقب هذه المراحل يبدأ الطالب باستخدام طاقاته بمعزل عن السياقات التاريخية، والإيديولوجية، والاجتماعية، والزمانية، والمكانية .

ويعد تحرير العضلات أهم خطوة بالنسبة للممثل، إذ أن تشنج العضلات يعوق عمل الممثل بشكل كلي، وهذا ما ذهب اليه ستانسلافسكي، في أن أي تشنج جسدي أو نفسي يصيب الممثل قد يؤدي الى ضعف أو تعطل جهازه الصوتي، وقد يحدث " التوتر العضلي في أثناء القيام بمجموعة من التمارين ضمن الأوضاع العمودية والأفقية، ... ولا بد للتخلص أيضا من هذه المعوقات أن يعود الممثل جسمه على الرشاقة، والمرونة، والتكيف، والتوازن، والتركيز على مركز الثقل في الجسم " (حمداوي : 2019، ص35) وربما يكون من المناسب للطالب تحريره من الكثير من الحركات غير الارادية (مظاهر نشاط الدماغ) التي قد تصدر منه اثناء التمرين أو أداء مشهد معين وهذه الحركات هي رسائل الدماغ الغير منطوقة، وربما تتسبب في اخطاء، ولأننا في الدرس التعليمي نبحث عن اللغة الايجابية للجسد والتي تتسم بالقوة، فيجب ان نجنب الطالب المتدرب الآتي :

1 - الدخول المتردد : يجب أن لا يدخل الطالب الى خشبة المسرح وهو يجر بقدميه، بل يجب ان يتحرك بشكل مباشر وبنقطة تامة نحو هدف بيتغيه .

2 - النظرات المسدلة : يجب أن لا يدخل الطالب الى المشهد بنظرات مسدلة وبوجه كئيب . بل يجب أن يبدأ حوار بعينه ويحتفظ بهذا الوضع طوال الوقت .

3 - إمالة الوجه الى أسفل : يجب أن لا يدخل الطالب الى المشهد ووجه موجه الى الارض، بل لا بد ان يكون بمستوى افقي مواجهها للممثل الثاني وللجمهور . (حماية : 2012، ص10)

أنا كتدريسي أبادر على تعليم الطلبة على ما يسمية هاجن (الحركات المتكيفة) أي " الحركات التي تدل على الاسترخاء مثل (الاعتدال في مقعدك أو أن تهز كتفيك أو أن ترخيها) ... إن الحركات المتكيفة هي الدلائل الحقيقية على الرسائل غير الشفهية، بينما يقول الآخرون إنها ليست أكثر من مجرد تدابير للراحة " (هاجن : 2017، ص10)

كذلك نعمل على ضبط حركات اليدين، إذ أن عدد كبير من الطلبة لا يستطيعون اكمل جملة واحدة في المشهد دون التلويح بإيديهم، وهذا الاستخدام لا يرتبط بالمهارة بل هو امر غريزي، وقد ترسل اليدين مشاعر طيبة او جادة، إلا أنها في ذات الوقت قد ترسل " العلامات الفورية والواضحة الدالة على العصبية والتوتر، ومن السهل الى حد ما ملاحظة معظم هذه العلامات، فالأشخاص الذي يعتصرون أيديهم ويشدون أصابعهم أو يثنونها أو ينقرون بأطراف أصابعهم على سطح الطاولة هم في العادة يمثلون بالقلق " (هاجن : 2017، ص45) .

في واحد من اهم المؤلفات التعليمية للمخرج والممثل (سامي عبد الحميد) تحدث عن العديد من الارشادات التي كان يراعيها أثناء التدريبات ومنها :

1 - قراءة المتدرب للنص وفهم دوره بشكل جيد .

- 2 - أن يقوم المتدرب بتخيل الشخص الذي يمثله وأن يقنع نفسه بأنه تعرض للمواقف الذي تعرض لها .
 - 3 - أن يكون المتدرب صادق التعبير، وأن يتنوع إحساسه بتنوع المواقف الدرامية .
 - 4 - أن يتعرف المتدرب على الخط الرئيس للأحداث، وأن يقسم دوره الى وحدات وأهداف .
 - 5 - أن يتكلم المتدرب بصوته ولهجته الطبيعية، وأن يؤدي مشاعر وانفعالات الشخصية كما هي لدى عامة الناس .
- كذلك ترك سامي عبد الحميد مجموعة من التوصيات التي توصل لها من خلال تمارينه مع طلبته على الصوت والإلقاء ومن هذه التوصيات :

1 - تغيير طبقات الصوت حسب تغير المشاعر والأفكار التي تعيها الشخصية .

2 - تجنب الرتابة التي تحدث في نهايات الجمل .

3 تجنب تكرار النغمات الصوتية وحدث ما يسمى بلغة المسرحيين (المونوتون) أي النغم الواحد . (ينظر : سامي عبد الحميد : 2011، ص33-35)

أن التدريب في اطار التجريب لا بد ان يبدأ " مرورا بمدارس ومناهج وأساليب التمثيل الحديثة مثل سنانسلافسكي وبريشت وغيرهما، وصولاً الى التجريب المعاصر الذي يشمل الأداء التفاعلي، واستخدام الوسائط الحديثة، وتوظيفات الجسد كأداة أساسية للتعبير في المسرح المعاصر، ويعتمد التدريب التجريبي على عناصر مثل التفاعل مع اللوعي، والارتجال، والتفاعل مع الجمهور، والتعبير الجسدي (...) فالتجريب ليس فقط تقنية فنية، بل رحلة ذاتية للممثل لفهم ذاته والتواصل الأعمق مع جمهوره وتجربته الإنسانية " (الكاشف : 2025، ص13)، إذ يجري ذلك من خلال تجاوز التقنيات التقليدية في التدريب والأداء والابتعاد عن القوالب الجاهزة بعد ان نعمل على توسيع إمكانات الممثل الجسدية والنفسية .

وأخيرا فإن الممارسات التدريبية المعاصرة تنطلق من مبدأ المرونة والتنوع، إذ أن " التدريب الأدائي لا يقوم على نماذج ثابتة، بل على إعادة تشكيل التمارين وفق سياق التعلم " (شيشنر : 2015، ص64) . وهذا ما يمكن تسميته بالأداء وإعادة إنتاج الممارسة، إذ " يغدو الجسد موقعا لإنتاج المعرفة " (لوكوك : 2018، ص92)، في حين " يفهم الصوت بوصفه امتداداً ديناميكياً له " (بيري : 2014، ص71)، فالصوت هو " طاقة حية، لا تتحقق فاعليتها إلا عبر تمرين مستمر يضبط حركته وإيقاعه " (لينكلير : 2018، ص54)، وأن التمرين الصوتي في الأداء المعاصرة " يركز على تحرير الصوت من القيود العضلية والنفسية " (لينكلير : 2018، ص102) الأمر الذي يدعونا الى اعتماد تمارين مركبة ومبتكرة تحقق أهداف الأداء .

مؤشرات الإطار النظري

- 1- التمكين التربوي يتحقق من خلال تنمية المعرفة والمهارة والثقة بالنفس بما يعزز استقلالية المتعلم وفاعليته الأدائية .
- 2- الأداء التمثيلي الفاعل يقوم على التكامل العضوي بين الجسد والصوت والانفعال ضمن سياق تدريبي واع .
- 3- التدريب المستمر والتجريب العملي يمثلان الأساس في تطوير القدرات التمثيلية وتحويل الإمكانيات إلى أداء فعلي .
- 4- البيئة التعليمية الداعمة والمرنة تساهم في تحرير طاقات الطلبة الإبداعية وتعزيز مشاركتهم الفاعلة .
- 5- تحرير الجسد من التوترات والعادات الحركية النمطية شرط أساسي لتنمية التعبير الأدائي وتحقيق التمكين .
- 6- التمارين الجسدية والصوتية المتنوعة والمبتكرة تساهم في تنمية الوعي بالأدوات التعبيرية وتحسين التحكم بها .
- 7- اختيار التمارين ينبغي أن يستجيب لحاجات الطلبة الفردية ومستوياتهم الأدائية بدلاً من الاعتماد على نماذج تدريبية ثابتة .
- 8- التمكين الأدائي يتحقق عندما يمتلك الطالب القدرة على توظيف جسده وصوته بوعي وإبداع في بناء الفعل التمثيلي والتواصل مع المتلقي .

الدراسات السابقة

عثر الباحث على دراسة بعنوان (أثر استراتيجية كيلر لتنمية الأداء المهاري لدى طلبة معهد الفنون الجميلة في مادة التمثيل) للباحثة (أغاريد محمود وهيب)، وقد نشرت في مجلة فنون الراشدين سنة 2024 . وكانت مشكلة الدراسة هي ملاحظة وجود ضعف في مهارات الأداء التمثيلي لدى طلبة المرحلة الخامسة في معهد الفنون الجميلة، الأمر الذي دفع الباحثة إلى تجربة استراتيجية كيلر لمعالجة هذا الضعف . أما هدف البحث فكان التعرف إلى أثر استراتيجية كيلر (Keller Strategy) في تنمية الأداء المهاري لدى طلبة معهد الفنون الجميلة في مادة التمثيل . وقد اقتصرت الدراسة على عينة من طلبة المرحلة الخامسة في معهد الفنون الجميلة الذين يدرسون مادة التمثيل، معتمدة المنهج التجريبي، إذ قامت الباحثة بإعداد خطط تدريسية وتدريبية وفق استراتيجية كيلر، ثم طبقت أداة لقياس الأداء المهاري قبل التجربة وبعدها . وفقاً لأداة البحث التي استخدمت الباحثة من خلالها استمارة لتقويم الأداء المهاري في التمثيل، وتم التحقق من صدقها وثباتها قبل التطبيق . وقد خلصت نتائج الدراسة إلى

أن استراتيجية كيلر حققت أثراً إيجابياً ذا دلالة إحصائية في تنمية الأداء المهاري لدى الطلبة في مادة التمثيل مقارنة بمستواهم السابق، وأوصت باعتمادها في تدريس المادة .

إن هذه الدراسة تختلف عن بحثي الحالي في نقاط جوهرية هي :

- 1- إن المتغير الرئيس في الدراسة السابقة استراتيجية كيلر، بينما المتغير الرئيس في بحثي هو التمكين .
- 2- ركزت الدراسة السابقة على الأداء المهاري فقط، بينما بحثي يركز على التمكين المعرفي والنفسي والأدائي .
- 3- إن الدراسة السابقة اعتمدت استراتيجية تدريسية جاهزة، بينما بحثي يقوم على تدريبات بدنية وصوتية مبتكرة .

الفصل الثالث

الإطار الإجرائي

منهج البحث : اعتمد الباحث المنهج شبه التجريبي، لأنه الأنسب للكشف عن استراتيجيات التدريبات البدنية والصوتية المبتكرة في تمكين طلبة قسم التربية الفنية في مادة التمثيل .

مجتمع البحث : تكون مجتمع البحث من طلبة المرحلة الثانية في قسم التربية الفنية / كلية الفنون الجميلة — جامعة واسط .

عينة البحث : تم اختيار عينة البحث بطريقة قصدية لتحقيق الانسجام بين طبيعة التجربة وأهدافها التطبيقية . لا سيما وان البحث يعتمد على خمسة تمارين يجري اختبارها على الطلبة وتتطلب تفاعلاً مباشراً مع أدوات الأداء الجسدي والصوتي، إذ بلغ حجم العينة (60) طالباً وطالبة . وقد وزع الباحث أفراد العينة الى مجموعتين متكافئتين، إذ ضمت المجموعة التجريبية (30) طالباً وطالبة خضعوا للتدريبات البدنية والصوتية المبتكرة . في حين ضمت المجموعة الضابطة (30) طالباً وطالبة أيضاً، درسوا وفق الأسلوب التقليدي المعتمد في مادة التمثيل، وذلك للكشف عن أثر المتغير التجريبي في تحقيق التمكين الأداء لدى الطلبة .

أداة البحث : تمثلت أداة البحث باستبانة أعدها الباحث لقياس آراء طلبة قسم التربية الفنية حول فاعلية التدريبات البدنية والصوتية المبتكرة، إذ تكونت الاستبانة من أربعة محاور هي : تحرير الجسد، تحرير الصوت، تحرير الخيال والارتجال، خفض التوتر والخجل، وقد اشتملت الاستبانة على (20) فقرة موزعة بواقع (5) فقرات لكل محور، واعتمدت مقياس ليكرت الخماسي في تقدير الاستجابات .

تحليل العينات :

بيانات تحليل نتائج المجموعة التجريبية (الاختبار القبلي)

أولاً : محور تحرير الجسد جدول رقم (1)

ت	العبارة	نوع الفقرة	الوسط الحسابي	الوسط بعد التصحيح	النسبة المئوية	التقدير
1	أشعر بالحرع عند أداء حركات جسدية أمام الآخرين	سلبية	3.90	2.10	42%	ضعيف
2	أستطيع التحرك بحرية داخل الفضاء المسرحي	إيجابية	3.19	3.19	63.8%	متوسط
3	أجد صعوبة في أداء الحركات غير التقليدية	سلبية	3.33	2.67	53.4%	متوسط
4	لدي القدرة على تقليد حركات الآخرين بسهولة	إيجابية	3.26	3.26	65.2%	متوسط
5	أمتلك الجرأة في استخدام جسدي للتعبير	إيجابية	2.86	2.86	57.2%	متوسط منخفض
6	المجموع الكلي	—	—	2.81	56.2%	متوسط يميل للضعف

تحليل الانحراف المعياري : من خلال النظر الى الجدول يلاحظ تبايناً واضحاً في الاستجابات ففي الفقرة (1) قبل العكس مرتفعة وهذا يدل على ارتفاع الشعور بالحرع، وفي الفقرات (2) و (4) متوسطة وهي تشير إلى تحسن جزئي في المهارات الحركية، وفي الفقرة (5) منخفضة وهي

تعني أن الجراءة الجسدية لم تتطور بالشكل الكافي، وهذا يدل على وجود انحراف معياري نسبي (تشتت) في الأداء، كما يلاحظ أن الطلبة موضوع المعاينة ليسوا في مستوى متقارب فالبعض خجول والآخر متحرر. وقد تم عكس الفقرات السالبة (1) و (3) إحصائياً لضمان دقة التحليل، علماً أن الباحث اعتمد مقياس (1 — 5) في تفسير المتوسطات، ثم استخراج النسبة المئوية بقسمة الوسط الحسابي على (5).

ويبين الجدول أعلاه أن مستوى استجابات الطلبة في محور تحرير الجسد جاء بدرجة متوسطة تميل إلى الضعف، إذ بلغ الوسط الحسابي العام (2.81) بنسبة (56.2%). وتشير النتائج إلى أن التمارين المطبقة أسهمت في تحسين بعض الجوانب الحركية، إلا أنها لم تكن كافية لتحقيق تحرر جسدي كامل، خصوصاً في ما يتعلق بتقليل الشعور بالحرج وتعزيز الجراءة الأدائية.

ثانياً: محور تحرير الصوت جدول رقم (2)

ت	العبارة	نوع الفقرة	الوسط الحسابي	الوسط بعد التصحيح	النسبة المئوية	التقدير
1	أشعر بالخجل عند رفع صوتي أمام الآخرين	سلبية	2.47	3.53	70.6%	جيد
2	أستطيع التنويع في طبقات صوتي	إيجابية	3.03	3.03	60.6%	متوسط
3	أجد صعوبة في إصدار أصوات غير مألوفة	سلبية	3.41	2.59	51.8%	متوسط ضعيف
4	أستطيع التعبير عن المعاني باستخدام الصوت فقط	إيجابية	2.97	2.97	59.4%	متوسط
5	أتحكم بنبرة صوتي أثناء الأداء	إيجابية	3.48	3.48	69.6%	جيد
6	المجموع الكلي	—	—	3.12	62.4%	متوسط

تحليل الانحراف المعياري: من خلال النظر إلى الجدول يلاحظ تبايناً واضحاً بين الفقرات، أعلى قيمة (3.53) من نسبة تقليل الخجل الصوتي وأدنى قيمة (2.59) نسبة إنتاج أصوات غير مألوفة، وهذا يدل على أن هناك انحراف (تشتت) متوسط في مهارات الطلبة الصوتية، وأنهم ليسوا في مستوى واحد، كما أن استجابات الطلبة ليست متقاربة جداً، إذ أن بعض الطلبة تحسّنوا في الجراءة الصوتية، في حين أن آخرون ما زالوا يعانون في المهارات التقنية (تنويع الصوت وإنتاجه)، وقد تم عكس الفقرات السالبة (1) و (3) إحصائياً قبل احتساب المتوسط العام. وأن الباحث اعتمد مقياس (1-5) في تفسير النتائج، إذ تم استخراج النسبة المئوية بقسمة الوسط الحسابي على (5).

يوضح الجدول أيضاً أن مستوى استجابات الطلبة في محور تحرير الصوت جاء بدرجة متوسطة، إذ بلغ الوسط الحسابي العام (3.12) بنسبة (62.4%). وتشير النتائج إلى فاعلية التمارين في تقليل الخجل الصوتي وتحسين التحكم بالنبرة، في حين ما زالت هناك حاجة إلى تطوير مهارات التنويع الصوتي وإنتاج الأصوات غير المألوفة.

ثالثاً: محور تحرير الخيال والارتجال جدول رقم (3)

ت	العبارة	نوع الفقرة	الوسط الحسابي	الوسط بعد التصحيح	النسبة المئوية	التقدير
1	أجد صعوبة في تخيل مواقف غير واقعية	سلبية	2.83	3.17	63.4%	متوسط
2	أستطيع الارتجال بسرعة أثناء التمثيل	إيجابية	2.97	2.97	59.4%	متوسط
3	أشعر بالتردد عند أداء مشاهد خيالية	سلبية	3.28	2.72	54.4%	متوسط ضعيف
4	أمتلك القدرة على ابتكار أفكار مسرحية جديدة	إيجابية	3.00	3.00	60%	متوسط
5	أستجيب بسرعة للمواقف التمثيلية المفاجئة	إيجابية	3.21	3.21	64.2%	متوسط
6	المجموع الكلي	—	—	3.01	60.2%	متوسط

تحليل الانحراف المعياري: من خلال النظر إلى الجدول يلاحظ تبايناً واضحاً بين الفقرات، أعلى قيمة (3.21) من نسبة الاستجابة للمواقف المفاجئة، وأدنى قيمة (2.72) من نسبة التردد في المشاهد الخيالية، وهذا يدل على وجود تباين متوسط في القدرات التخيلية، وأن الطلبة متفاوتون بين الجراءة في التفاعل وبين التردد في الابتكار، لكن الجدول عموماً يشير إلى أن التمارين المبتكرة أسهمت بدرجة متوسطة في تنمية القدرات التخيلية والارتجالية لدى الطلبة، إذ بلغ الوسط الحسابي العام (3.01) بنسبة (60.2%). وقد أظهرت النتائج تحسناً نسبياً في سرعة الاستجابة

للمواقف التمثيلية المفاجئة، وهو ما يعكس فاعلية التمارين في تنمية التفاعل الآني . إلا أن نتائج الاستبانة أظهرت أيضاً استمرار بعض الصعوبات، كالتردد في أداء المشاهد الخيالية وضعف القدرة على الابتكار الحر، مما يؤكد الحاجة إلى تعزيز التمارين المعتمدة على إطلاق الخيال وكسر القيود الذهنية . أي أن الطلبة يتجاوبون مع المواقف، لكنهم لا يبادرون بابتكارها .

المحور الرابع : خفض التوتر والخلج جدول رقم (4)

ت	العبارة	نوع الفقرة	الوسط الحسابي	الوسط بعد التصحيح	النسبة المئوية	التقدير
1	أشعر بالتوتر عند الأداء أمام الآخرين	سلبية	3.27	2.73	54.6%	متوسط ضعيف
2	أخاف من تقييم الآخرين لأدائي	سلبية	3.07	2.93	58.6%	متوسط
3	أشعر بالراحة أثناء التمارين الجماعية	إيجابية	3.61	3.61	72.2%	جيد
4	أستطيع الأداء دون التفكير بنظرة الآخرين	إيجابية	3.10	3.10	62%	متوسط
5	يزداد شعوري بالثقة أثناء التمثيل	إيجابية	3.86	3.86	77.2%	جيد جداً
6	المجموع الكلي	_____	_____	3.25	65%	متوسط يميل للجيد

تحليل الانحراف المعياري : من خلال النظر الى الجدول يلاحظ تبايننا واضحا بين الفقرات، اعلى قيمة (3.86) من نسبة الثقة أثناء التمثيل ، وأدنى قيمة (2.73) من نسبة التوتر أمام الآخرين، وهذا يشير الى فارق يصل (1.13) أي انحراف واضح وتشنت متوسط الى مرتفع، وبدل على وجود تردد نفسي لدى الطلبة، وأنهم لم يصلوا إلى ثقة مستقرة بالكامل . وتفسير هذا الانحراف هو الطلبة غير متجانسين نفسياً، إذ أن بعضهم اكتسب ثقة عالية في البعض الآخر ما زالوا يعانون من الخوف والتوتر . وأخيراً فإن الجدول أعلاه يؤكد أن التمارين المبتكرة أسهمت بدرجة متوسطة تميل إلى الجيدة في تحسين الجانب النفسي للأداء التمثيلي، إذ بلغ الوسط الحسابي العام (3.25) بنسبة (65%). إذ أظهرت النتائج ارتفاعاً واضحاً في مستوى الثقة أثناء التمثيل والشعور بالراحة في التمارين الجماعية، مما يعكس فاعلية التمارين في تعزيز البيئة التفاعلية الآمنة . ولكن النتائج كشفت بالمقابل من ذلك استمرار بعض مظاهر الخوف والتوتر من تقييم الآخرين، وهو ما يشير إلى أن المعالجة النفسية لم تكتمل بشكل كاف لدى جميع الطلبة، الأمر الذي يتطلب تعزيز التمارين الداعمة للثقة الفردية .

بيانات تحليل نتائج المجموعة التجريبية (الاختبار البعدي)

أولاً : محور تحرير الجسد جدول رقم (5)

ت	العبارة	نوع الفقرة	الوسط الحسابي	الوسط بعد التصحيح	النسبة المئوية	التقدير
1	أشعر بالحرج عند أداء حركات جسدية أمام الآخرين	سلبية	2.60	3.40	68.0%	متوسط عالي
2	أستطيع التحرك بحرية داخل الفضاء المسرحي	إيجابية	3.43	3.43	68.6%	متوسط عالي
3	أجد صعوبة في أداء الحركات غير التقليدية	سلبية	3.20	2.80	56.0%	ضعيف
4	لدي القدرة على تقليد حركات الآخرين بسهولة	إيجابية	3.23	3.23	64.6%	متوسط
5	أمتلك الجرأة في استخدام جسدي للتعبير	إيجابية	3.00	3.00	60.0%	متوسط
6	المجموع الكلي	_____	3.17	_____	63.4%	متوسط

تحليل الانحراف المعياري : من خلال النظر الى الجدول يلاحظ تبايننا واضحا بين الفقرات، إذ يمكن تقدير التشنت من الفروق بين العبارات، فأعلى قيمة (3.43) من نسبة الإستجابة لحرية الجسد، وأدنى قيمة (2.80) من نسبة الصعوبات، أما المدى فهو (0.63) ويعد منخفضاً إلى متوسط، ما يشير إلى أن استجابات الطلبة متقاربة نسبياً، وأن أثر التمارين كان متجانساً بين أفراد العينة . أما فيما يخص ارتفاع نسبة الاستجابات المحايدة (26%) فإنه يدل على أن عدداً من الطلبة ما زالوا في مرحلة انتقالية بين التحرر الجسدي الكامل والتحفيز الحركي . أن الاستبيان عموماً يظهر أن التمارين البدنية المبتكرة أسهمت في تحسين مستوى الأداء الجسدي لدى الطلبة، إذ بلغ الوسط الحسابي العام (3.17) بنسبة (63.4%). وقد حققت فقرة " القدرة على التحرك بحرية داخل الفضاء المسرحي " أعلى متوسط حسابي بلغ (3.43)، مما يشير إلى نجاح التمارين في تنمية الوعي المكاني والمرونة الحركية . كما انخفضت مؤشرات الحرج الجسدي مقارنة بما هو متوقع في الأداء التقليدي، وهو ما يعكس أثراً إيجابياً للتمارين

في كسر الحواجز النفسية المرتبطة باستخدام الجسد . مقابل ذلك أظهرت فقرة " الصعوبة في أداء الحركات غير التقليدية " أدنى متوسط حسابي بعد التصحيح، مما يدل على أن الطلبة ما زالوا بحاجة إلى مزيد من التدريبات التي تستهدف توسيع المخزون الحركي وتعزيز الجراة في استكشاف أنماط أداء جديدة . وبشكل عام تؤكد النتائج أن التمارين المبتكرة أسهمت في تحسين جودة الأداء التمثيلي من خلال زيادة حرية الحركة وتنمية الثقة باستخدام الجسد كوسيلة تعبير مسرحي .

ثانياً: محور تحرير الصوت جدول رقم (6)

ت	العبرة	نوع الفقرة	الوسط الحسابي	الوسط التصحيح	بعد	النسبة المئوية	التقدير
1	أشعر بالخل عند رفع صوتي أمام الآخرين	سلبية	2.57	3.43		68.6%	متوسط عالي
2	أستطيع التنويع في طبقات صوتي	إيجابية	3.43	3.43		68.6%	متوسط عالي
3	أجد صعوبة في إصدار أصوات غير مألوفة	سلبية	3.07	2.93		58.6%	ضعيف
4	أستطيع التعبير عن المعاني باستخدام الصوت فقط	إيجابية	3.03	3.03		60.6%	متوسط
5	أتحكم بنبرة صوتي أثناء الأداء	إيجابية	3.67	3.67		73.4%	جيد
6	المجموع الكلي	—	3.30			66.0%	متوسط عالي

أعدت هذه الأوزان بالاعتماد على مقياس ليكرت الخماسي وكالاتي :

تحليل الانحراف المعياري : من خلال النظر الى الجدول يلاحظ تباينا واضحا بين الفقرات، إذ يمكن تقدير التباين بين العبارات من خلال المدى، فأعلى متوسط (3.67) من نسبة الاستجابة لحرية الصوت، وأدنى متوسط (2.93) من نسبة الصعوبات، أما المدى فهو (0.74) مما يشير الى تشتت متوسط بين فقرات المحور . وأن نسبة المحايد (28%) تعد مرتفعة نسبياً، وهو ما يعني أن جزءاً من الطلبة لا يزال في مرحلة الانتقال من الاستخدام التقليدي للصوت إلى الاستخدام الأدائي الواعي . أن الاستبيان عموماً يظهر أن التمارين المبتكرة أسهمت في تطوير القدرات الصوتية لدى الطلبة، إذ بلغ الوسط الحسابي العام (3.30) بنسبة (66.0%). وقد حققت فقرة التحكم بنبرة الصوت أثناء الأداء أعلى متوسط حسابي بلغ (3.67)، مما يشير إلى نجاح التمارين في تنمية السيطرة على الأدوات الصوتية وتوظيفها في التعبير المسرحي . كذلك أظهر الاختبار انخفاضاً في مستوى الخجل المرتبط برفع الصوت أمام الآخرين، وهو ما يعكس أثراً إيجابياً للتمارين في تعزيز الجراة الأدائية والثقة بالنفس . في المقابل، جاءت فقرة إصدار الأصوات غير المألوفة بأدنى متوسط بعد التصحيح، مما يدل على أن الطلبة ما زالوا بحاجة إلى مزيد من التدريبات التي تستهدف توسيع المدى الصوتي وتنمية المرونة في إنتاج الأصوات . وهذه البيانات تدل على أن التمارين المطبقة أسهمت في تحسين جودة الأداء التمثيلي من خلال رفع كفاءة التعبير الصوتي، وزيادة القدرة على التحكم بالنبرة والتنغيم، وتعزيز التواصل الأدائي مع المتلقي، وهي عناصر أساسية في بناء الشخصية المسرحية وتجسيدها بصورة أكثر إقناعاً .

ثالثاً : محور تحرير الخيال والارتجال جدول رقم (7)

ت	العبرة	نوع الفقرة	الوسط الحسابي	الوسط التصحيح	بعد	النسبة المئوية	التقدير
1	أجد صعوبة في تخيل مواقف غير واقعية	سلبية	2.50	3.50		70.0%	جيد
2	أستطيع الارتجال بسرعة أثناء التمثيل	إيجابية	3.20	3.20		64.0%	متوسط
3	أشعر بالتردد عند أداء مشاهد خيالية	سلبية	2.87	3.13		62.6%	متوسط
4	أمتلك القدرة على ابتكار أفكار مسرحية جديدة	إيجابية	3.57	3.57		71.4%	جيد
5	أستجيب بسرعة للمواقف التمثيلية المفاجئة	إيجابية	3.20	3.20		64.0%	متوسط
6	المجموع الكلي	—	—	3.32		66.4%	متوسط عالي

تحليل الانحراف المعياري : من خلال النظر الى الجدول يلاحظ تباينا واضحا بين الفقرات، إذ يمكن تقدير التباين بين العبارات من خلال المدى، فأعلى متوسط (3.57) من نسبة الاستجابة لحرية الخيال، وأدنى متوسط (3.13) من نسبة الصعوبات، أما المدى فهو (0.44) مما يشير الى مدى منخفض نسبياً، إذ يدل ذلك على أن استجابات الطلبة كانت متقاربة وأن أثر التمرين كان متجانساً بين أفراد العينة . لم تظهر فقرة منخفضة جداً، إذ أن جميع الفقرات تراوحت بين (62.6% - 71.4 %) مما يشير إلى استقرار نسبي في تأثير التمارين على مختلف جوانب الخيال والارتجال .

المحور الرابع : خفض التوتر والخجل جدول رقم (8)

ت	العبرة	نوع الفقرة	الوسط الحسابي	الوسط بعد التصحيح	النسبة المئوية	التقدير
1	أشعر بالتوتر عند الأداء أمام الآخرين	سلبية	2.33	3.67	73.4%	جيد
2	أخاف من تقييم الآخرين لأدائي	سلبية	2.70	3.30	66.0%	متوسط عالي
3	أشعر بالراحة أثناء التمارين الجماعية	إيجابية	3.47	3.47	69.4%	متوسط عالي
4	أستطيع الأداء دون التفكير بنظرة الآخرين	إيجابية	3.43	3.43	68.6%	متوسط عالي
5	يزداد شعوري بالثقة أثناء التمثيل	إيجابية	3.70	3.70	74.0%	جيد
6	المجموع الكلي	—	—	3.51	70.3%	جيد

تحليل الانحراف المعياري : من خلال النظر الى الجدول يلاحظ تباينا واضحا بين الفقرات، إذ يمكن تقدير التباين بين العبارات من خلال المدى، فأعلى متوسط (3.70) من نسبة خفض التوتر والخجل، وأدنى متوسط (3.30) من نسبة الصعوبات، أما المدى فهو (0.40) ويعد منخفض نسبياً مما يشير الى تقارب مستويات الاستجابة بين الطلبة، كذلك تجانس تأثير التمارين على مختلف جوانب الثقة النفسية . بالإضافة الى عدم وجود فروق حادة بين مؤشرات المحور . كما أن جميع الفقرات تجاوزت نسبة (66%)، وهو مؤشر إيجابي على فاعلية التمارين في هذا المجال .

بيانات تحليل نتائج المجموعة الضابطة (الاختبار القبلي)

أولا : محور تحرير الجسد جدول رقم (9)

ت	العبرة	نوع الفقرة	الوسط الحسابي	الوسط بعد التصحيح	النسبة المئوية	التقدير
1	أشعر بالحرج عند أداء حركات جسدية أمام الآخرين	سلبية	3.43	2.57	51.4%	مقبول
2	أستطيع التحرك بحرية داخل الفضاء المسرحي	إيجابية	3.10	3.10	62.0%	متوسط
3	أجد صعوبة في أداء الحركات غير التقليدية	سلبية	3.53	2.47	49.4%	دون المقبول
4	لدي القدرة على تقليد حركات الآخرين بسهولة	إيجابية	3.23	3.23	64.6%	متوسط
5	أمتلك الجرأة في استخدام جسدي للتعبير	إيجابية	2.50	2.50	50.0%	مقبول
6	المجموع الكلي	—	—	2.77	55.5%	مقبول

تحليل الانحراف المعياري : من خلال النظر الى الجدول يلاحظ تباينا واضحا بين الفقرات، إذ يمكن تقدير التباين بين العبارات من خلال المدى، فأعلى متوسط (3.23) من نسبة الاستجابة لتحرير الجسد، وأدنى متوسط (2.47) من نسبة الصعوبات، أما المدى فهو (0.76) وهذا يؤشر تشتت متوسط في الاستجابات، أو أن تأثير التمرين غير كافي لتحرير كل مواضع الجسد . كذلك يؤشر الجدول نجاح نسبي في الوعي الحركي، كتقليد الحركات والحركة داخل الفضاء المسرحي، وضعف الجرأة في استخدام الجسد وأداء الحركات غير التقليدية، مع استمرار جزئي للحرج، وأخيرا فعلى الرغم من وجود تحسن، إلا أن نسبة (51.4%) تشير إلى أن التحرر الجسدي تلكا في أن يصل إلى المستوى المطلوب .

جدول رقم (10)

ثانياً: محور تحرير الصوت

ت	العبارة	نوع الفقرة	الوسط الحسابي	الوسط التصحيح	بعد	النسبة المئوية	التقدير
1	أشعر بالخجل عند رفع صوتي أمام الآخرين	سلبية	2.90	3.10		62.0%	متوسط
2	أستطيع التنوع في طبقات صوتي	إيجابية	3.40	3.40		68.0%	متوسط عالي
3	أجد صعوبة في إصدار أصوات غير مألوفة	سلبية	3.80	2.20		44.0%	دون المقبول
4	أستطيع التعبير عن المعاني باستخدام الصوت فقط	إيجابية	2.80	2.80		56.0%	مقبول
5	أتحكم بنبرة صوتي أثناء الأداء	إيجابية	3.07	3.07		61.4%	متوسط
6	المجموع الكلي	—	—	2.91		58.3%	مقبول

تحليل الانحراف المعياري : من خلال النظر الى الجدول يلاحظ تباينا واضحا بين الفقرات، إذ يمكن تقدير التباين بين العبارات من خلال المدى، فأعلى متوسط (3.40) من نسبة الاستجابة لتحرير الصوت، وأدنى متوسط (2.20) من نسبة الصعوبات، أما المدى فهو (1.20)، وهذا يعد تشتتا مرتفعا نسبيا مقارنة بالمحاور السابقة مما يؤكد على أن التمرين أثر بقوة في بعض المهارات الصوتية أكثر من غيرها، إذ أن هناك تحسن في التحكم الصوتي، كالتنوع في طبقات الصوت والتحكم بنبرة الصوت أثناء الأداء ورفع الصوت أمام الآخرين . إلا أن الجدول يؤكد أيضا ضعف في المرونة الصوتية الإبداعية على مستوى إصدار أصوات غير مألوفة أو قصور في التعبير الصوتي المستقل، وهذا بدوره يؤكد أن الطلبة ما زالوا يجدون صعوبة في التجريب الصوتي الحر أو التعرف على مساحات غير التقليدية للصوت .

جدول رقم (11)

ثالثاً : محور تحرير الخيال والارتجال

ت	العبارة	نوع الفقرة	الوسط الحسابي	الوسط بعد التصحيح	النسبة المئوية	التقدير
1	أجد صعوبة في تخيل مواقف غير واقعية	سلبية	3.37	2.63	52.6%	مقبول
2	أستطيع الارتجال بسرعة أثناء التمثيل	إيجابية	2.97	2.97	59.4%	مقبول
3	أشعر بالتردد عند أداء مشاهد خيالية	سلبية	3.50	2.50	50.0%	مقبول
4	أمتلك القدرة على ابتكار أفكار مسرحية جديدة	إيجابية	2.77	2.77	55.4%	مقبول
5	أستجيب بسرعة للمواقف التمثيلية المفاجئة	إيجابية	3.07	3.07	61.4%	متوسط
6	المجموع الكلي	—	—	2.79	55.8%	مقبول

تحليل الانحراف المعياري : من خلال النظر الى الجدول يلاحظ تباينا واضحا بين الفقرات، إذ يمكن تقدير التباين بين العبارات من خلال المدى، فأعلى متوسط (3.07) من نسبة الاستجابة لتحرير الخيال، وأدنى متوسط (2.50) من نسبة الصعوبات، أما المدى فهو (0.57)، ويعد ذلك تشتت متوسط، يؤكد أن جميع جوانب الخيال والارتجال تأثرت بدرجات متقاربة نسبياً . مع ارتفاع في نسبة الاستجابات المحايدة الى (32.7%) ويعد ذلك دليلاً على أن عدداً كبيراً من الطلبة ما زالوا في مرحلة انتقالية ولم يحققوا ثقة كاملة في قدراتهم التخيلية والارتجالية . فعلى الرغم من تحسن الاستجابة للمواقف الدرامية والمفاجئة وسرعة الارتجال أثناء التمثيل إلا أن هناك محدودية لأثر التمرين على الخيال العميق، مثل تخيل المواقف غير التقليدية، كذلك ضعف نسبي في الابتكار .

جدول رقم (12)

المحور الرابع : خفض التوتر والخلج

ت	العبارة	نوع الفقرة	الوسط الحسابي	الوسط بعد التصحيح	النسبة المئوية	التقدير
1	أشعر بالتوتر عند الأداء أمام الآخرين	سلبية	3.17	2.83	56.6%	مقبول
2	أخاف من تقييم الآخرين لأدائي	سلبية	3.13	2.87	57.4%	مقبول
3	أشعر بالراحة أثناء التمارين الجماعية	إيجابية	3.50	3.50	70.0%	جيد
4	أستطيع الأداء دون التفكير بنظرة الآخرين	إيجابية	3.07	3.07	61.4%	متوسط
5	يزداد شعوري بالثقة أثناء التمثيل	إيجابية	3.60	3.60	72.0%	جيد
6	المجموع الكلي	—	—	3.17	63.5%	متوسط

تحليل الانحراف المعياري : من خلال النظر الى الجدول يلاحظ تباينا واضحا بين الفقرات، إذ يمكن تقدير التباين بين العبارات من خلال المدى، فأعلى متوسط (3.60) من نسبة انخفاض التوتر والخلج، وأدنى متوسط (2.83) من نسبة الصعوبات، أما المدى فهو (0.77)، ويعد ذلك تشتت متوسط، أو أن التمرين أثر في بعض أبعاد الثقة النفسية أكثر من غيرها . كذلك تحققت بعض نقاط القوة، إذ أن بلغ ارتفاع الشعور بالثقة أثناء التمثيل (72%) وارتفاع الراحة أثناء التمارين الجماعية (70%)، مما يعني نجاح التمرين في خلق بيئة تعليمية آمنة نسبياً . إلا مجموعة من نقاط الضعف ظهرت أيضا مثل بقاء قدر من التوتر عند الأداء أمام الآخرين، وبقاء بعض الخوف من التقييم الخارجي، مع ارتفاع نسبة الاستجابات المحايدة الى (30%) مما يعكس أن عدداً من الطلبة لم يصلوا بعد إلى مرحلة الثقة الكاملة بأنفسهم .

بيانات تحليل نتائج المجموعة الضابطة (الاختبار البعدي)

جدول رقم (13)

أولا : محور تحرير الجسد

ت	العبارة	نوع الفقرة	الوسط الحسابي	الوسط بعد التصحيح	النسبة المئوية	التقدير
1	أشعر بالحرج عند أداء حركات جسدية أمام الآخرين	سلبية	2.03	3.97	79.4%	جيد عالي
2	أستطيع التحرك بحرية داخل الفضاء المسرحي	إيجابية	4.20	4.20	84.0%	جيد جدا
3	أجد صعوبة في أداء الحركات غير التقليدية	سلبية	2.60	3.40	68.0%	متوسط
4	لدي القدرة على تقليد حركات الآخرين بسهولة	إيجابية	3.60	3.60	72.0%	جيد
5	أمتلك الجرأة في استخدام جسدي للتعبير	إيجابية	3.57	3.57	71.4%	جيد
6	المجموع الكلي	—	3.75	—	75.0%	جيد عالي

تحليل الانحراف المعياري : من خلال النظر الى الجدول يلاحظ تباينا واضحا بين الفقرات، إذ يمكن تقدير التباين بين العبارات من خلال المدى، فأعلى متوسط (4.20) من نسبة الاستجابة لتحرير الجسد، وأدنى متوسط (3.40) من نسبة الصعوبات، أما المدى فهو (0.80)، وهذا تشتت متوسط، يعكس فكرة أن التمرين أثر في معظم أبعاد تحرير الجسد بصورة متقاربة . أما الانحراف المعياري فيعد منخفضاً، إذ يشير إلى تجانس استجابات الطلبة وتقارب تأثير التمرين على أفراد العينة .

جدول رقم (14)

ثانياً: محور تحرير الصوت

ت	العبارة	نوع الفقرة	الوسط الحسابي	الوسط بعد التصحيح	النسبة المئوية	التقدير
1	أشعر بالخلج عند رفع صوتي أمام الآخرين	سلبية	1.87	4.13	82.6%	جيد جدا
2	أستطيع التنوع في طبقات صوتي	إيجابية	3.83	3.83	76.6%	جيد
3	أجد صعوبة في إصدار أصوات غير مألوفة	سلبية	2.83	3.17	63.4%	متوسط

4	أستطيع التعبير عن المعاني باستخدام الصوت فقط	إيجابية	3.27	3.27	65.4%	متوسط
5	أتحكم ببيرة صوتي أثناء الأداء	إيجابية	4.03	4.03	80.6%	جيد جدا
6	المجموع الكلي	—	3.69		73.8%	جيد

تحليل الانحراف المعياري : من خلال النظر الى الجدول يلاحظ تباينا واضحا بين الفقرات، إذ يمكن تقدير التباين بين العبارات من خلال المدى، فأعلى متوسط (4.13) من نسبة الاستجابة لتحرير الصوت، وأدنى متوسط (3.17) من نسبة الصعوبات، أما المدى فهو (0.96)، وهذا تشتت متوسط، يعكس فكرة أن التمرين أثر في معظم أبعاد تحرير الجسد بصورة متقاربة . أما الانحراف المعياري فيعد منخفضاً، إذ يشير إلى تجانس استجابات الطلبة وتقارب تأثير التمرين على أفراد العينة . وهذا المقدار من التشتت يعد متوسط يميل إلى الارتفاع، ويعكس فكرة أن التمرين كان أكثر فاعلية في بعض المهارات الصوتية من غيرها . وهذا انحراف معياري منخفض إلى متوسط، يدل على أن هناك تجانس مقبول في مستوى الاستجابات .

ثالثا : محور تحرير الخيال والارتجال (جدول رقم 15)

ت	العبارة	نوع الفقرة	الوسط الحسابي	الوسط بعد التصحيح	النسبة المئوية	التقدير
1	أجد صعوبة في تخيل مواقف غير واقعية	سلبية	2.47	3.53	70.6%	جيد
2	أستطيع الارتجال بسرعة أثناء التمثيل	إيجابية	3.70	3.70	74.0%	جيد
3	أشعر بالتردد عند أداء مشاهد خيالية	سلبية	2.07	3.93	78.6%	جيد عالي
4	أمتلك القدرة على ابتكار أفكار مسرحية جديدة	إيجابية	3.67	3.67	73.4%	جيد
5	أستجيب بسرعة للمواقف التمثيلية المفاجئة	إيجابية	3.77	3.77	75.4%	جيد عالي
6	المجموع الكلي	—	3.72		74.4%	جيد

تحليل الانحراف المعياري : من خلال النظر الى الجدول يلاحظ تباينا واضحا بين الفقرات، إذ يمكن تقدير التباين بين العبارات من خلال المدى، فأعلى متوسط (3.93) من نسبة الاستجابة لتحرير الخيال، وأدنى متوسط (3.53) من نسبة الصعوبات، أما المدى فهو (0.40)، وهذا المقدار من المدى يعد منخفضا جدا يعكس فكرة تقارب النتائج بين جميع فقرات المحور . أما الانحراف المعياري التقريبي فهو منخفض جداً، ما يدل على تجانس كبير في استجابات الطلبة وتأثير متقارب للتمرين على جوانب الخيال والارتجال .

المحور الرابع : خفض التوتر والخجل (جدول رقم 16)

ت	العبارة	نوع الفقرة	الوسط الحسابي	الوسط بعد التصحيح	النسبة المئوية	التقدير
1	أشعر بالتوتر عند الأداء أمام الآخرين	سلبية	1.70	4.30	86.0%	جيد جدا عالي
2	أخاف من تقييم الآخرين لأدائي	سلبية	2.13	3.87	77.4%	جيد عالي
3	أشعر بالراحة أثناء التمارين الجماعية	إيجابية	3.97	3.97	79.4%	جيد عالي
4	أستطيع الأداء دون التفكير بنظرة الآخرين	إيجابية	3.70	3.70	74.0%	جيد
5	يزداد شعوري بالثقة أثناء التمثيل	إيجابية	4.30	4.30	86.0%	جيد جدا عالي
6	المجموع الكلي	—	4.03		80.6%	جيد جدا

تحليل الانحراف المعياري : من خلال النظر الى الجدول يلاحظ تباينا واضحا بين الفقرات، إذ يمكن تقدير التباين بين العبارات من خلال المدى، فأعلى متوسط (4.30) من نسبة الاستجابة لخفض التوتر والخوف، وأدنى متوسط (3.70) من نسبة الصعوبات، أما المدى فهو (0.60)، ويعد هذا المدى منخفض نسبياً، يشير الى تقارب مستويات التحسن في جميع فقرات المحور . أما الانحراف المعياري التقريبي، فهو منخفض يدل على تجانس استجابات المتدربين، وفاعلية التمرين بصورة مقاربة لدى معظمهم، وعدم وجود فروق كبيرة بينهم في الاستفادة من التدريب .

الفصل الرابع

النتائج ومناقشتها

أولاً: استبانة تحرير الجسد

- 1- إن المتوسط الحسابي للعيينة الضابطة في الاختبار القبلي بلغ (2.87) بنسبة (57.5%)، في حين ارتفع في الاختبار البعدي إلى (3.17) بنسبة (63.4 %) .
- 2 - إن المتوسط الحسابي للعيينة التجريبية في الاختبار القبلي بلغ (3.30) بنسبة (66.0%)، في حين ارتفع في الاختبار البعدي إلى (3.75) بنسبة (75.0 %) .
- 3 - إن المجموعة التجريبية حققت مقدار تحسن بلغ (+0.45) مقارنة بـ (+0.30) للمجموعة الضابطة .
- 4 - إن نتائج المحور في مجمله أظهرت تحسناً في حرية الحركة داخل الفضاء المسرحي والجرأة في استخدام الجسد للتعبير . كذلك أسهمت التدريبات المبتكرة في خفض الحرج الجسدي وتنمية القدرة على توظيف الجسد بوصفه أداة تعبيرية في الأداء التمثيلي .

ثانياً: استبانة تحرير الصوت

- 1- إن المتوسط الحسابي للعيينة الضابطة في الاختبار القبلي بلغ (3.12) بنسبة (62.4%)، في حين ارتفع في الاختبار البعدي إلى (3.43) بنسبة (68.5 %) .
- 2- إن المتوسط الحسابي للعيينة التجريبية في الاختبار القبلي وصل الى (3.08) بنسبة (61.6 %)، في حين ارتفع في الاختبار البعدي إلى (3.69) بنسبة (73.8 %) .
- 3- إن المجموعة التجريبية حققت مقدار تحسن بلغ (+0.61) مقابل (+0.31) للمجموعة الضابطة .
- 4- إن نتائج المحور في مجمله تشير الى أن التدريبات أسهمت في تقليل الخجل المرتبط باستخدام الصوت أمام الآخرين، وكذلك تحسنت قدرة المتدربين على التحكم بالتنوع والنبهة في الطبقات الصوتية واستخدام الصوت في التعبير الدرامي .

ثالثاً: استبانة تحرير الخيال والارتجال

- 1- إن المتوسط الحسابي للعيينة الضابطة في الاختبار القبلي بلغ (3.01) بنسبة (60.3%)، في حين ارتفع في الاختبار البعدي إلى (3.32) بنسبة (66.4 %) .
- 2- المتوسط الحسابي للعيينة التجريبية في الاختبار القبلي بلغ (3.12) بنسبة (62.4%)، في حين ارتفع في الاختبار البعدي إلى (3.72) بنسبة (74.4 %) .
- 3- إن المجموعة التجريبية حققت مقدار تحسن بلغ (+0.60) مقابل (+0.31) للمجموعة الضابطة .
- 4- إن نتائج المحور في مجمله تشير الى أن التدريبات المبتكرة ساعدت على تنمية القدرة على الارتجال والتعامل مع المواقف التمثيلية المفاجئة . كذلك أسهمت في تطوير الخيال المسرحي وتقليل التردد في أداء المشاهد التخيلية .

رابعاً: استبانة خفض التوتر والخجل

- 1- المتوسط الحسابي للعيينة الضابطة في الاختبار القبلي وصل الى (3.29) بنسبة (65.8%)، في حين ارتفع في الاختبار البعدي إلى (3.51) بنسبة (70.3 %) .

- 2- المتوسط الحسابي للعينة التجريبية في الاختبار القبلي بلغ (3.32) بنسبة (66.4%)، في حين ارتفع في الاختبار البعدي إلى (4.03) بنسبة (80.6 %).
- 3- إن المجموعة التجريبية سجلت أعلى مقدار تحسن بين جميع المحاور بلغ (+0.71)، مقابل (+0.22) للمجموعة الضابطة .
- 4- إن نتائج المحور في مجمله تشير الى أن التدريبات أسهمت في خفض التوتر المرتبط بالأداء أمام الآخرين . كذلك عززت ثقة المتدربين بأنفسهم وخففت من الخوف من التقييم، مما انعكس إيجابياً على جودة الأداء التمثيلي .

الاستنتاجات

- 1- إن التدريبات البدنية والصوتية المبتكرة أسهمت في تحسين مستوى الأداء التمثيلي لدى طلبة قسم التربية الفنية بصورة تفوقت على ما يطرح في الدرس من تمارين .
- 2- إن محور خفض التوتر والخلج وصل الى أعلى نسبة تحسن في المجموعة التجريبية، مما يعكس فاعلية التدريبات المستخدمة في تعزيز الثقة بالنفس وتقليل القلق الأدائي .
- 3- إن التدريبات المبتكرة تلك أدت إلى تنمية قدرات الطلبة في استخدام الجسد والصوت بوصفهما أداتين أساسيتين للتعبير المسرحي .
- 4- إن التدريبات المبتكرة أسهمت في تطوير الخيال المسرحي وحققت للمتدربين القدرة على الارتجال والاستجابة للمواقف التمثيلية المفاجئة .
- 5- إن نتائج الاختبارات البعدية أظهرت تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في جميع محاور الاستبانة، مما يعكس فاعلية الاستراتيجيات التدريبية المعتمدة في البحث .

التوصيات

- 1- اعتماد التدريبات البدنية والصوتية المبتكرة ضمن مفردات مادة مبادئ التمثيل في معاهد الفنون الجميلة، وأقسام التربية الفنية وذلك لما أثبتته من فاعلية في تنمية القدرات الأدائية للطلبة .
- 2- العمل على إقامة ورش تدريبية دورية لطلبة التمثيل تركز على تمارين تحرير الجسد والصوت وتنمية الخيال المسرحي وخفض التوتر والخلج، وذلك لرفع مستوى الأداء التمثيلي وتحسين الكفاءة الأدائية .

المقترحات

إجراء دراسة مماثلة لتقصي أثر التدريبات البدنية والصوتية المبتكرة في تنمية مهارات الأداء التمثيلي لدى طلبة الدراسات المسرحية، وطلبة معاهد الفنون الجميلة .

مصادر البحث

القرآن الكريم

أولاً : الكتب

- ابن منظور . (1994). *لسان العرب* (ج13). دار صادر.
- أبو ثلاث، م. س. (2010). *أسرار لغة الجسم وكيفية إدارة الجسم البشري*. منشورات مستور سالم.
- إبراهيم، م. ع. (2005). *التفكير من منظور تربوي*. عالم الكتب.
- باربا، أ. (1995). *فن الممثل: الأنثروبولوجيا المسرحية* (ق. محمد، مترجم). دار الشؤون الثقافية العامة.
- البارودي، م. (2015). *العصف الذهني وفن صناعة الأفكار*. العربية للتدريب والنشر.
- بافيس، ب. (2015). *معجم المسرح* (م. ف. خطار، مترجم). المنظمة العربية للترجمة.

- بيدوح، س. (2009). *فلسفة الجسد*. التنوير للطباعة والنشر والتوزيع.
- بيري، س. (2014). *الصوت والتمثيل* (أ. يوسف، مترجم). المركز القومي للترجمة.
- الحسناوي، س. (2014). *سيميائية أداء الممثل في العرض المسرحي المونودرامي*. دار الرضوان.
- حماية، ي. (2012). *فن لغة الجسد*. كنوز للنشر والتوزيع.
- حمداوي، ج. (2019). *صورة الممثل في التيارات المسرحية العربية والغربية (ط2)*. دار الريف للطبع والنشر الإلكتروني.
- خلاف، ع. ن. (2009). *فن الممثل من أرسطو إلى ستانسلافسكي*. دار السهل.
- الخولي، أ. أ. (2001). *أصول التربية البدنية والرياضية*. دار الفكر العربي.
- دوت، ج. (1995). *التعبير الجسدي للممثل* (ح. إبراهيم، مترجم، ط2). مركز اللغات والترجمة – أكاديمية الفنون.
- الريبيعي، م. م. (2016). *قيادة التمكين لتدريس التربية الكشفية وعلاقتها بالتفاعل الاجتماعي*. دار المناهج للنشر والتوزيع.
- زيتون، ح. ح. (2004). *استراتيجيات التدريس*. عالم الكتب.
- زيتون، ح. ح. (2003). *تصميم التدريس: رؤية منظومية*. عالم الكتب.
- سايمون، م. (2025). *الجمهور والكتاب المسرحي: كيف تستخلص أقصى مستوى تلقى من العرض المسرحي* (الشيمااء علي الدين، مترجمة). وزارة الثقافة.
- ستانسلافسكي، ق. (1983). *إعداد الممثل* (د. خشبة، مترجم). الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- شحاته، ح. (2008). *التعليم الفعال*. الدار المصرية اللبنانية.
- شناوة، م. ف. (2016). *أساليب أداء الممثل المسرحي*. دار الرضوان للنشر والتوزيع.
- شيشنر، ر. (2015). *دراسات الأداء* (ع. دواره، مترجم). المركز القومي للمسرح.
- عامر، ط. ع. (2005). *الإبداع: مفاهيمه، أساليبه، نظرياته*. الدار العالمية للنشر والتوزيع.
- عبد الحميد، س. (1999). *فن الإلقاء المسرحي*. دار الشؤون الثقافية العامة.
- عبد الحميد، س. (2011). *فن التمثيل: نظريات وتقنيات جديدة لمسرح جديد*. دار البصائر.
- عبد الحميد، ش. (1999). *العملية الإبداعية في فنون الأداء*. عالم المعرفة.
- عبد الحميد، ش. (2001). *الفن والإبداع*. عالم المعرفة.
- عدس، ع.، وتوق، م. (2005). *علم النفس التربوي*. دار الفكر.
- العزب، ع. ص. (2025). *الإدارة الاستراتيجية*. مكتبة نور.
- عصمت، ر. (2010). *الحلم حياة: التمثيل الانتقائي*. الدار العربية للعلوم ناشرون.
- عصمت، ر. (2000). *فن التمثيل بين النظرية والتطبيق*. دار الفكر.
- علاوي، م. ح. (1992). *علم التدريب الرياضي*. دار المعارف.
- عيد، ع. م. (2010). *علم اللغة الحركية بين النظرية والتطبيق*. دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- الغالب، ط. م. م. (2010). *الإدارة الاستراتيجية*. دار وائل للنشر.
- غروتوفسكي، ج. (1994). *نحو مسرح فقير* (ف. عبد القادر، مترجم). دار الفكر.

- الكاشف، م. (2020). *جسد الممثل بين الحركة اليومية المعتادة والحركة المعبرة*. وزارة الثقافة.
- الكاشف، م. (2025). *التجريب في تدريب الممثل*. وزارة الثقافة.
- كالاري، ف. (2016). *تدريب الممثل المعاصر*. المركز القومي للمسرح.
- القاضي، أ. ح.، والجمل، ع. أ. (2003). *معجم المصطلحات التربوية*. عالم الكتب.
- لوكوك، ج. (2018). *جسد الشاعر* (م. سيف، مترجم). الهيئة العربية للمسرح.
- لينكلتر، ك. (2018). *تحرير الصوت الطبيعي*. المركز القومي للمسرح.
- ماهر، أ. (2022). *السلوك التنظيمي: مدخل بناء المهارات*. الدار الجامعية.
- مرعي، ت. أ.، والحيلة، م. م. (2002). *تفريد التعليم*. دار الفكر.
- معلا، ن. (2004). *لغة العرض المسرحي*. دار المدى للطباعة والنشر والتوزيع.
- هاجن، ش. (2017). *كل شيء عن لغة الجسد*. مكتبة جرير.
- باربا، أ. (2001). *أوراق من الأنثروبولوجيا المسرحية* (ق. محمد، مترجم). دار المأمون.
- حنا، س. ي. (2008). *عناصر الصوت في التمثيلية الإذاعية*. مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل.
- السيد، ي. م. (د.ت.). *الإبداع في العملية التربوية: وسائله ونتاجه*. كلية التربية، جامعة الإمارات العربية المتحدة.
- عبود، ع. ك. (2008). *خصوصية الأداء التمثيلي عند ممثلي فرقة المسرح الحي الأمريكية*. مجلة الأكاديمي، (49).
- كريم، ع. (د.ت.). *نظم التمارين المسرحية وبناء الخطاب الجمالي في أداء الممثل المعاصر*. كلية الفنون الجميلة، جامعة بغداد.
- مايو، أ. (2024، 6 أغسطس). ما هو التمثيل المنهجي؟ <https://www.studiobinder.com>. StudioBinder.
- Descartes, R. (1992). *Discours de la méthode* (5th pt.). Librairie Philosophique J. Vrin.

الملاحق

1 – التمارين المقترحة

التمرين الأول

أسم التمرين : ظل متحرر

ويقوم هذا التمرين على فكرة جعل الطالب الذي يشعر بالخجل الى ظل لشخص آخر، يساعده ذلك على أن يتحرك بحرية تامة ودون أن يشعر أنه مركز لتركيز أو انتباه الآخرين له .

مراحل وخطوات تنفيذ التمرين

المرحلة الاولى

1 — يقوم التدريسي بتقسيم الطلبة إلى أزواج .

2 — يقفان متقابلين على مسافة متر .

3 — يتحرك الطالب الأول بحرية تامة في الفضاء المسرحي .

4 — يقوم الطالب الثاني بتقليد الاول كما لو أنه ظله .

5 — يتبادلان الأدوار بعد مرور دقيقة .

المرحلة الثانية

يكون للتدريسي دور كبير في هذه المرحلة بعد أن :

- 1 — يقوم بتكليف الطالب الثاني أن يبدأ بوصفه الظل بإضافة حركات جديدة مبتكرة من عنده غير تلك التي فعلها الطالب الاول .
- 2 — تشجيع الحركات الكبيرة والواسعة التي انتجها الطالب الثاني ومنعه من أي توقف طويل.
- 3 — إدخال موسيقى خفيفة لتحفيز الإيقاع .

النتيجة

زوال التوتر ذلك لأن الطالب سوف لن يشعر أنه مراقب من قبل من حوله، وانه مجرد ظل تابع لحركة يقوم بها طالب آخر .

المهارات المكتسبة

- 1 — المرونة والتحرر الجسدي .
- 2 — ارتفاع مستوى التركيز .
- 3 — تزايد الجرأة في الاداء الحركي .

التمرين الثاني

أسم التمرين : صوت مجهول

ويقوم هذا التمرين على فكرة إزالة الخجل الصوتي من خلال فصل الصوت عن الهوية الشخصية للطالب .

مراحل وخطوات تنفيذ التمرين

المرحلة الاولى

- 1 — نجعل الطلبة يجلسون على شكل دائرة .
- 2 — نجعلهم يغمضون أعينهم .
- 3 — نطلب منهم إصدار أي صوت لكن دون كلام كالـ (الضحكة، الصرخة الخفيفة، الهمهمة، صوت الحيوان، صوت الريح)، ثم نطلب من بعض الطلبة تلك تقليد الأصوات .

المرحلة الثانية

يكون للتدريسي دور كبير في هذه المرحلة بعد أن :

- 1 — يطلب من الطالب تحويل الصوت إلى جملة مبتكرة، كأن يقول الطالب (أنا الريح التي تضرب المدينة) .
- 2 — تشجيع الطالب الذي يصدر أصواتا غريبة وغير مألوفة .
- 3 — عدم السماح بالضحك الساخر بين الطلبة اثناء التمرين .

النتيجة

يؤدي هذا التمرين الى زوال التوتر عند أي طالب يشعر بالخجل لأنه يعلم أن صوته معروف بشخصيته .

المهارات المكتسبة

- 1 — أمتلاك الجرأة على الأداء والتنوع الصوتي .

2 — رفع كفاءة أداء الحنجرة وتحريرها .

3 — توسيع الخيال السمعي عند الطالب .

التمرين الثالث

أسم التمرين : خطوة مجنونة

ويقوم هذا التمرين على فكرة تحويل المشي العادي إلى حركة مسرحية غير متوقعة

مراحل وخطوات تنفيذ التمرين

المرحلة الأولى

1 — يطلب من الطالب المشي بحرية في قاعة التمرين، وكأنهم يمشون على مطاط أو على جليد أو امشوا وكأنكم عمالقة .

2 — يطلب من الطالب أن يتكلموا أثناء المشي .

المرحلة الثانية

يكون للتدريسي دور بارز في هذه المرحلة بعد أن :

1 — يطلب من كل طالب أن تكون له طريقته الخاصة في المشي .

2 — تشجيع الحركات المبتكرة أو المبالغ فيها .

3 — يقوم بمنع الطلبة من أداء الحركات الواقعية .

النتيجة

زوال التوتر لأن جميع الطلبة يتحركون بطريقة مضحكة، فلا يشعر الطالب بالإحراج .

المهارات المكتسبة

1 — رفع مهارات التعبير الجسدي والإيمائي .

2 — يتمتع الطالب بالجرأة .

3 — رفع مستوى الخيال الحركي لدى الطالب .

التمرين الرابع

أسم التمرين : انفجار الكلمة

ويقوم هذا التمرين على فكرة تحويل الطالب كلمة واحدة ينطقها إلى طاقة صوتية وجسدية هائلة

مراحل وخطوات تنفيذ التمرين

المرحلة الأولى

1 — يختار التدريسي كلمة بسيطة مثل: كلمة، نعم أو لا أو تعال .

2 — يطلب من الطالب ان يعيدها عدة مرات، مرة بصوت قوي كأنه ينادي من جبل، ومرة أخرى بصوت خافت، وأخرى وكأنه يهمس بسر خطير .

المرحلة الثانية

1 — يطلب من الطالب أن يضيف حركة الى الكلمة، كأن يقول لا اثناء القفز .

2 — التشجيع على المبالغة في الأداء الحركي والصوتي .

3 — التوقف عن اعطاء الملاحظات أو تصحيح الأداء الخاطئ بسرعة .

النتيجة

يزول توتر الطالب لأنه يتعامل مع كلمة واحدة فقط طيلة وقت التمرين ليس نصاباً طويلاً .

المهارات المكتسبة

1 — تحسن واضح في التعبير الصوتي .

2 — امتلاك القدرة على التحكم الجيد بالنبرة .

3 — التفاعل الجسدي مع الصوت .

التمرين الخامس

أسم التمرين : المشهد المستحيل

ويقوم هذا التمرين على فكرة تشجيع الطالب على أداء مشهد لموقف غير منطقي

مراحل وخطوات تنفيذ التمرين

المرحلة الأولى

1 — يقسم الطلبة إلى مجموعات صغيرة .

2 — يكلفهم التدريسي بتمثيل مشهد مثل : شرطي يوقف الريح أو بائع يبيع الغيوم أو شخص يتجادل مع كرسي
المشهد : 30 ثانية فقط

المرحلة الثانية

1 — يقوم التدريسي بمنع الطلبة من التفكير الطويل .

2 — يعمل على تشجيع الارتجال السريع للمشاهد .

النتيجة

يزول توتر الطالب، لأن الموقف في المشهد خيالي بالكامل ولا يوجد أداء صحيح أو خاطئ

المهارات المكتسبة

1 — مهارة الارتجال .

2 — اتساع الخيال المسرحي .

3 — تطور واضح في سرعة الاستجابة .

ملاحظة تربوية مهمة للمدرس : من التجربة التعليمية في تدريب الممثلين، فإن التخلص من الخجل يحدث عبر ثلاث مراحل : 1 — تحرير
الجسد (الحركة) . 2 — تحرير الصوت . 3 — تحرير الخيال .

ولذلك يجب ترتيب التمارين بهذا التسلسل .

2 — استمارة الخبراء

السلام عليكم

يجري الباحث اختباراً لمجموعة تمارين مبتكرة على طلبة المرحلة الثانية قسم التربية الفنية لتطوير مهارات الاداء التمثيلي لديهم ، وهذه التمارين هي جزء من إطاره الاجرائي لبحث الموسوم (استراتيجيات تمكين طلبة قسم التربية الفنية في مادة مبادئ التمثيل من خلال تدريبات بدنية وصوتية مبتكرة)

نموذج جدول تقييم الخبراء للتمارين المقترحة

ت	اسم التمرين	الهدف التربوي	وصف التمرين	دور التدريسي	المهارات المكتسبة	مدى الصلاحية (يُملأ من قبل الخبير)
1	ظل متحرر	تقليل الخجل الجسدي وتحريك الحركة	تقليد الطالب لحركة زميله كظل ثم تطوير الحركة بإضافة ابتكارات	تنظيم الأزواج، تحفيز الحركات الكبيرة، إدخال موسيقى	المرونة الجسدية، التركيز، الجرأة	□ عالية □ متوسطة □ ضعيفة
2	صوت مجهول	إزالة الخجل الصوتي وفصل الصوت عن الهوية	إصدار أصوات غير لغوية مع إغماض العين ثم تطويرها إلى جمل خيالية	ضبط النظام، منع السخرية، تشجيع الأصوات الغريبة	الجرأة الصوتية، تحرير الحجرة، الخيال السمعي	□ عالية □ متوسطة □ ضعيفة
3	كسر النمط الحركي التقليدي	خطوة مجنونة	تحويل المشي إلى أشكال غير واقعية مع دمج الكلام	تحفيز المبالغة، منع الواقعية، دعم الابتكار	التعبير الجسدي، الجرأة، الخيال الحركي	□ عالية □ متوسطة □ ضعيفة
4	تطوير الصوتي والجسدي	انفجار الكلمة	تكرار كلمة واحدة بأنماط صوتية مختلفة مع إضافة حركة	تشجيع التنوع والمبالغة، تقليل النقد المباشر	التحكم بالنبرة، التعبير الصوتي، التفاعل الجسدي	□ عالية □ متوسطة □ ضعيفة
5	تمتية الارتجال والخيال المسرحي	المشهد المستحيل	أداء مشاهد خيالية غير منطقية خلال وقت قصير	منع التفكير الطويل، تشجيع الارتجال السريع	الارتجال، الخيال، سرعة الاستجابة	□ عالية □ متوسطة □ ضعيفة

السادة الخبراء

ت	أسم الخبير	المرتبة العلمية	الاختصاص	مكان العمل
1	حبيب ظاهر حبيب	أستاذ	إخراج مسرحي	كلية الفنون الجميلة – جامعة واسط
2	راسل كاظم عودة	أستاذ	تمثيل مسرحي	كلية الفنون الجميلة – جامعة بغداد
3	بشار عبد الغني	أستاذ	إخراج مسرحي	كلية الفنون الجميلة – جامعة الموصل
4	فاضل عرام لازم	أستاذ	تربية فنية	كلية الفنون الجميلة – جامعة واسط
5	سعد فاخر شبوط	أستاذ مساعد	تمثيل مسرحي	كلية الفنون الجميلة – جامعة واسط

3 – الاستبيانات

المحور الأول : تحرير الجسد

ت	العبارة	لا بشدة	لا	أوافق	لا	أوافق بشدة	المجموع
1	أشعر بالرجح عند أداء حركات جسدية أمام الآخرين						
2	أستطيع التحرك بحرية داخل الفضاء المسرحي						

						أجد صعوبة في أداء الحركات غير التقليدية	3
						لدي القدرة على تقليد حركات الآخرين بسهولة	4
						أمتلك الجرأة في استخدام جسدي للتعبير	5
						المجموع	

المحور الثاني : تحرير الصوت

ت	العبارة	لا اوافق بشدة	لا اوافق	محايد	أوافق	أوافق بشدة	المجموع
1	أشعر بالخجل عند رفع صوتي أمام الآخرين						
2	أستطيع التنوع في طبقات صوتي						
3	أجد صعوبة في إصدار أصوات غير مألوفة						
4	أستطيع التعبير عن المعاني باستخدام الصوت فقط						
5	أتحكم بنبرة صوتي أثناء الأداء						
	المجموع						

المحور الثالث : تحرير الخيال والارتجال

ت	العبارة	لا اوافق بشدة	لا اوافق	محايد	أوافق	أوافق بشدة	المجموع
1	أجد صعوبة في تخيل مواقف غير واقعية						
2	أستطيع الارتجال بسرعة أثناء التمثيل						
3	أشعر بالتردد عند أداء مشاهد خيالية						
4	أمتلك القدرة على ابتكار أفكار مسرحية جديدة						
5	أستجيب بسرعة للمواقف التمثيلية المفاجئة						
	المجموع						

المحور الرابع : خفض التوتر والخجل

ت	العبارة	لا اوافق بشدة	لا اوافق	محايد	أوافق	أوافق بشدة	المجموع
1	أشعر بالتوتر عند الأداء أمام الآخرين						
2	أخاف من تقييم الآخرين لأدائي						
3	أشعر بالراحة أثناء التمارين الجماعية						
4	أستطيع الأداء دون التفكير بنظرة الآخرين						
5	يزداد شعوري بالثقة أثناء التمثيل						