

استخدام بعض اساليب التعلم واثرها علي مستوي الذداء لسباحة الزحف علي البطن

* د / سحر عبد العزيز علي حجازي

مشكلة البحث وأهميته:

بالرغم من تعدد وتنوع طرق وأساليب التعلم وما طرأ عليها من تقدم كبير، إلا أنها مازالت تعتمد على الأسلوب التقليدي الذي يفتقد إلى تدعيمه بالأساليب التي لها أهمية بالغة في جعل المواقف التعليمية أكثر فاعلية وحيوية فهي تساعد المتعلم على حصوله على خبرات متنوعة لتحقيق الأهداف المرجوه. (١٣: ٨٠)

ومن خلال الطرق والأساليب المختلفة لتعليم والتي تختلف من فرد لآخر لتجاربه وخبراته وابتكاراته عن طريقها توصيل العملية التعليمية بأبسط وأسهل الطرق وفي هذا يشير "ببيل العطار، عصام حلمي" (١٩٧٧) أن طريقة التعليم والتدريس تلعب دوراً هاماً في سرعة التعليم وأن مهمة المدرس ليست فقط التعليم التقليدي ولكنه مهمته الأساسية هي محاولة إنكار أساليب جديدة للتعليم من أجل تحقيق الغرض من العملية التعليمية. (٢١: ٢٩١)

وتذكر "نادية رسمي" (١٩٩٠) بأن المدرسة عليها أن تختار أنسب الأساليب والطرق التي تستخدمها في التدريس، وتوصيل المادة العلمية للمتعلم سواء كان ذلك من خلال تجاربه وخبراته المكتسبة في هذا المجال أو عن طريق المراجع العلمية التي تساعدها على تكوين طريقتها التي تستخدمها في التدريس حيث تعتبر الطريقة التي تتبعها المدرسة لتوصيل المادة العلمية للمتعلم من أهم العوامل التي يركز عليها العملية التعليمية، فكلما كانت الطريقة التي تتبعها المدرسة مشوقة ومتنوعة ومناسبة لمادة الدرس ولسن المتعلمين وقدراتهم الجسمانية والعقلية كلما كان ذلك أفضل للعملية التعليمية. (٢١: ٣٨٩)

وتعتبر المدرسة هي حجر الزاوية والركيزة الأساسية في العملية التعليمية عامة ومدرسة السباحة خاصة لأنها تتعامل مع الوسط المائي الذي يختلف عن باقي الأنشطة الأخرى فيجب أن تتوافر اديها مزيداً من الاهتمام والفهم والوعي والإدراك الجيد لجميع الأفراد الذين تتعامل معهم وأن تكون ذو شخصية تربية وتعمل على اختيار أنسب الأساليب والطرق التي تستخدمها في التدريس من خلال تجاربها وخبراتها عن طريق المراجع العلمية التي تساعدها على تكوين طريقتها التي تستخدمها في التعليم فكلما كانت الطريقة التي تتبعها مشوقة ومتنوعة للمهارة التي تدرسها كلما كان ذلك أفضل للعملية التعليمية وقد أشار في هذا الصدد "مرفت صادق"

(١٩٨١)(١٦) بأثر تواجد المدرسة في الماء أثناء درس السباحة العملي بهدف إزال عامل الخوف وكان لها أثر إيجابي في سرعة تعليمهن السباحة.

ويعتبر اللعب من المثيرات التي يجب استغلالها والاستفادة منها في عملية التربية الشاملة فقد أشار "أحمد بسيوني" (١٩٩٤) إلى أن التدريس من خلال اللعب له مميزات حيث يتوافر عامل الدافعية للتعليم مما يدفع الفرد إلى تجميع كل طاقاته لإخراج الأداء بالصورة التي تتلاءم مع تحقيق الهدف الأساسي، إلى جانب توافر عامل التشويق والإثارة والمنافسة أثناء اللعب، الشعور بالسعادة والارتياح لدى المتعلمين حينما يلعبون بصورة تنافسية.

وترى المناهج الحديثة أن العمل التعليمي الذي يخلو من اللعب عمل جاف لا قيمة له فالمتعلم يمكن تعليمه كل ما يراد تعلمه إذا كان في حالة عمل ونشاط. فعن طريق اللعب يمكن تحقيق أهداف التعلم، بذلك يمكن للمدرس عامة ومدرس السباحة خاصة الاستفادة من هذه الرغبة الطبيعية للعب وتوجيهها بذكاء لقنواتها المفيدة للتنمية بالدرجة التي تجعل المتعلم يتعلم دون أن يشعر بذلك. وفي هذا الصدد أشار "أسامة راتب" (١٩٩٠) إلى استخدام الألعاب المائية له دور في زيادة فاعلية درس السباحة ورفع مستوى الأداء مع الاقتصاد في الجهد حيث أن إدخال عامل التشويق و الإثارة والدافعية والتتويج يعود بنتائج أفضل. (٤ : ٤١)

وتشير "نبيلة لبيب وآخرون" (١٩٩٤) على أنه يجب الإكثار من الألعاب المائية المتنوعة للاستفادة منها في تعليم المهارات الحركية بسهولة ويسر ورفع مستوى الأداء. (٥٦:٣٣)

وتعتبر التغذية الراجعة Feed Back عملية ضرورية في تعليم واكتساب المهارات الحركية حيث أنها تعطي معلومات تساعد المتعلم على اكتشاف الأخطاء ومحاولة التغيير والتعديل مع تقديم الاستجابة الصحيحة التي تساعد على سرعة التعلم وتحسين مستوى الأداء. ويشير "أنور محمد الشرقاوي" (١٩٨٧) أن مفهوم التغذية الرجعية يرتبط أساساً بصورة مباشرة بمشكلة رئيسية في التعلم وهي مشكلة تقويم المتعلم لسلوكه، و أدائه هل أداء الفرد في الموقف التعليمي هو الأداء الصحيح الذي يحقق الهدف أم لا وتساعد التغذية الرجعية على سرعة التعلم والتخلص من الأخطاء. (٢٧٢ : ٦)

ويشير "طارق ندا" (١٩٩٣)(١١) إلى أهمية التغذية الرجعية عند تعليم المبتدئين للمهارات الحركية حيث يكون تصورهم للمهارة الحركية غير مكتمل ولذلك يكون المتعلم في حاجة إلى استخدام التغذية الرجعية لتحسين تصوره بالإضافة إلى أن هذه المعلومات تساعد على اكتشاف الأخطاء وكيفية إصلاحها.

ويتفق كل من "أسامة راتب" (١٩٩٠)، "مصطفى كاظم وآخرون" (١٩٨٢) على ضرورة استخدام الوسائل التعليمية أثناء تعلم السباحة حيث أنها تلعب دوراً هاماً وفعالاً في العملية التعليمية بالإضافة إلى سرعة إنجاز البرامج التعليمية. (٤ : ٣٦) (١٧ : ٢٨) ويشير "سعد جلال، محمد علاوي" (١٩٨٢) على أهمية وضرة فاعلية الفيلم التعليمي حيث يؤدي إلى زيادة دافعية المتعلمين وحثهم على بذل الجهد لتحسين الأداء. (١٠ : ١١) وتشير "تبيلة لبيب وآخرون" (١٩٩٤) إلى اختلاف الأداء وتنوعها حول أفضل الأساليب والأكثر فاعلية في مجال تعليم السباحة بهدف تحقيق الغرض المطلوب بكفاءة حيث أن استخدام الأسلوب المناسب لتعليم المهارة يحقق فاعلية تعلمها بدرجة ملحوظة. (٤ : ٢٣) وبما أن رياضة السباحة إحدى أنواع الرياضات المائية التي تستخدم الوسط المائي كأساس التقدم من خلال محصلة القوى الناتجة عن حركات الشد بالذراعين وضربات الرجلين، وحيث أن هذا الوسط يختلف عن سائر الأنشطة الرياضية الأخرى فيواجه المتعلم العديد من الصعوبات عند تعلم رياضة السباحة أهمها الخوف، وكذا بعض المعوقات في تعليم بعض المهارات كالتنفس والتوافق في الأداء المهاري. (١ : ٢٢) وتشير "وفيقه سالم" (١٩٧٨) (٢٥) أن استخدام "الوسائل" لها دور هام وفعال في عملية تعليم دروس السباحة التطبيقية مع مراعاة ضرورة اتصالها بالموضوع والمهارة، كما أن أحسن استخدامها يسهم بدرجة كبيرة في قدرة الطالبة على سرعة التعلم وإتقان المهارات واختصار الزمن وتوضيح للمتعلم كيف يؤدي المهارة. وقد لاحظت الباحثة خلال تدريسها لمادة السباحة بالكلية انخفاض مستوى الأداء العملي للطلبات عن المتوقع الوصول إليه وعدم قدرتهن الوصول إلى الشكل والأداء السليم للحركة في سباحة الزحف على البطن وظهور العدد من الأخطاء الفنية في كل من حركات الذراعين والرجلين والتنفس، مما يتطلب وقتاً طويلاً حتى تستطيع الطالبات اكتساب التوافق الحركي الجيد وبالغرم من توافر أعضاء هيئة التدريس إلا أن ظهور تلك الأخطاء وكثرة تكرارها لزم معها التفكير في ضرورة استخدام أسلوب جديد مختلف قد يؤدي إلى رفع وتحسين مستوى الأداء لذلك فكرت الباحثة في استخدام الألعاب المائية للمجموعة الأولى والمجموعة الثانية تشارك المدرسة لطلبات درس السباحة والمجموعة الثالثة تستخدم التغذية الرجعية عن طريق عرض الأداء الأمثل لسباحة الزحف على البطن بواسطة المسجل المرئي وبذا يمكن زيادة فاعلية الدرس ورفع مستوى الأداء ومع الاقتصاد في الوقت والجهد المبذول لكل من المعلم والمتعلم، حيث أن إدخال التشويق والتتويج والتجديد والإثارة يعود بنتائج أفضل.

أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على:

- ١- تأثير استخدام الألعاب المائية لتحسين مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن.
- ٢- تأثير تواجد المدرسة في الماء أثناء درس السباحة لتحسين مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن.
- ٣- تأثير استخدام التغذية الرجعية لتحسين مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن.
- ٤- المقارنة بين المتغيرات التجريبية الثلاثة وتأثيرها على مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن.

فروض البحث:

في ضوء أهداف البحث تفترض الباحثة ما يلي:

- ١- يؤثر استخدام الألعاب المائية تأثيراً إيجابياً دال على تحسين مستوى الأداء في سباحة الزحف على البطن.
- ٢- تؤثر مصاحبة المدرسة للطالبات في الماء أثناء درس السباحة تأثيراً إيجابياً على تحسن مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن.
- ٣- يؤثر استخدام التغذية الرجعية تأثيراً إيجابياً دال على تحسين مستوى الأداء في سباحة الزحف على البطن.
- ٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتغيرات الثلاثة في مستوى الأداء لسباق الزحف على البطن.

مصطلحات البحث:

الألعاب المائية*:

هي ألعاب ترويحية تؤدي إلى أو داخل أو تحت سطح الماء، بأداة أو بدون أداة، على شكل فردي أو جماعي وتؤدي إما حره أو منظمة بهدف التعلم أو الترويح أو المنافسة.

التغذية الرجعية:

عبارة عن مجموعة من المعلومات التي تؤدي إلى تنبيه الفرد إلى ما يقوم به من أداء هل هو أداء صائب أو خاطئ أو ناقص وبالتالي فإنه يسعى إلى تلافي الخطأ أو النقصان في الأداء حتى يتسنى للفرد أن يصل إلى أقصى أداء ممكن بأقل الأخطاء. (٢٦: ٢٥٢)

* تعريف إجرائي.

الدراسات السابقة:

قامت "ميرفت صادق" (١٩٨١) بدراسة أثر تواجد المُدرسة في الماء أثناء درس السباحة على سرعة إزالة عامل الخوف بين طالبات بهدف إزالة عامل الخوف عن طريق تواجد المُدرسة معهن في الماء أثناء درس السباحة العملي وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي واختيرت العينة بالطريقة العمدية حيث بلغ عددها (٣٠) طالبة من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بالقاهرة واللاتي ظهرت عليهن مظاهر الخوف من الماء، وقسمت عشوائياً بالتساوي إلى مجموعتين وقد تراوح العمر الزمني لهما ما بين (١٨-٢٠) سنة. واستغرق البرنامج (٨) دروس، وأوضحت النتائج ما يلي:

- أن تواجد المُدرسة داخل الماء أثناء درس السباحة مصاحبته للطالبات له أثر إيجابي في تقليل درجة الخوف لدى الطالبات وسرعة تعودهن على الماء.

قامت "فاطمة مصباح، نادية الباجوري" (١٩٩١) (١٤) بدراسة تأثير اللعب الحر في الماء على تعلم بعض المهارات الأساسية للسباحة لأطفال ما قبل المدرسة بهدف التعرف على تأثير اللعب الحر في الماء على تعلم بعض المهارات الأساسية للسباحة، واستخدمت الباحثتان المنهج التجريبي، واشتملت العينة على (٣٠) طفل وطفلة من نادي هيلوليدو، ولم يسبق لهم ممارسة السباحة وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة وقد تراوح العمر الزمني للعينة ما بين ٤ - ٥ سنوات وتم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة)، وأوضحت النتائج ما يلي:

- أن طريقة اللعب الحر في الماء لها تأثير إيجابي على تعلم المهارات الأساسية للسباحة

كما قامت "نشوى محمود" (١٩٩٥) (٢٤) بدراسة تأثير استخدام الألعاب المائية على تعلم المهارات الأساسية وتخفيف حدة الخوف والقلق لدى المبتدئات في السباحة بهدف التعرف على تأثير استخدام الألعاب المائية في التخفيف من حدة الخوف والقلق لدى المبتدئات في السباحة، وقد استخدمت المنهج التجريبي، وتم اختيار (٥٢) طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية بالجزيرة المستجدة من ذوات القلق العالي وتم تقسيمهم لمجموعتين (تجريبية وضابطة) وكانت أهم النتائج التي توصلت إليها:

- استخدام الألعاب المائية في المرحلة الأولى للتعلم ساهم في تعلم المهارات الأساسية للسباحة.

كما أجرى "رائف محمد حسن" (١٩٩٨) (٨) بدراسة عنوانها "فاعلية استخدام الألعاب المائية لتحسين مستوى الأداء لسباحتي الزحف على البطن والظهر للأطفال من سن ٦ : ٨ سنوات بهدف التعرف على فاعلية استخدام الألعاب المائية لتحسين مستوى الأداء لسباحتي الزحف على البطن والظهر للأطفال من سن ٦ : ٨ سنوات على عينة بلغ عددهم (٤٢) طفل وطفلة وتم تقسيم العينة لمجموعتين متساويتين (تجريبية وضابطة) وقد استخدم المنهج التجريبي وكانت أهم النتائج التي توصل إليها:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القياسات (القبلية-البعيدة) لمستوى الأداء المهاري لسباحتي الزحف على البطن للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياسات البعيدة لمستوى الأداء المهاري لسباحة الزحف على الظهر لصالح القياس البعدي.

كما أجرى "طارق ندا" (١٩٩٣) (١١) بدراسة عنوانها تأثير استخدام أسلوب التغذية المرتدة البعيدة على تعلم سباحة الظهر للمبتدئين بهدف التعرف على مدى تأثير استخدام التغذية المرتدة البصرية على تعلم سباحة الزحف على الظهر للأطفال المبتدئين وأجريت الدراسة على عينة قوامها (٢٠) طفلاً من أطفال نادي الشمس المشتركين في مدارس تعليم السباحة وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين ومتساويتين في العدد إحداهما تجريبية واستخدم معها عرض الأداء الشخصي للأطفال والأخرى تجريبية استخدم معها الفيلم التعليمي في الأداء الأمثل ومن أهم النتائج:

- أن كلا من الطريقتين تأثيراً إيجابياً واضحاً على تعلم سباحة الزحف على الظهر للأطفال المبتدئين كما أن عرض الأداء الشخصي كانت أفضل من الطريقة الأخرى في تحسين مسافة كل من ضربات الرجلين ومسافة السباحة.

كما قامت "أمل محمد أبو المعاطي" (١٩٩٦) (٥) بدراسة عنوانها "تأثير استخدام التغذية الرجعية على تحسين مستوى الأداء المهاري في بعض طرق السباحة" ويهدف هذا البحث إلى استخدام التغذية الرجعية عرض النموذج المثالي باستخدام المسجل المرئي والشرح اللفظي ومعرفة أثرها على مستوى الأداء في سباحتي الزحف على البطن والظهر، وأجريت الدراسة على عينة قوامها (٤٤) طالبة من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بالزقازيق وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين ومتساويتين في العدد إحداهما تجريبية استخدمت المسجل المرئي والشرح اللفظي وكانت من أهم النتائج:

- التغذية الرجعية لها تأثير إيجابي على مستوى الأداء المهاري في سباحتي الزحف على البطن والظهر.

إجراءات البحث:

أولاً: المنهج المستخدم:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة هذه الدراسة كما استخدمت التصميم ذو القياس القبلي والبعدى لكل مجموعة.

ثانياً: مجتمع البحث:

تم اختيار مجتمع البحث من طالبات الفرقة الأولى من كلية التربية الرياضية بجامعة الزقازيق للعام الجامعي ١٩٩٨-١٩٩٩م.

ثالثاً: عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث عشوائياً من الفرقة الأولى وكان عدد الطالبات (٦٠) طالبة وقد اختارت الباحثة هذا المجتمع لأن الطالبات مقرر عليهن سباحة الزحف على البطن وفقاً لخطة الدراسة بالكلية وقد تم تصنيف عينة البحث إلى ثلاث مجموعات والجدول رقم (١) يوضح ذلك.

جدول (١)

تصنيف عينة البحث (طالبات)

ن=٦٠

المجموعات	العدد
مجموعة الألعاب المائية	٢٠ طالبة
مجموعة المدرسة	٢٠ طالبة
مجموعة التغذية الرجعية	٢٠ طالبة
المجموع	٦٠ طالبة

وقد قامت الباحثة بإجراء التجانس بين أفراد عينة البحث وذلك في بعض المتغيرات هس (السن-الطول-الوزن-مستوى الذكاء-مستوى الأداء القبلي) ويوضح ذلك جدول (٢)

جدول (٢)

معاملات الالتواء لعينة البحث في بعض المتغيرات المختارة

ن=٦٠

المتغيرات	وحدة القياس	م	ع	وسيط	الالتواء
الطول.	سم	٢٥٩,٣٣	٣,٨٤	١٥٩,٠٠	٠,٢٦
الوزن.	كجم	٦١,٢١	٣,٧٢	٦٠,٠٠	٠,٩٧
السن.	سنة	١٨,٧٦	٠,٧٢	١٩,٠٠	٠,٩٦-
الذكاء.	درجة	٢٢,٦٤	٢,٤٣	٢٣,٠٠	٠,٤٤-
مستوى الأداء المهاري	درجة	٥,٣٦	٠,٦٣	٥,٠٠	١,٧٢

يتضح من الجدول رقم (٢) أن معاملات الالتواء لعينة البحث في المتغيرات المختارة قد تراوحت بين (١,٧٢، ٠,٢٦) أن انحصرت بين ± 3 مما يدل أن العينة تمثل مجتمعاً اعتدالياً متجانساً في هذه القياسات.

كما تم إيجاد التكافؤ بين المجموعات الثلاثة في بعض المتغيرات وجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)

تحليل التباين بين مجموعات البحث الثلاثة في

بعض المتغيرات المختارة (التكافؤ)

ن=٦٠

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الطول	بين المجموعات	٤٢,٤٣	٢	٢١,٢١	١,٤٥	غير دالة
	داخل المجموعات	٨٢٨,٩	٥٧	١٤,٥٤		
الوزن	بين المجموعات	٦٩,٢٣	٢	٣٤,٦٤	٢,٦٢	غير دالة
	داخل المجموعات	٧٥٠,٩	٥٧	١٣,١٧		
السن	بين المجموعات	٠,٦٣	٢	٠,٣١	٠,٥٩	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٠,١	٥٧	٠,٥٢		
مستوى الأداء المهاري	بين المجموعات	٠,٤٣	٢	٠,٢١	٠,٥٢	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٣,٥	٥٧	٠,٤١		
الذكاء	بين المجموعات	٠,٧٦	٢	٠,٣٨	٠,٧٧	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٨	٥٧	٠,٤٩		

قيمة "ف" الجدولية عند مستوى $\alpha = 0,05 = 3,15$

يتضح من الجدول رقم (٣) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات الثلاثة في

جميع القياسات مما يدل على تكافؤ المجموعات.

رابعاً: أدوات البحث:

أ- أدوات خاصة بالقياسات الجسمية:

- ميزان طبي (الوزن) لأقرب كجم.

- جهاز الرستاميتير (الطول) لأقرب سم.

ب- أدوات خاصة بالجانب المهاري:

- الألعاب المائية (مرفق ١)

ج- الأدوات الخاصة بالألعاب المائية:

- ألواح طفو.
- كرات تنس طاولة
- أطواق.
- مواسير.
- كرات مختلفة الأحجام
- ملاءق.
- أطقب ملونة.
- قطع فلبن.
- بالونات.
- الزعانف لضربات الرجلين.

د- الأدوات الخاصة بالتغذية الرجعة:

- جهاز فيديو لعرض الفيلم التعليمي.
- شريط فيديو يحتوي على التحليل الفني للأداء الأمثل لسباحة الزحف على البطن ومعمد من اتحاد السباحة.
- جهاز تليفزيون للمشاهدة.

المبادئ التي وضعت عليها الألعاب واختيار الأدوات:

- ملاءمتها للمرحلة السنية والمستوى المهاري لأفراد العينة.
- التدرج من السهل إلى الصعب فالأصعب.
- مناسبة الألعاب والأدوات لتحقيق الهدف الموضوع من أجله.
- تحقيق الإثارة والتشويق والمرح لخلق الدافعية للتعلم.
- التنويع والتجديد طوال فترة التعلم.
- مراعاة السلامة والأمان لأفراد العينة.
- مراعاة المرونة في تطبيق الألعاب المائية.

جدول (٤)

التقسيم الزمني للدروس التطبيقية للمجموعات الثلاثة

الزمن	مجموعة التغذية الرجعية	الزمن	مجموعة المدرسة	الزمن	مجموع الألعاب المائية
١٠ اق	الغياب	١٠ اق	الغياب	١٠ اق	الغياب
٥ق	عرض الفيلم التعليمي	٥ق	إحماء أرضي	٥ق	إحماء أرضي
٥ق	إحماء مائي	٥ق	إحماء مائي	٥ق	إحماء مائي
٥٥ق	الجزء الرئيسي: -تعلم مهارة (تغذية رجعية) -التدريب على المهارة وربطها بالمهارة السابقة.	٥٥ق	الجزء الرئيسي: -تعلم مهارة (وجود المدرسة بمصاحبة الطالبات في الماء). -التدريب على المهارة وربطها بالمهارة السابقة.	٥٥ق	الجزء الرئيسي: -تعليم مهارة (بالألعاب). -التدريب على المهارة الفنية. -ربط المهارة الجديدة بالمهارة السابقة.
١٠ اق	إجراء مسابقات تطبيقية على المهارة.	١٠ اق	إجراء مسابقات تطبيقية على المهارة بمشاركة المدرسة	١٠ اق	إجراء مسابقات تطبيقية على المهارات بالألعاب.
٥ق	ختام مائي	٥ق	ختام مائي	٥ق	ختام مائي

خامساً: الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (١٥) طالبة من مجتمع البحث ومن خارج عينة التطبيق بهدف الآتي:

- التأكد من صلاحية الأدوات المستخدمة في البحث.
- التعرف على نقاط القوة والضعف والمشكلات والصعوبات التي قد تتعرض لها الدراسة الأساسية.
- مدى مناسبة الألعاب المائية وكيفية استخدامها.
- التأكد من مدى ملاءمة الألعاب للمهارات المراد تعلمها.
- التأكد من توافر عامل الأمن والسلامة.

سادساً: خطوات إجراء التجربة:

تم إجراء القياس القبلي في ١٩٩٩/٢/١م ثم تم تنفيذ هذه الدراسة في الفترة من ١٩٩٩/٢/٤ إلى ١٩٩٩/٥/٤ للمجموعات الثلاثة للبحث كالاتي:

المجموعة الأولى: اتبعت الألعاب المائية (٢٠ طالبة) أسلوب التعلم باستخدام الألعاب المائية المقترحة طوال المدة المقررة للمرحلة التعليمية (مرفق ١).

المجموعة الثانية: اتبعت البرنامج التقليدي بالكلية في تعليم سباحة الزحف على البطن وشاركت المدرسة بتواجدها في الماء أثناء درس السباحة (٢٠ طالبة).

المجموعة الثالثة: اتبعت أسلوب التغذية الرجعية (٢٠ طالبة) عن طريق رؤية الأداء الأمثل لسباحة الزحف على البطن باستخدام المسجل المرئي ثم النزول إلى الماء ومحاولة أداء ومشاهدة ذلك تحت نفس الظروف التي تم فيها تطبيق التدريبات من حيث المواعيد وعدد المرات الاسبوعية ودرجة حرارة الماء والجو ومكونات الدرس.

القياس البعدي:

قامت الباحثة بإجراء القياسات البعدية للمجموعات الثلاثة بعد الانتهاء من تنفيذ الدراسة في يوم ١٩٩٩/٥/٥ لمستوى الأداء المهاري لسباحة الزحف على البطن عن طريق لجنة مشكلة من ثلاثة من أعضاء التدريس بقسم الرياضات المائية ومن نفس المحكمات. (مرفق ٢) اللاتي قمن بالقياس القبلي وقامت الباحثة برصد النتائج الخاصة لعمل المعالجات الإحصائية اللازمة.

عرض النتائج ومناقشتها:

بعد الانتهاء من معالجة البيانات التي تم الحصول عليها أمكن تلخيص النتائج على النحو التالي:
أولاً: عرض النتائج:

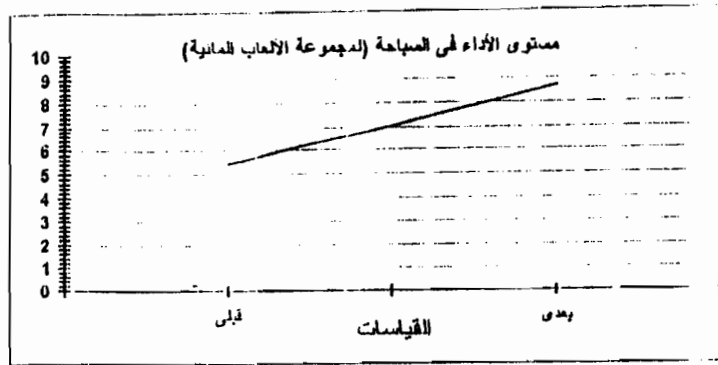
جدول (٥)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة لطالبات مجموعة الألعاب المائية في مستوى الأداء في السباحة

المتغير	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق	قيمة ت	نسبة التحسن
		ع	م	ع	م			
مستوى الأداء في السباحة	الدرجة	٥,٧٤	٨,٦٨	١,٠٨	٣,٢٣-	٩,٥٥	٥٧,٤٠%	

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى $\alpha = ٠,٠٥ = ٢,٠٩$

يتضح من جدول (٥) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في مستوى الأداء في السباحة لصالح القياس البعدي، كما يتبين وجود نسبة تحسن بلغت $٥٧,٤٠\%$ في القياس البعدي عن القياس القبلي ويتضح ذلك في شكل (١)، (٤).



شكل (١)

يوضح نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة المستخدمة الألعاب المائية

جدول (٥)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية لطالبات مجموعة

لتواجد المدرسة) في مستوى الأداء في السباحة

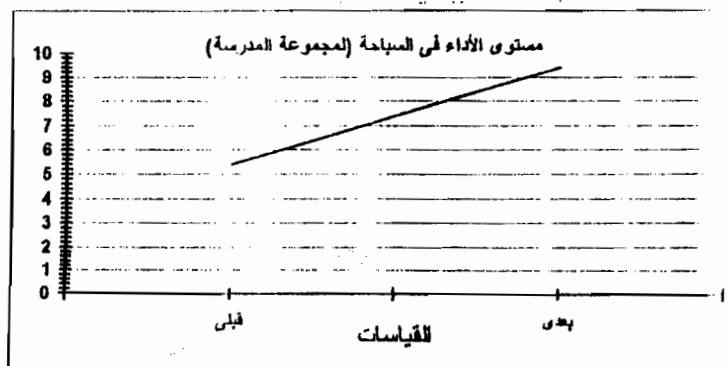
المتغير	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق	قيمة ت	نسبة التحسن
		ع	م	ع	م			
مستوى الأداء في السباحة	الدرجة	١,٥٧	٩,٤١	١,٢٥	٩,٤١	٤,٠١-	١٠,٢٥	%٧٤,٣١

قربة "ت" الجدولية عند مستوى $0,05 = 2,09$

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في مستوى

الأداء في السباحة اسالغ القياس البعدي، كما يتبين وجود نسبة تحسن بلغت %٧٤,٣١ في

القياس البعدي عن القياس القبلي ويوضح ذلك في شكل (٢)، (٤).



شكل (٢)

يوضح نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي

للمجموعة المشتركة معهم المدرسة

جدول (٥)

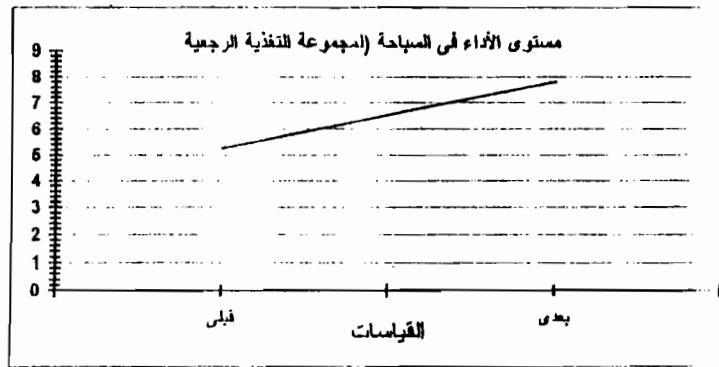
دلالة الفروق بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية لطالبات مجموعة

التغذية الرجعية لمستوى الأداء في السباحة

المتغير	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق	قيمة ت	نسبة التحسن
		ع	م	ع	م			
مستوى الأداء في السباحة	الدرجة	١,٥٩	٧,٨	١,٨٢	٧,٨	٢,٥٥-	٩,٦٨	%٤٨,٥٧

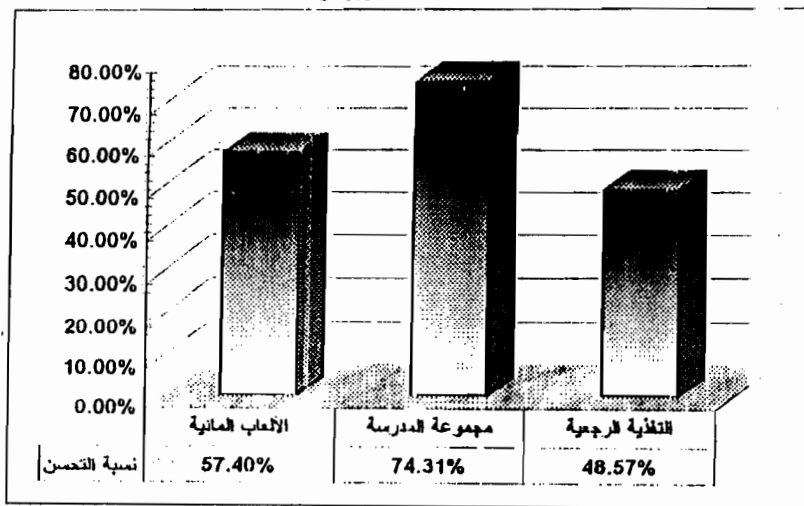
قربة "ت" الجدولية عند مستوى $0,05 = 2,09$

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في مستوى الأداء في السباحة الطالبات المستخدمة المسجل المرئي (التغذية الرجعية) لصالح القياس البعدي كما يتبين وجود نسبة التحسن للقياس البعدي عن القياس القبلي ويتضح ذلك في شكل (٣)، (٤)



شكل (٣)

يوضح نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التغذية الرجعية



شكل (٤)

يوضح نسب التحسن في القياس البعدي للمجموعات الثلاثة

جدول (٨)

تحليل التباين بين متوسطات قياسات المجموعات الثلاثة (مجموعة الألعاب المائية، مجموعة المدرسة، المجموعة التغذية الرجعية) في مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف
مستوى الأداء في السباحة	بين المجموعات	٢٧,٠٦	٢	١٣,٥٣	*١١,٨٨
	داخل المجموعات	٦٤,٩٢	٥٧	١,١٤	
	المجموع	٩١,٩٨	٥٩		

قيمة "ف" الجدولية عند مستوى $\alpha = 0,05 = 3,15$

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات الثلاثة (مجموعة الألعاب المائية، مجموعة المدرسة، مجموعة التغذية الرجعية) في مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن، وبناء عليه قامت الباحثة باستخدام طريقة L.S.D بحساب أقل فرق معنوي بين متوسطات المجموعات الثلاثة في مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن.

جدول (٩)

أقل فرق معنوي بين المجموعات الثلاثة في مستوى

الأداء لسباحة الزحف على البطن

المتغير	المجموعات	المتوسط	المجموعة الأولى (الألعاب المائية)	المجموعة الثانية (المدرسة)	المجموعة الثالثة (التغذية الرجعية)
مستوى الأداء	مجموعة الألعاب المائية	٨,٦٨		*٠,٧٣	*٠,٨٨
في السباحة	مجموعة المدرسة	٩,٤١			*١,٦١
	مجموعة التغذية الرجعية	٧,٨			

قيمة L.S.D عند مستوى $\alpha = 0,05 = 0,67$

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعات الألعاب المائية ومجموعة المدرسة، لصالح المدرسة بينما توجد فروق دالة إحصائية بين مجموعة الألعاب المائية ومجموعة التغذية الرجعية لصالح مجموعة الألعاب المائية في مستوى الأداء المهاري لسباحة الزحف على البطن.

ثانياً: مناقشة النتائج:

يتضح من جدول (٥) دلالة الفروق بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة لطالبات المجموعة الأولى المستخدمة الألعاب المائية في مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن حيث وجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لطالبات مجموعة الألعاب المائية.

فمن خلال نتائج جدول (٥) يتضح أن هناك فرقاً واضحاً بين القياسين القبلي والبعدي لمجموعة الألعاب المائية. وذلك يدل على أن مستوى الأداء في السباحة قد ارتفع لدى المجموعة الأولى التي استخدمت في الدرس الألعاب المائية وهذا ما أكدته نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي يوضحه شكل (١) حيث بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الأولى المستخدمة الألعاب المائية في درس السباحة في القياس القبلي (٥,٤٥). بينما بلغ المتوسط الحسابي في القياس البعدي (٨,٦٨) وبايجاد الفرق بين القياسين بلغ نسبة (٣,٢٣-) لصالح القياس البعدي للمجموعة الأولى المستخدمة الألعاب المائية مما يشير إلى أن استخدام الألعاب المائية في درس السباحة قد أحدث تأثيراً إيجابياً على مستوى الأداء للسباحة الزحف على البطن، وترجع الباحثة هذه النتائج إلى طبيعة استخدام الألعاب المائية والأدوات وبما أتاحتها من فرص لممارسة وإتقان سباحة الزحف على البطن - كما ساعد على زيادة إدراك وفهم الطالبات للمهارة المطلوب أدائها بطريقة اقتصادية دون بذل أي مجهود ويتفق هذا مع ما أشار إليه "محمد الحماحمي" (١٩٩٠) بأن اللعب من المتغيرات التي يجب استغلالها والاستفادة منها في عملية التربية الشاملة وعن طريق اللعب يمكن تحقيق أهداف التعلم وعلى المدرس الاستفادة من هذه الرغبة الطبيعية، وتوجهها بذكاء بالدرجة التي تجعل المتعلم يتعلم دون أن يشعر بذلك. مما يساعد على الارتقاء بالعملية التعليمية واكتساب الخبرات والمهارات المتنوعة، دون الشعور بالقلق مع زيادة الثقة بالنفس، نتيجة تحويل وتغيير اتجاه المتعلم إلى اللعب وتركيز انتباهه على الأداة المستخدمة بدلاً من التركيز على الماء أو المهارة المراد تعلمها - كما تتفق أيضاً مع نتائج دراسة كل من "ابتسام توفيق" (١٩٩٢)، "فاطمة مصباح، نادية الباجوري" (١٩٩١)، "فاطمة مصباح وليلى عبد المنعم" (١٩٩٠)، "علي توفيق" (١٩٨١) والتي تشير إلى أن استخدام الألعاب المائية أثناء درس السباحة أدى إلى تنمية الإدراك والفهم وزيادة الثقة بالنفس.

كما تشير الباحثة أيضاً إلى أن استخدام الألعاب المائية خلال الدرس التطبيقي من بدايته إلى نهايته قد أدى إلى تنمية الشجاعة والجرأة والثقة بالنفس خلال التحرك داخل الماء وإن التدرج باستخدام الألعاب المائية من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب وفي أشكال مختلفة فردية وثنائية وجماعية، ساهم في إدخال عامل الإثارة والتشويق داخل الدرس، مما

انعكس دوره على مستوى الأداء لدى طالبات الفرقة الأولى حيث يشير "أسامة راتب" (١٩٩٠) إلى أن استخدام الألعاب المائية له دور في زيادة فاعلية درس السباحة التعليمي ورفع مستوى الأداء مع الاقتصاد في الجهد حيث أن إدخال عامل التشويق والإثارة والدافعية والتنويع يعود بنتائج أفضل. (٤ : ٤١)

كما ترجع الباحثة نسبة التحسن إلى أن استخدام الألعاب المائية ساعدت على فاعلية التعلم الحركي وإتقان المهارات وأداء المهارة ككل (أزرع وأرجل) بشكل أفضل مع الاقتصاد في الوقت والجهد المبذول لكل من المعلم والمتعلم.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات كل من فاطمة مصباح، نادية الباجوري (١٩٩١) نشوى محمود (١٩٩٥)، رائف محمد حسن (١٩٩٨) والتي تشير إلى ضرورة التجديد والتنويع والإثارة والتشويق عن طريق الاهتمام بالمهارات التي تتسم بروح المغامرة والتحدى وكذلك الاهتمام بالمهارات الأساسية لأهمية تأثيرها على تعلم طرق السباحة المختلفة ومستوى الأداء الحركي وبهذا يتحقق صحة الفرض الأول وهو:

"تؤثر الألعاب المائية تأثيراً إيجابياً على تحسين مستوى الأداء في سباحة الزحف على البطن".

ويتضح من جدول (٦) دلالة الفروق بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية لطالبات مجموعة المدرسة في مستوى الأداء في السباحة حيث يوجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدى في مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن.

فمن خلال نتائج جدول (٦) يتضح أن هناك فرقا واضحا بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الثانية وذلك يدل على أن مستوى الأداء لمادة السباحة قد ارتفع لدى مجموعة المدرسة بتواجد المدرسة داخل الماء أثناء درس السباحة بمصاحبتها الطالبات، وهذا ما أكدته نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدى يوضحه شك ل(٢) حيث المتوسط الحسابي للمجموعة الثانية في القياس القبلي (٥,٤) بينما بلغ المتوسط الحسابي في القياس البعدى (٩,٤١) وبايجاد الفرق بين القياسين بلغ نسبته (-٤,٠١) لصالح القياس البعدى للمجموعة الثانية مما يشير إلى أن تواجد المدرسة داخل الماء أثناء درس السباحة ومصاحبتها للطالبات بعمل نموذج للمهارة قد أحدث تأثيراً إيجابياً على مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن المقررة على الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق وترجع الباحثة هذه النتائج إلى أثر تواجد المدرسة داخل الماء أثناء درس السباحة العملي ولتحقيق هدف وارتفاع مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن لطالبات الفرقة الأولى ينبغي استئثار اهتمام الطالبات وخلق الدافع لديهن عن طريق الثقة بالنفس وبالتالي إزالة عامل الخوف، ويتفق هذا مع نتائج كل من نبيلة لبيب وآخرون

(١٩٩٤)، نادية رسمي، هدى ظاهر (١٩٩٠) من أن هناك عناصر خاصة مؤثرة في عملية تعلم السباحة منها الخوف من الماء ومن احتمال التعرض للغرق، يجب التركيز على إزالتها بتواجد المدرسة أثناء درس السباحة العملي أي داخل حمام السباحة بين الطالبات، وتؤكد ذلك نتائج دراسة مرفت صادق (١٩٨١) بتواجد المدرسة داخل الماء أثناء درس السباحة ومصاحبتها للطالبات، له أثر إيجابي في تقليل درجة الخوف لدى الطالبات وسرعة تعويدهن على الماء وفي هذه الدراسة تعمل المدرسة على ارتفاع مستوى الأداء في سباحة الزحف على البطن والمقررة عليهن بالكلية وهذا ما أكدته نسبة التحسن شكل (٤) بأن أعلى نسبة تحسن في مستوى الأداء في سباحة الزحف على البطن للطالبات المصاحب لهن المدرسة بتواجدها داخل حمام السباحة بنسبة (٧٤,٣١%) في حين المجموعة الأولى المستخدمة الألعاب المائية بنسبة (٥٧,٤٠%) والمجموعة الثالثة المستخدمة التغذية الرجعية نسبة التحسن فيها. (٤٨,٥٧%)

وبهذا يتحقق صحة الفرض الثاني وهو:

"تؤثر مصاحبة المدرسة في الماء أثناء درس السباحة في الماء تأثيرا إيجابيا على تحسين مستوى الأداء في سباحة الزحف على البطن".

يتضح من جدول (٧) دلالة الفروق بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية للطالبات مجموعة التغذية الرجعية في مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن.

فمن خلال نتائج جدول (٧) يتضح أن هناك فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي في مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن للطالبات المستخدمة التغذية الرجعية (المسجل المرئي) لصالح القياس البعدي لهذه المجموعة ويؤكد ذلك نسبة التحسين بين القياسين القبلي و البعدي ويوضحه شكل (٣) حيث المتوسط الحسابي لهذه المجموعة في القياس القبلي (٥,٢٥) بينما بلغ المتوسط الحسابي في القياس البعدي (٧,٨) وبإيجاد الفرق بين القياسين بلغ نسبته (٢,٥٥-) لصالح القياس البعدي للمجموعة الثالثة.

تعزي هذه النتائج إلى مشاهدة الأداء المثالي للمهارة عن طريق المسجل المرئي حيث أدى إلى تحسن مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن وترى الباحثة أن مشاهدة الطالبات للأداء المثالي لبطلات في السباحة قد يؤدي إلى محاولة تقليد وتنفيذ ما شاهدوه مع زيادة الدافعية والحماة ابذل المزيد من الجهد ويشير "سعد جلال، محمد علاوي" (١٩٨٢) على أهمية وضرورة فاعلية الوسائل التعليمية والتي منها الفيلم التعليمي حيث تؤدي إلى زيادة دافعية المتعلمين وحثهم على بذل الجهد لتحسين الأداء وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كلا من طارق ندا (١٩٩٣)، أمل محمد أبو المعاطي (١٩٩٦)

ومما يشير أن استخدام التغذية الرجعية (المسجل المرئي) قد أحدث تأثيرا إيجابيا على مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن وهذا ما أكدته نسبة التحسن (شكل ٣) لصالح القياس البعدي. وتتفق النتائج مع دراسة كل من طارق ندا" (١٩٩٣)، "محمد الشامي" (١٩٩٣)، "أمل محمد أبو المعاطي" (١٩٩٦) حيث أشاروا على أن المزج بين الشرح ورؤية النموذج المثالي عامل هام وفعال في عملية التعلم ويساعد على تحسن مستوى الأداء للمهارة.

وتشير "وفيقه سالم" (١٩٧٨) أن استخدام "الوسائل" لها دور هام وفعال في عملية التعلم في دروس السباحة التطبيقية مع مراعاة اتصالها بالموضوع والمهارة كما أن حسن استخدامها يهـم بدرجة كبيرة في قدرة الطالبات على سرعة التعلم وإتقان المهارات واختصار الزمن وتوضيح للمتـعلم كيف يؤدي المهارة.

وبهذا يتحقق صحة الفرض الثالث وهو:

"يؤثر استخدام التغذية الرجعية تأثيرا دالا على تحسين مستوى الأداء في سباحة الزحف على البطن".

يتضح من جدول (٨) تحليل التباين بين المجموعات الثلاثة حيث وجد فروق دالة إحصائيا بين المجموعات الثلاثة (مجموعة الألعاب المائية ، مجموعة المدرسة، مجموعة التغذية الرجعية) في مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن، وبناء على ذلك قامت الباحثة بعمل حساب أقل فرق معنوي بين المتوسطات بين المجموعات الثلاثة باستخدام L.S.D. ويشير جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائيا بين مجموعة الألعاب المائية ومجموعة المدرسة لصالح المدرسة بينما توجد فروق دالة إحصائيا بين مجموعة الألعاب المائية ومجموعة التغذية الرجعية لصالح مجموعة الألعاب المائية في مستوى الأداء المهاري لسباحة الزحف على البطن ويتضح ذلك في نسبة التحسن بين المجموعات الثلاثة فبالنسبة لمجموعة المدرسة ومصاحبتها للطالبات أثناء درس السباحة في الماء كانت نسبة التحسن في مستوى الأداء المهاري لسباحة الزحف على البطن أهم. (٤,٣١%)

وهذا يتفق مع "مرفت صادق" (١٩٨١) حيث أن دراستها تفوق المجموعة التي شاركتها المتدربة درس السباحة العملي، حيث أثبتت دراستها تفوق المجموعة التي شاركتها المدرسة عن المجموعة الضابطة التي لم تشاركها المدرسة وهذا يتفق مع هذه الدراسة التي توجد فروق دالة إحصائيا بين مجموعة الألعاب المائية ومجموعة المدرسة لصالح المدرسة وتتفق دراسة كلا من فاطمة مصباح، نادية الباجوري (١٩٩١)، نشوى محمود (١٩٩٥)، رائف محمد حسن (١٩٩٨) حيث أثبتت دراستهم تفوق المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة حيث اتضح

أن تفوق مجموعة الألعاب المائية على مجموعة التغذية الرجعية في مستوى الأداء المهاري لسباحة الزحف على البطن.

أما بالنسبة لهذه الدراسة فالمقارنة بين الأساليب الثلاثة المستخدمة فقد اتضح تفوق المجموعة التي صاحبها المدرسة في درس السباحة العملي لها عن المجموعتين (الألعاب المائية والتغذية الرجعية).

وترى الباحثة أن ذلك يرجع إلى أن تواجد المدرسة داخل الماء مع الطالبات أثناء درس السباحة التطبيقي أدى إلى حدوث تفاعل إيجابي حيوي مع الطالبات ودافعية وثقة بالنفس إزالة عامل الخوف وبالتالي أدى إلى تحسن مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن.

الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث وفي حدود العينة والنتائج أمكن للباحثة التوصل للاستنتاجات التالية:

١- أن استخدام الألعاب المائية له فاعلية إيجابية على مستوى الأداء المهاري في سباحة الزحف على البطن واتضح ذلك من خلال وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي.

٢- مشاركة المدرسة ومصاحبها للطالبات أثناء درس السباحة التطبيقي له تأثير إيجابي وعمل على ارتفاع مستوى الأداء في السباحة واتضح ذلك من خلال وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي.

٣- استخدام التغذية الرجعية عن طريق رؤية النموذج المثالي بواسطة المسجل المرئي يساعد على تحسين مستوى الأداء واتضح ذلك من خلال وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي.

التوصيات:

في حدود عينة البحث ومن خلال النتائج التي تم التوصل إليها توصي الباحثة بالآتي:

١- الاهتمام باستخدام الألعاب المائية لما لها من فاعلية إيجابية على مستوى الأداء في السباحة.
٢- ضرورة مشاركة المدرسة للطالبات أثناء درس السباحة العملي لما له من تأثير إيجابي على ارتفاع مستوى الأداء.

٣- الاهتمام بعض النموذج المثالي للمهارة بواسطة المسجل المرئي يساعد على ارتفاع مستوى الأداء وخالي من الأخطاء.

قائمة المراجع:

- ١- ابتسام توفيق عبد الرازق: تأثير استخدام أسلوبيين مختلفين في التعلم المهاري لسباحة الصدر، مجلة علوم الرياضة، المجلد الرابع، العدد السابع، جامعة المنيا، ١٩٩١م.
- ٢- ابتسام توفيق عبد الرازق: تأثير برنامج تعليمي على القلق والخوف من الماء وتعلم السباحة للطالبات المبتدئات، علوم وفنون الرياضة، المجلد الرابع، العدد الثالث، جامعة حلوان، ١٩٩٢م.
- ٣- أحمد بسيوني السيد: طرق التدريس في التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة، جامعلون حلوان، ١٩٩٤م.
- ٤- أسامة راتب: تعليم السباحة، دار الفكر العربي، القاهرة، الطبعة الثانية، ١٩٩٠م.
- ٥- أمل محمد أبو المعاطي: تأثير استخدام التغذية الرجعية على تحسين مستوى الأداء المهاري في بعض طرق السباحة، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق، ١٩٩٦م.
- ٦- أنور محمد الشرقاوي: التعلم-نظريات تطبيقات، مكتبة الأنجلو المصرية، الطبعة الثانية، ١٩٨٧م.
- ٧- بشير عبد الحليم الكلوب: خبير اليونسكو لتقنيات التعليم التكنولوجي في عملية التعليم والتعلم، الطبعة الثانية، عمان، دار الشرق، ١٩٩٣م.
- ٨- رائف محمد حسن: فاعلية استخدام الألعاب المائية لتحسين مستوى الأداء لسباحتي الزحف على البطن والظهر للأطفال من سن ٦ : ٨، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية بالقاهرة، جامعة حلوان، ١٩٩٨م.
- ٩- رمزية الغريب: التعلم دراسة نفسية تفسيرية توجيهية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، الطبعة السادسة، ١٩٧٧م.
- ١٠- سعد جلال، محمد علاوي: علم النفس التربوي الرياضي، دار المعارف، القاهرة، ١٩٨٢م.
- ١١- طارق ندا: أثر استخدام التغذية المرتدة البصرية على تعلم سباحة الزحف على الظهر للأطفال، مجلة بحوث التربية، كلية التربية الرياضية للبنين، المجلد الثاني عشر، أبريل ١٩٩٣م.

- ١٢- علي توفيق محمد: أثر برنامج تعليمي مقترح للشباب في السباحة على عامل
الخوف، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين،
جامعة حلوان، ١٩٨١م.
- ١٣- عبد الله فكري عريان: الوسائل التعليمية، أسسها النفسية والتربوية ودورها
في خدمة التعليم المدرس، حلقة المعينات التعليمية ووسائل الاتصال
الجماهيرية في الوطن العربي، القاهرة، جامعة الدول العربية، ١٩٧١م.
- ١٤- فاطمة محمد مصباح، نادبة الباجروي: تأثير طريقة اللعب الحر في الماء على
تعلم بعض المهارات الأساسية لأطفال ما قبل المدرسة، علوم وفنون
الرياضة، المجلد الثالث، العدد الأول والثاني، يناير ١٩٩١م.
- ١٥- فاطمة محمد مصباح، وليلى عبد المنعم: تأثير تنمية الثقة بالنفس على تعلم
السباحة، المؤتمر العلمي الأول دور التربية الرياضية في حل المشكلات
المعاصرة المجلد الثالث، جامعة الزقازيق، ١٩٩٠م.
- ١٦- مرفت صادق: أثر تواجد المدرسة في الماء أثناء درس السباحة على سرعة
إزالة عامل الخوف بين الطالبات، دراسات وبحوث، المجلد الرابع، العدد
الثالث، نوفمبر، جامعة حلوان، ١٩٨١م.
- ١٧- مصطفى كاظم وأبو العلا عبد الفتاح، أسامة راتب: رياضة السباحة، تعليم
وتدريب وقياس، دار الفكر العربي، ١٩٨٢م.
- ١٨- محمد محمد الحماحمي: أصول اللعب والتربية الرياضية والرياضة، مكتبة
الجلد مدينة بور سعيد، ط ٢ (د.ت).
- ١٩- محمد الشامي: أثر المعرفة الفورية بالأداء على مستوى الدورة الهوائية
الأمامية المكورة على الأرض، رسالة ماجستير، جامعة الزقازيق، كلية
التربية الرياضية للبنين ١٩٩٢م.
- ٢٠- نادبة حسن رسمي: مدخل مقترح لتعليم السباحة، مجلة نظريات وتطبيقات،
العدد السادس، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية، ١٩٩٠م.
- ٢١- نادبة حسن رسمي، هدى طاهر: بعض المؤثرات البيئية والدراسية على
المستوى المهاري للطالبات في مادة السباحة، نظريات وتطبيقات، كلية
التربية الرياضية للبنين، العدد الثالث، جامعة الاسكندرية، ١٩٩٠م.

- ٢٢- نبيل العطار، عصام حلمي: مقدمة في الأسس العلمية للسباحة، دار المعارف، القاهرة، ١٩٧٧م.
- ٢٣- نبيهة لبيب، نادية رسمي وآخرون: التعلم في السباحة، كلية التربية الرياضية للبنات، القاهرة، جامعة حلوان، ١٩٩٤م.
- ٢٤- نشوى محمود حنفي: تأثير استخدام الألعاب المائية على تعلم المهارات الأساسية وتخفيف حدة الخوف والقلق لدى المبتدئات في السباحة، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، جامعة حلوان، ١٩٩٥م.
- ٢٥- وفيقة مصطفى سالم: دراسة تحليلية لمناهج مادة السباحة لكليات التربية الرياضية في ج.م.ع. رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات بالاسكندرية، جامعة الاسكندرية، ١٩٧٨م.
- 26- Bill. D.Beavers: The Effect of conccrent visual feed back on the rate of learning the cross on the still ringe, in completed research, Op-Cit,1970.