

تأثير استخدام الواجبات الحركية المدعمة الكترونياً على تعلم المهارات الأساسية في السباحة

أ.م.د. أحمد حمدي فتحي محمد

أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات المائية
كلية التربية الرياضية بنين
جامعة الزقازيق

مقدمة البحث:

يشهد العالم في عصرنا الحالي تطوراً مشهوداً في جميع مجالات الحياة، حيث خضعت معظم الظواهر للبحث العلمي بهدف الوصول إلى حياة أفضل عن طريق التعرف على الطاقات البشرية المتعددة والتوصل إلى أحدث الوسائل والأجهزة لإنجاز الأعمال المختلفة، ومما لا شك فيه أن البحث العلمي يساهم في التقدم بالأنشطة الرياضية، فإذا نظرنا إلى المستويات العالية في البطولات والدورات الأولمبية نستطيع أن نتعرف على مدى التقدم الهائل والتطور السريع في مستوى أداء اللاعبين.

يشير محمد سعد زغول وآخرون (٢٠٠١ م) إلى أنه لا يمكن إحداث تغيير في المتعلم أثناء تعليم المهارة الحركية بدون خلق بنية تعليمية مناسبة، وهذا لا يتحقق إلا من خلال استخدام تكنولوجيا التعليم التي تعمل بوسائلها المتعددة على خلق تلك البنية، والتي يستطيع المتعلم من خلالها أن يكون خبرته التعليمية عن طريق تعلمه كيفية استخدام كافة مصادر المعرفة والوسائل التكنولوجية الحديثة المساعدة لكي يصل إلى المعلومة بنفسه. (١٨ : ٢٤)

ويشير محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين (٢٠٠١ م) أن أسلوب الواجبات الحركية يهدف إلى مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ، وذلك من خلال تقسيم المهارات الحركية عند تعلمها إلى عدة واجبات متدرجة في الصعوبة لينتقي منها التلميذ ما يتناسب مع قدراته وأستعداداته كخطوه أولى يخطو منها التلميذ إلى الواجبات التالي حتى يصل إلى تحقيق متطلبات الواجب الأخير ومن ثم إلى تعلم المهارة. (١٥)

ويقول أسامة راتب (١٩٩٩ م) تعتبر السباحة إحدى أنواع الرياضات المائية الهامة التي تستخدم الوسط المائي كوسيلة للتحرك خلاله، عن طريق كل من حركات الذراعين والرجلين والجذع وبقية أجزاء الجسم بغرض الارتقاء بكفاءة الفرد مهارياً وبدنياً وعقلياً واجتماعياً ونفسياً، وتتضمن السباحة التعليمية إكساب الفرد مهارات وطرق السباحة المختلفة بدءاً بالمهارات الأساسية ووصولاً إلى إكساب الفرد طرق السباحة الأربع، وعلى ذلك فإن البرنامج التعليمي للسباحة هو أساس لا غنى عنه للانتقال من مرحلة التعليم في السباحة للوصول إلى المستويات المتقدمة. (٢٦-٢٢ : ٧)

مشكلة البحث:

السباحة من الرياضات المائية التي يمكن تعليمها في أي سن وكلما كان ذلك في سن مبكر كان أفضل وأيسر مع سهوله التخلص من الاداء الخاطيء فالتعلم في سن متاخر وخاصة في مرحلة التعليم الجامعي غالباً ما يكون مصحوباً بالأخطاء التي يصعب التخلص منها حيث يعاني اصحابها من صعوبة في التحكم في التنفس، والتوافق الحركي للسباحة وعدم القدرة على الاسترخاء وزيادة عامل الخوف مما يعوق ويعرقل التعلم السريع.

كما أن صعوبه تعليم المهارات الأساسية من الناحية الفنية قد يكون لعدم مناسبة طريقه التدريس المتبعه مع هؤلاء الطلاب وعدم استخدام الوسائل التعليميه والاساليب التكنولوجيه الحديثه التي اشار اليها الاطار المرجعي والدراسات العديده التي اجريت في هذا المجال سواء في البيئه الاجنبيه او في البيئه العربيه بهدف اختبار تأثير التعلم التكنولوجي على تعلم المهارات الاساسيه في السباحه.

حيث يؤكد محمد سعد زغول، مصطفى السايح (٢٠٠٤م) الى الفوائد التربوية التي تحدث من استخدام التكنولوجيا التعليمية في التدريس اذ بها تجعل التعليم محسوساً كما تثريه وتجعله حيويًا وتزيد من الاهتمام بالمتعلمين ومراعاة الفروق الفردية بينهم. (٣٣:١٧)

وأسلوب الواجبات الحركية يطلق عليه أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات أو أسلوب الإدخال ويتفق على ذلك كلا من عفاف عبد الكريم (١٩٩٠ م)، أبو النجا عز الدين و عبير حسن (٢٠٠٦ م) على أن جوهر هذا الأسلوب هو

مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ نظرا لأختلافهم في القدرات البدنية والمهارية فمنهم الضعيف والمتوسط والممتاز، لذا فإن المدرس في هذا الأسلوب يقوم بالتخطيط للدرس بحيث يراعي جميع المستويات، حيث يوفر المدرس خطوات تعليمية ذات مستويات بداية متعددة في درجة الصعوبة لكي تسمح لكل طالب أن يختار المستوي الذي يتناسب مع قدراته كما يستمر في التقدم حتى يصل الهدف المنشود. (١٣ : ٤٣) (١ : ٧١)

يشير **جابر عبد الحميد** (٢٠٠٥) أن إتباع الطريقة التقليدية في التدريس لا تضمن نجاحا في تدريس المهارات الأساسية التي تحتاج إلى تدريب طويل ووقت أطول لأن المدرس في هذه الطريقة مهما أوتي من كفاءة في التدريس لا يضمن النجاح في إتمام عملية التعلم فهو يكتفي بإعطاء النموذج، ولا يحدد وسائل تعليمية في الدرس فهو بذلك يجذب أهتمام المتعلم ولا يدفعه للتفكير والأكتشاف، وهذا يتناقض والمفاهيم الحديثة للتربية، والتي نادى بان لكل متعلم ذاتية خاصة به يجب احترامها والعمل على تقويمها، وإتاحة الفرصة للموقف التعليمي الذي يمكن من خلاله إبراز شخصيته. (٩ : ٢١٣)

حيث ان عملية تعليم السباحة تعتمد على الشرح فقط من المعلم ثم اداء نموذج الحركة ومن خلال النموذج واداء الطفل بان يقوم باستيعاب طريقه الاداء من خلال النموذج واداء الحركة مره اخرى بمفردها وهذه الطريقه تقليديه لا تتناسب مع عصر التكنولوجيا والمعلومات في مجال المعرفة والتعلم في كافه المجالات حيث اصبحت هذه الطريقه غير مجديه في تحقيق النتائج المرجوه. (٦ : ٦)

ومن خلال عمل الباحث في مجال تعليم السباحة وعمله استاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات المائيه بكلية التربيه الرياضيه للبنين جامعه الزقازيق وجد ان معظم المعلمون يقومون بتعليم المهارات الاساسيه في السباحه بالاسلوب التقليدي عن طريق شرح المهاره ثم اداء نموذج، لذا فقد حاول الباحث استخدام اساليب ووسائل تكنولوجيايه حديثه في التعليم كمحاوله لزياده الدوافع وميول المتعلمين نحو التعلم والوصول به لافضل مستوى من الاداء.

هدف البحث:

يهدف البحث الى التعرف علي الواجبات الحركية المدعمة الكترونيا وتأثيرها على جوانب تعلم المهارات الأساسية فالسباحة للمبتدئين.

فروض البحث:

- في ضوء اهداف البحث يفترض الباحث ما يلي:
- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى أداء المهارات الأساسية ولصالح القياس البعدي.
 - ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى أداء المهارات الأساسية ولصالح القياس البعدي.
 - ٣- هناك فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي في مستوى أداء المهارات الأساسية في السباحة.
 - ٤- يوجد معدل للتغير بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية في مستوى أداء المهارات الأساسية في السباحة.

مصطلحات البحث:

الواجبات الحركية:

تعتبر الواجبات الحركية المرحلة الأساسية لتعليم الأطفال المهارات الحركية والبدنية والعقلية والصحية، فهي جزء أساسي مكمل للعملية التعليمية والتربوية

(تعريف إجرائي)

الدراسات السابقة:

- ١- دراسة أحمد علي راشد حبيب (٢٠٠٩م) (٤): هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية علي التفاعل السلوكي بين المدرس و التلميذ في درس التربية الرياضية بالصف الخامس الابتدائي شارك في الدراسة ٦٠ تلميذ بالصف الخامس الابتدائي تم استخدام المنهج التجريبي وكانت اهم النتائج ان أسلوب الواجبات الحركية أفضل من أسلوب الأوامر علي التفاعل السلوكي بين المدرس وتلاميذ الصف الخامس الابتدائي، ويراعي أسلوب الواجبات الحركية الفروق الفردية بين التلاميذ ويعطي شكلا مميزا أثناء التنفيذ.
- ٢- دراسة رانيا ابراهيم خميس عبدالجواد (٢٠١٤م) (١٠): هدفت الدراسة إلى التعرف علي تأثير استخدام الواجبات الحركية متباينة الأشكال (بورقة المعيار – بالحاسب الآلي) على تعلم بعض المهارات الأساسية في الهوكي لطالبات الفرقة الثالثة (شعبة تعليم) بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الاسكندرية شارك فالدراسة (٨٧) طالبة من الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية للبنات تم استخدام المنهج التجريبي وكانت أهم النتائج ملائمة أسلوب الواجبات الحركية (بورقة المعيار) على تعلم وإتقان بعض المهارات الأساسية للهوكي لطالبات مجموعة المستوي المرتفع في المهارات الأساسية للهوكي.
- ٣- دراسة تغريد محمد العراقي (٢٠٠٧م) (٨): هدفت الدراسة إلى التعرف علي تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية علي مستوي أداء بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة شارك في الدراسة ٣٢ طالبة بالفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية جامعة الزقازيق تم استخدام المنهج التجريبي وكانت أهم النتائج ان أسلوب الواجبات الحركية له تأثير ايجابي علي مستوي أداء بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة.

إجراءات البحث:

أولاً : منهج البحث:

أستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته مع طبيعة البحث، واستعان الباحث بالتصميم التجريبي ذو المجموعتين (تجريبية – ضابطة)، بطريقة القياسات القبليّة والبعدية.

ثانياً : مجتمع وعينة البحث :

أشتمل مجتمع البحث علي مبتدئي رياضة السباحة في المرحلة العمرية من ٩ : ١٠ سنة لموسم ٢٠٢٤م، وقام الباحث بأختيار عينة البحث من المبتدئين في السباحة(البنين) بأكاديمية لتعليم السباحة ومقرها حمام سباحة كلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق، وقد قام الباحث بأختيار المبتدئين من أكاديمية السباحة وذلك لعملة في هذه الأكاديمية وذلك بعد موافقة إدارة الأكاديمية علي تنفيذ البرنامج التعليمي علي مبتدئي رياضة السباحة بالأكاديمية، وقد تكونت (٢٦) مبتدئ في السباحة، وبعد أستبعاد الغير منتظمين وعددهم (٦) مبتدئ في السباحة، وبلغت عينة البحث الكلية من (٢٠) مبتدئ في السباحة من(البنين) للمرحلة العمرية من ٩ : ١٠ سنة، وقد تم اختيار(٦) مبتدئ عشوائيا من عينة البحث الكلية، وذلك لإجراء التجربة الاستطلاعية الأولى لإيجاد المعاملات العلمية المستخدمة قيد البحث، وكذلك إجراء التجربة الاستطلاعية الثانية لمعرفة مدي مناسبة البرنامج التعليمي علي المبتدئين في رياضة السباحة، وبذلك بلغ حجم عينة البحث الأساسية علي (١٤) مبتدئ في رياضة السباحة، وتم تقسيمهم عشوائيا إلي مجموعتين متساويتين (مجموعة تجريبية – مجموعة ضابطة) كل مجموعة مكونة من (٧) مبتدئ في رياضة السباحة، وتم إجراء الدراسة بحمام السباحة بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق.

وقد قام الباحث بإيجاد التجانس للعينة الكلية للتأكد أنه مجتمع متجانس وذلك بإيجاد معاملات الألتواء في القياسات

التالية:-

*متغيرات النمو والتمثلة في:

- (السن- الطول- الوزن).

* بعض المتغيرات البدنية والقدرات الحركية مثل:

- (مرونة مفصل الجذع، العدو 50 متر، الجري الأرتدادى، الدوائر الرقمية، الوثب العريض من الثبات)

جدول (١)
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء
لعينة البحث الكلية في متغيرات النمو

ن = ٢٠

المتغير	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
السن	سنة	٦.٢٨	٠.٦٨	٦.٥٥	١.١٩-
الطول	سم	١٣٨.٥	٤.٤٩	١٣٧.٥٠	٠.٦٥
الوزن	كجم	٣٩.٠٣	٣.٧٣	٣٨.٠٠	٠.٨٣

يوضح جدول (١) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الالتواء لعينة البحث الكلية في متغيرات (العمر الزمني - الوزن - الطول)، حيث يتضح أن قيم معاملات الالتواء لهذه المتغيرات قد انحصرت ما بين (±٣) الأمر الذي يشير إلى إعتدالية توزيع العينة وتجانسها في هذه المتغيرات.

جدول (٢)
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لعينة
البحث الأساسية في بعض المتغيرات البدنية

ن = ٢٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
١ اختبار العدو ٥٠ م	ثانية	٦٠.٤٢	٠.٣٦	٦٠.٣٢	٠.٨٣
٢ الدوائر الرقمية	ثانية	١٥.٨٥	١.٠٣	١٥.٥٨	٠.٧٩
٢ الجري الأرتدادى	ثانية	١٠.٢٣	٠.٨١	٩.٩٤	١.٠٧
٣ الوثب العريض من الثبات	سم	١٢٩.٤	٣.٨٤	١٢٨.٥٠	٠.٦٧
٤ اختبار ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف	سم	٨.١٨	٠.٥٧	٨.٠٠	٠.٩٥

يوضح الجدول (٢) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الالتواء لعينة البحث الكلية في القدرات البدنية، حيث يتضح أن قيم معاملات الالتواء لعينة البحث في جميع القياسات تراوحت ما بين (٠.٨٣-١.٠٧) أي أنها إنحصرت ما بين (±٣) الأمر الذي يشير إلى إعتدالية توزيع العينة وتجانسها في هذه المتغيرات.

جدول (٣)
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لعينة
البحث الأساسية في بعض المتغيرات البدنية

ن = ٢٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
١ النزول الامن والوثب فى الماء	درجة	٣.٣	٠.٩٤	٣.٠٠	٠.٩٦
٢ الطفو على البطن	درجة	٣.٢٣	٠.٧٨	٣.٥٠	١.٠٤-
الانزلاق	درجة	٢.٨١	٠.٦٩	٣.٠٠	٠.٨٣-
٣ الانتقال داخل الماء وفتح العينين	درجة	٢.٩٢	٠.٣٢	٣.٠٠	٠.٧٥-
٤ التنفس	درجة	٣.١٥	٠.٦٥	٣.٠٠	٠.٦٩

يوضح جدول (٣) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الالتواء لعينة البحث الأساسية في المتغيرات البدنية والحركية تراوحت بين (٠.٨٣-٠.٩٦)، حيث يتضح أن قيم معاملات الالتواء لعينة البحث انحصرت ما بين (±٣) الأمر الذي يشير إلى إعتدالية توزيع العينة وتجانسها في هذه المتغيرات.

تكافؤ مجموعتي البحث التجريبية والضابطة:

جدول رقم (٤)

دلالة فروق القياسات القبلية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث

م	القياسات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت)
			ع±	م	ع±	م	
١	السن	سنة	٦.١٩	٦.٣٤	٦.٣٤	٦.٣٤	٠.٧٢
٢	الطول	سم	١٣٩.٣٧	١٣٨.١٢	١٣٨.١٢	١٣٨.١٢	٠.٩٣
٣	الوزن	كجم	٣٩.٤٦	٣٩.٤٨	٣٩.٤٨	٣٩.٤٨	٠.٨٦
٤	اختبار العدو ٥٠ م	ثانية	٦.٥١	٦.٣٩	٦.٣٩	٦.٣٩	٠.٩٥
٥	الوثب العريض من الثبات	سم	١٢٨.٧٥	١٢٩.٨٦	١٢٩.٨٦	١٢٩.٨٦	٠.٨٣
٦	اختبار ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف	سم	٨.٢٦	٨.١٢	٨.١٢	٨.١٢	٠.٧٦
٧	الدوائر الرقمية	ثانية	١٦.٠٣	١٥.٦٨	١٥.٦٨	١٥.٦٨	١.٠٨
٨	الجري الارتدادى	ثانية	١٠.٣٤	١٠.١٥	١٠.١٥	١٠.١٥	٠.٦٩
٩	النزول الامن والوثب فى الماء	درجة	٣.٢٦	٣.٤٥	٣.٤٥	٣.٤٥	٠.٧١
١٠	الطفو على البطن	درجة	٣.٢٣	٣.٣٢	٣.٣٢	٣.٣٢	٠.٩٢
١١	الانزلاق	درجة	٢.٨٩	٢.٧٥	٢.٧٥	٢.٧٥	٠.٨٦
١٢	الانتقال داخل الماء وفتح العينين	درجة	٣.٠٨	٣.٠١	٣.٠١	٣.٠١	١.٠٣
١٣	التنفس	درجة	٢.٩٥	٣.٠٩	٣.٠٩	٣.٠٩	٠.٦٥

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ١.٠٨

يوضح جدول (٤) ان جميع قيم (ت) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية مما يشير إلى عدم وجود فروق دالة بين المجموعتين مما يشير الى تكافؤ المجموعتين فى تلك القياسات.

ثالثاً : وسائل وأدوات البحث:

١- الأدوات المستخدمة فى قياسات البحث:

- ميزان طبى لقياس الوزن (كجم)
- شريط قياس للأطوال (سم)
- لوحات طفو
- حبل طويل وعصاه
- ساعة إيقاف
- أسماك واشكال بالوان مختلفة
- حلقات الامان
- مقعد سويدي
- طوق الأنقاذ
- عوامات الشد الطافية.
- كرات بأحجام وألوان مختلفة
- طوافة

٢- استمارات تسجيل البيانات :

- قام الباحث بتصميم الاستمارات التالية لتسجيل البيانات الخاصة بعينة البحث :
- أ- استمارة تسجيل قياسات المبتدئين في متغيرات النمو الأساسية (ارتفاع الجسم - وزن الجسم - العمر الزمني) .
- ب- استمارة تسجيل قياسات المبتدئين في الاختبارات البدنية .
- ج- استمارة تسجيل قياسات المبتدئين في مستوى الأداء المهارى للمهارات الأساسية فالسباحة. مرفق (٣)

٣-الإختبارات المستخدمة في البحث:

أ- أختبارات المتغيرات البدنية : مرفق(٥)

- أستخدم الباحث الإختبارات البدنية الخاصة بالمهارات الأساسية في السباحة طبقا لما أشار إليه رأى الخبراء في هذا المجال وذلك لإجراء التجانس بين أفراد مجتمع البحث.
- تم عرض هذه الاستمارة على مجموعة من السادة الخبراء من أساتذة كليات التربية الرياضية المتخصصين في مجال الرياضات المائية وطرق التدريس التي تنطبق عليهم شروط الخبير وعددهم (٦) خبراء، وهذه الشروط هي:
- أن لا تقل سنوات الخبرة عن (١٠) سنوات في مجال التدريس .
- أن لا يقل عن درجة مدرس في مجال الرياضات المائية أو طرق التدريس.

وجداول (٥) يوضح آراء السادة الخبراء في تحديد المتغيرات البدنية الخاصة بالمهارات الأساسية فالسباحة للمبتدئين.

جدول (٥)

النسبة المئوية لآراء الخبراء في تحديد المتغيرات البدنية الخاصة بالمهارات الأساسية فالسباحة للمبتدئين

النسبة المئوية	آراء الخبراء		المتغيرات البدنية	م
	غير موافق	موافق		
٩٠%	١	٩	السرعة الانتقالية	١
٧٠%	٧	٣	السرعة الحركية	
٦٠%	٦	٤	سرعة رد الفعل	
٩٠%	١	٩	القوة المميزة بالسرعة	٢
١٠%	٩	١	القوة العظمي	
٨٠%	٢	٧	المرونة	٣
٥٠%	٥	٥	التوافق	٤
٦٠%	٤	٦	التوازن	٥
٩٠%	١	٨	الرشاقة	٦
٧٥%	٣	٧	الدقة	٧
٩٠%	١	٨	التحمل	٨

يتضح من جدول (٥) النسبة المئوية لآراء الخبراء في تحديد المتغيرات البدنية الخاصة بالمهارات الأساسية فالسباحة للمبتدئين، التي بلغت أهميتها النسبية أكثر من ٧٥% وقد انحصرت في :

- قام الباحث بإعداد استمارة لاستطلاع رأى السادة الخبراء لتحديد اختبارات المتغيرات البدنية الخاصة بالمهارات الأساسية فالسباحة للمبتدئين و**جدول (٦)** يوضح ذلك :

جدول (٦)
النسبة المئوية لأراء الخبراء في تحديد اختبارات المتغيرات
البدنية الخاصة بالمهارات الاساسية فالسباحة للمبتدئين

م	المتغيرات البدنية	وحدة القياس	الاختبارات المقترحة	أراء الخبراء		النسبة المئوية
				موافق	غير موافق	
١	السرعة	ثانية	العدو ٤ ثوان من البدء العالي	-	١٠	صفر%
		ثانية	عدو ٣٠ متر من البدء العالي	١	٩	١٠%
		ثانية	عدو ٥٠ متر من البدء العالي	٨	١	٩٠%
٢	القوة المميزة بالسرعة	سم	الوثب العريض من الثبات	٨	٢	٨٠%
		سم	الوثب العمودي لسارجنت	١	٩	١٠%
		متر	دفع الكرة الطبية (١ كجم)	١	٩	١٠%
٣	المرونة	سم	ثنى الجذع من الوقوف	٨	٢	٨٠%
		سم	ثنى الجذع من وضع الجلوس	٢	٨	٢٠%
		سم	تقوس الجذع خلفا من الانبطاح	-	١٠	صفر%
٤	الرشاقة	ثانية	الجرى الارتدادي ٤ × ١٠ م	٩	١	٩٠%
		ثانية	الجرى الزجاجي ٣ × ٤.٧٥ م	١	٩	١٠%
		عدد	الانبطاح المائل من الوقوف	-	١٠	صفر%
٥	الدقة	ثانية	الدوائر الرقمية	٨	٢	٨٠%

يتضح من جدول (٦) النسبة المئوية لأراء الخبراء في تحديد اختبارات المتغيرات البدنية الخاصة بالمهارات الاساسية فالسباحة للمبتدئين، التي بلغت أهميتها النسبية أكثر من ٧٥% وقد انحصرت في :

- اختبار ثنى الجذع من الوقوف.
- اختبار العدو ٥٠ متر من البدء المنخفض.
- اختبار الوثب العريض من الثبات.
- اختبار الدوائر الرقمية.
- اختبار الجرى الأرتدادي.

ب - تقييم مستوى الاداء المهارى للمهارات الأساسية فى السباحة . مرفق (٣)

قام الباحث بالإطلاع على المراجع العلمية والدراسات السابقة في مجال الرياضات المائية وذلك لتصميم استمارة تقييم مستوى الاداء المهارى للمهارات الاساسية، وقد تم عرض الاستمارة علي لجنة الخبراء المتخصصين في مجال الرياضات المائية للتأكد من مدى وضوح استمارة تقييم وإبداء رأيهم في مدى تحقيقها للأهداف المطلوبة، وتحتوي هذه الأستمارة على اهم المهارات الاساسية فالسباحة (النزول الامن والوثب فالماء، الطفو على البطن، الانزلاق، الانتقال داخل الماء وفتح العينين، التنفس).

تم تقييم مستوى الاداء المهارى لأفراد مجموعتي البحث (التجريبية – الضابطة) فى المهارات الاساسية فى السباحة عن طريق لجنة تحكيم مكونة من ثلاثة من أعضاء هيئة التدريس مرفق (٦) وحددت الدرجة من عشرة درجات فى كلا من القياس القبلى والقياس البعدى وفقا لأراء الخبراء ثم قام الباحث بإيجاد المتوسط لدرجات المحكمين لكل مبدىء، وتم توزيع الدرجات كالأتى:

الانزلاق	(١٠) درجات
الانتقال داخل الماء وفتح العينين	(١٠) درجات
النفث	(١٠) درجات
النزول الامن والوثب فى الماء	(١٠) درجات
الطفو على البطن	(١٠) درجات

البرنامج المقترح من قبل الباحث:

الخطوات التمهيديّة للبحث:-

أ- إجراءات إدارية:-

- 1- تحديد المواعيد الخاصة بإجراء الدراسة.
- 2- الحصول على الموافقة على تطبيق البحث.
- 3- تخصيص غرفة على حمام السباحة لوضع الادوات اللازمة للبحث.
- 4- إختيار المساعدين حيث تم إختيار عدد (٤) مساعدين من أعضاء هيئة التدريس بالقسم، وتم تعريفهم بجميع جوانب البحث من حيث متطلبات القياس وكيفية أداء الإختبارات البدنية. مرفق (٦)

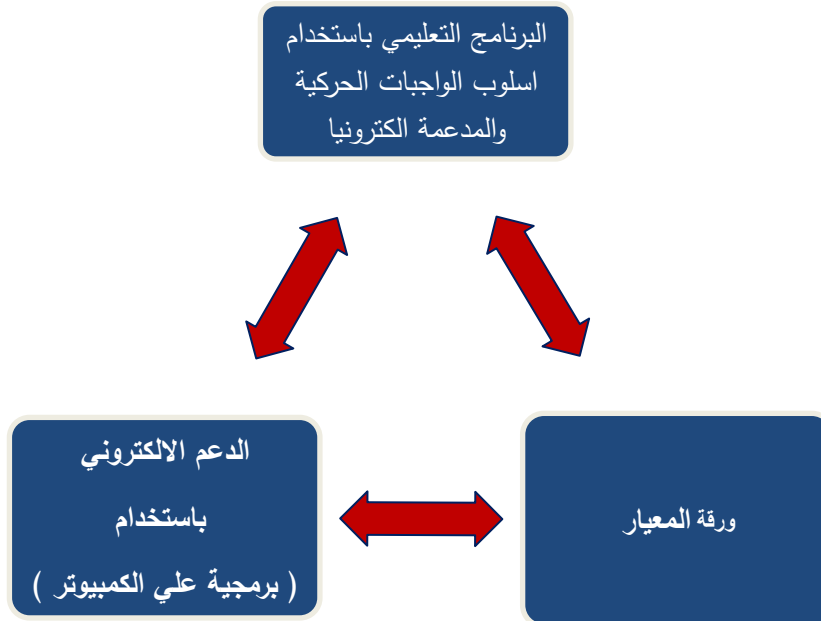
ب- أستعان الباحث ببعض المراجع العلمية المتخصصة ثم أجتهد الباحث ووضع الكثير من التدريبات المناسبة للمبتدئين في السباحة وتم عرضها على السادة الخبراء لأبداء رأيهم فيها مرفق (٤).

ج- تحديد تدريبات الأداء المهارى للمهارات الأساسية فى السباحة:

قام الباحث بإجراء مسح للدراسات السابقة والمراجع العلمية المتخصصة فى مجال السباحة لتحديد التدريبات المستخدمة فى عملية التعليم وجد الباحث الكثير من التدريبات المستخدمة التقليدية التى قام باستبعادها وايضا التدريبات المتطورة والحديثة التى تعمل على تنمية وعي الطفل خلال مرحلة التعلم فى الماء وزيادة ادراكه والقدرة على تطبيق هذه التدريبات فى الماء ومن خلال آراء الخبراء التى تنطبق عليهم شروط الخبير وعددهم (٥) خبراء والمقابلات الشخصية إستخلص الباحث أكثر هذه الإختبارات المهارية والتدريبات إستخداما للمبتدئين فى تعليم أساسيات السباحة حيث بلغ عددها

ثالثا : البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب الواجبات الحركية المدعمة الكترونيا:

قام الباحث بتصميم البرنامج التعليمي باستخدام الواجبات الحركية المصورة المدعمة إلكترونيا، وذلك لقياس مدى تأثيره على مبتدئ سباحة الزحف علي الظهر، وذلك بعد الأطلاع علي المراجع العلمية والدراسات السابقة والأطلاع علي آراء الخبراء مرفق (٨)، والتي تطرقت إلي أسلوب الواجبات الحركية وسباحة الزحف علي الظهر، ولقد أعتد الباحث في تصميم البرنامج التعليمي علي محورين كما بالشكل (١) وهما:



شكل رقم (١)

محاور البرنامج التعليمي المعد بتقنية الواجبات الحركية المصورة

أ- تحديد الهدف من البرنامج التعليمي بأسلوب الواجبات الحركية المصورة المدعمة إلكترونياً:

- يهدف هذا البرنامج التعليمي باستخدام الواجبات الحركية المصورة المدعمة إلكترونياً، وذلك لقياس مدى تأثيره علي مبتدئ سباحة الزحف علي الظهر في الجوانب المهارية، علي أن يتمشي هذا البرنامج التعليمي مع مستوي المرحلة العمرية لعينة البحث، مع مراعاة ان يتم صياغة أهداف البرنامج التعليمي في صورة يمكن قياسها كما يلي:
- نسب التقدم للمجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية قيد البحث.
- نسب التقدم للمجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية قيد البحث.
- نسب التحسن للمجوعتين (التجريبية والضابطة) في المتغيرات المهارية قيد البحث.

ب - إعداد المحاور الأساسية للبرنامج التعليمي :

اولا - مواد المعالجة التجريبية لإنتاج برمجية من قبل الباحث باستخدام أسلوب الواجبات الحركية:

تعتبر برمجية الكمبيوتر التعليمية المعدة بتقنية أسلوب الواجبات الحركية المصورة المدعمة إلكترونياً في السباحة هي أحد المحور الذي يدور حوله محور البحث الحالي وقد تم إنتاج البرمجية المقترحة المصممة من قبل الباحث باستخدام أحد البرامج التطبيقية الجاهزة وهو برنامج *Microsoft PowerPoint 2007* وأشتملت مواد المعالجة التجريبية على ما يلي:

أولاً: بناء البرمجية التعليمية.

ثانياً: وسائل جمع البيانات.

أولاً: بناء البرمجية.

قام الباحث بالأطلاع على العديد من الدراسات والبحوث التربوية التي استخدمت برمجيات الكمبيوتر التعليمية المعدة بأسلوب الواجبات الحركية المصورة المدعمة إلكترونياً وأتبع الباحث الخطوات التالية:

١ - خطوات بناء البرمجية التعليمية.

قبل وضع البرمجية كان لابد من تحديد هدف البرمجية والأسس الواجب إتباعها عند وضع البرمجية متمثلة في:-

أ- هدف البرمجية.

- تعليم المبتدئين في السباحة بالاكاديمية سباحة الزحف علي الظهر.
- إكساب المتعلمين اتجاهات إيجابية نحو استخدام الكمبيوتر والبرمجية المعدة باستخدام أسلوب الواجبات الحركية المصورة المدعمة إلكترونياً في تعلم سباحة الزحف علي الظهر للمبتدئين في السباحة.

ب - أغراض البرمجية:

تتمثل أغراض البرنامج في :-

- التعرف على المعلومات والمعارف الخاصة بكل مهارة من المهارات.
- إكساب المتعلم (مبتدئ السباحة) القدرة على تحليل الأداء الصحيح للمهارات قيد البحث.
- أن يتمكن المتعلم (مبتدئ السباحة) من أداء المهارات كما شاهدها بصورة جيدة وصحيحة.
- أن يتعلم المتعلم (مبتدئ السباحة) كيفية أداء المهارات بشكل صحيح.
- أن يتعرف المتعلم (مبتدئ السباحة) على النقاط الفنية للأداء لأي مهارة من المهارات قيد البحث.
- أن يكتسب المتعلم (مبتدئ السباحة) معلومات ومعارف عن التدريبات المستخدمة من أجل تنمية المهارات لديه.
- أن يكتسب المتعلم (مبتدئ السباحة) الثقة والأعتماد على النفس.
- أن تنمي لدى المتعلم (مبتدئ السباحة) الدافعية والإقبال على التعلم الذاتي.

ج - أسس وضع البرمجية:

حرص الباحث على مراعاة مجموعة من الأسس العلمية عند تصميم البرنامج وهي كالاتي:

- أن يراعى خصائص النمو للمرحلة السنية التي سوف يطبق عليها البرنامج.
- أن يتناسب محتوى البرنامج مع أهدافه.
- أن تتميز البرمجية بالبساطة والسهولة والبعد عن التعقيد.
- أن يساعد على تحقيق مبدأ التفاعلية بين المتعلمين (المبتدئين في السباحة) والبرنامج.

- أن يراعى توافر المكان والإمكانيات المناسبة لتنفيذ البرنامج.
- أن يراعى عوامل الأمن والسلامة حرصاً على سلامة المتعلمين (المبتدئين في السباحة).
- أن يكون البرنامج في مستوى قدرات المتعلمين (المبتدئين في السباحة).
- أن يكون البرنامج بعيداً عن الملل ويجذب انتباه المتعلمين (المبتدئين في السباحة) لموضوع البحث.
- أن يراعى البرنامج إشباع حاجة المتعلمين (المبتدئين في السباحة) من الحركة والنشاط.
- أن يحقق الشعور بالسعادة والتجديد عن الأسلوب التقليدي.
- أن يراعى الفروق الفردية بين المتعلمين (المبتدئين في السباحة).
- أن يحقق محتوى البرنامج تكامل شخصية المتعلم (مبتدئ السباحة) من حيث علاقتها بذاته وعلاقتها بزملائه.

ومن خلال آراء الخبراء توصل الباحث إلى المحتوى التالي:

- الشروط والإرشادات الخاصة بأداء الواجبات الحركية المصورة.
- الطفوف.
- الانزلاق.
- ضربات الرجلين.
- حركات الذراعين.
- حركات التنفس داخل الماء.
- الربط والتوافق.

مرفق (٨)

الصورة النهائية للبرنامج مرفق (٩):

تحديد الفترة الزمنية الخاصة بالبرنامج:

قام الباحث بعرض رأى الخبراء حول تحديد الفترة الزمنية الخاصة بالبرنامج مرفق (١)، وذلك بواقع (٣) وحدات أسبوعياً وزمن تنفيذ الوحدة (٦٠) دقيقة لمدة أربعة أسابيع (شهر) كما يلي:

جدول (٧)

التوزيع الزمني للوحدة التدريبية

الفترة الزمنية	المحتويات
٥ق	إحماء
١٠ق	أعداد بدنى
٤٠ق	التطبيق العملى للبرنامج داخل الماء
٥ق	الختام

تقويم البرنامج:

تقويم الخبراء :

بعد الإنتهاء من إعداد البرنامج فى صورته الأولى قام الباحث بعرضه على الخبراء فى مجال السباحة لإستطلاع آرائهم حول:

- الفترة الزمنية اللازمة(عدد الوحدات الأسبوعية- زمن الوحدة-التوزيع الزمنى للوحدة) مرفق (١)
- التدريبات المهارية المستخدمة.

وكانت نتيجة إستطلاع الرأى كما يلي:

- موافقة جميع الخبراء على مناسبة الأهداف العامة للبرنامج.
- موافقة الخبراء على صلاحية البرنامج للتطبيق وذلك بعد إجراء التعديلات المقترحة.
- وقد تم تعديل البرنامج بناء على آراء الخبراء.

تنفيذ البرنامج:

■ التجربة الإستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الإستطلاعية على (٦) مبتدئين من خارج عينة البحث الأساسية خلال الفترة من ٢٠٢٤/٦/٢ إلى ٢٠٢٤/٦/٣ م بواقع وحدتين اسبوعيا، لمعرفة مدى ملائمة البرنامج وصلاحيته حتى يتم تطبيقه على العينة التجريبية وقد أسفرت نتائج هذه التجربة عن الآتي:

(١) مناسبة البرنامج لقدرات المبتدئين ومدى فهمهم وإستيعابهم له.

الخطوات التنفيذية للبحث:

أولا: القياس القبلي:

قام الباحث بالقياس القبلي لعينة البحث وذلك يوم الخميس الموافق ٢٠٢٤/٦/٦ م لقياس المستوى المهارى (الأداء المهارى – الأختبارات البدنية) في الآتي:

(١٠) درجات	النزول الامن والاوثب فى الماء
(١٠) درجات	الطفو على البطن
(١٠) درجات	الانزلاق
(١٠) درجات	الانتقال داخل الماء وفتح العينين
(١٠) درجات	التنفس

- أختبار ثنى الجذع من الوقوف.
- أختبار العدو ٥٠ متر من البدء المنخفض.
- أختبار الوثب العريض من الثبات.
- أختبار الدوائر الرقمية.
- أختبار الجرى الأرتدادى.

ثانيا : تنفيذ تجربة البحث الأساسية:

أولا : المجموعة التجريبية:

بعد أن تأكد الباحث من تكافؤ مجموعتى البحث (التجريبية والضابطة) قام بتنفيذ تجربة البحث الأساسية فى الفترة من ٢٠٢٤/٦/٩ م إلى ٢٠٢٤/٧/١٠ م وقد إستغرقت مدة التنفيذ للمجموعة التجريبية التى إستخدمت البرنامج المقترح (٤) أسابيع بواقع ٢ مرات أسبوعيا لمدة ٦٠ دقيقة فى الوحدة وذلك أيام (السبت – الاربعاء)، وذلك بحمام سباحة كلية التربية الرياضية بنات.

وقد راعى الباحث مايلى:

- أن يكون مكان أداء التدريبات الأرضية بنفس المكان المخصص للتطبيق العملى.
- وفيما يلى عرض نموذج لوحدة من البرنامج.

جدول (٨)

الهدف الرئيسي: تعليم التنفس

الزمن: (٦٠)

الاسبوع: الرابع

م	أجزاء الوحدة	الزمن	محتوى النشاط	الأدوات	التشكيلات والرسم التوضيحي
١	أعمال إدارية وإحماء	٥ق	<ul style="list-style-type: none"> • تغيير الملابس، أخذ الغياب. • الصعود والهبوط علي مقعد سويدي بالمشطين بالتبادل . 	صفارة ساعة إيقاف	
٢	الإعداد البدني	١٠ق	<ul style="list-style-type: none"> • (وقوف) الوثب للوقوف فتحا مع رفع الذراعين جانبا عالياً. • (وقوف - الوضع أماما) تباعد الطعن أماما لأقصى مسافة . • (انبطاح مانل) ثنى الذراعين. • (وقوف) ثنى الجذع أماما اسفل مع الضغط. 	صفارة ساعة إيقاف	
٣	الجزء الرئيسي (التطبيق العملي)	٤٠ق	<ul style="list-style-type: none"> • أداء ضربات الرجلين والذراعين جانب الجسم ويمكن أخذ الشهيق من الجانب. • الأستناد بالذراع على لوحة الطفو مع أداء ضربات الرجلين وأخذ الشهيق مع وضع الوجه في الماء لأخراج الزفير. • أداء ضربات الرجلين من الطفو الأفقى مع زيادة المسافة وزيادة عدد مرات أخذ الشهيق. 	صفارة ساعة إيقاف عوامات حلقات الأمان	
٤	الختام	٥ق	<ul style="list-style-type: none"> - الجلوس على حافة الحمام وعمل طرشة بالقدمين. - المشى الخفيف حول حمام السباحة. 	بدون أدوات	

ثانيا : المجموعة الضابطة:

تم تعليم المجموعة الضابطة بالأسلوب المتبع في نفس الفترة الزمنية السابقة مثل المجموعة التجريبية ولكن في الأيام العكسية (الأحد- الثلاثاء). وقد تم مراعاة الأسس العلمية السليمة أثناء التطبيق، وقد تم مراعاة التالي عند تنفيذ تجربة البحث:-

- قام الباحث بتطبيق الجرعة التدريبية لتوحيد متغير التعلم.
- مراعاة عامل الوقت للمجموعتين حتى لا تتأثر مجموعة دون الأخرى بفارق التوقيت.
- تجهيز الأدوات اللازمة ومكان التطبيق.

ثانيا: القياس البعدى:

بعد الإنتهاء من تنفيذ تجربة البحث مباشرة قام الباحث بإجراء القياسات البعدية على مجموعتي البحث الأساسية (التجريبية - الضابطة) وذلك يوم الخميس الموافق ٢٠٢٤/٧/١١م، للتعرف على المستوى المهارى الذى تم إجراءه بنفس لجنة التحكيم الموحدة وقد روعيت نفس الشروط والظروف التى تم إتباعها فى القياسات القبليّة.

المعالجات الإحصائية:

قام الباحث بعد الإنتهاء من التطبيق بتجميع النتائج بدقة وجدولتها ومعالجتها إحصائيا:

- تم إستخدام برنامج (SPSS) للمعالجات الإحصائية التالية:
- * المتوسط الحسابى.
- * الإنحراف المعياري.
- * الوسيط.
- * معادلة نسب التحسن.
- * معامل الإلتواء.
- * إختبار (ت).
- * مستوى معنوية ٠٥ .

عرض النتائج ومناقشتها:

١- عرض النتائج:

جدول (٩)

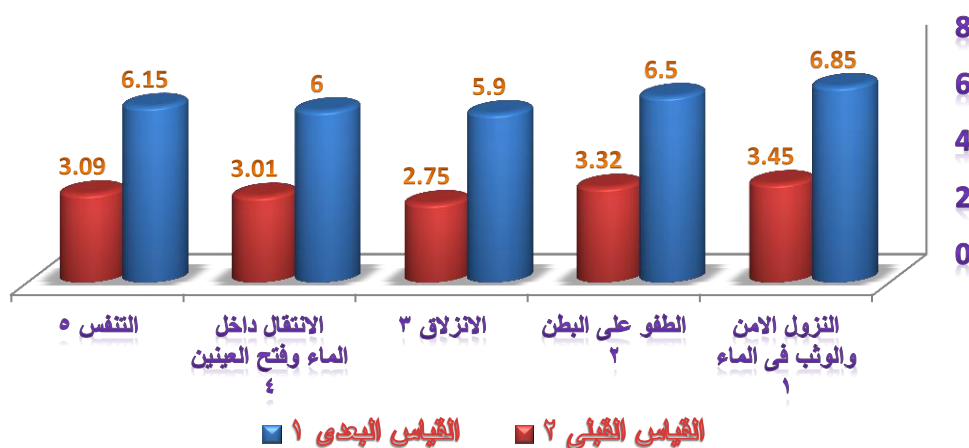
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري

ن = ٧

م	المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت" ودلالاتها
		س	ع±	س	ع±	
١	النزول الامن والوثب في الماء	٣.٤٥	٠.٩٨	٦.٨٥	١.٠٤	*١٠.٣٧
	الطفو على البطن	٣.٣٢	٠.٩٢	٦.٥٠	٠.٩٦	*١٠.٤٢
٢	الانزلاق	٢.٧٥	٠.٦٧	٥.٩٠	٠.٩٢	*١٢.٠٦
٤	الانتقال داخل الماء وفتح العينين	٣.٠١	٠.٤٦	٦.٠٠	٠.٩١	*١٢.٧٨
	التنفس	٣.٠٩	٠.٥٩	٦.١٥	٠.٨٩	*١٢.٤٩

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.١٠١

يوضح جدول (٩) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري حيث يتضح وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في الأداء المهاري.



شكل (١)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تعلم المهارات الاساسية في السباحة قيد البحث

في ضوء ما توصل إليه الباحث من نتائج البحث والتي تم معالجتها إحصائياً قام الباحث بتفسير النتائج طبقاً لأهداف البحث وفروضه كما يلي:

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري ولصالح القياس البعدي.

و يتفق ذلك مع نتائج دراسات كلا من "رائيا عبد الجواد (٢٠١٤م) (١٠)، نجلاء سلامة (٢٠١٠م) (٢١)، محمد عبد العزيز (٢٠٠٢م) (٢٠)".

وأيضاً يعزى الباحث هذه الفروق إلي البرنامج التعليمي المستخدم حيث أن الواجبات الحركية المصورة المدعمة الكترونياً تتضمن استخدام أكثر من وسيط في التعلم من خلال ورقة المعيار و التي تحتوي علي صور لكل مهارة و كل تدريب مدعم بالشرح في تسلسل وفقاً للمستوي وتتراعي الفروق الفردية، والوسيط التعليمي الآخر هو من خلال استخدام الحاسب الآلي مثل " النصوص المكتوبة - الصور و الرسومات - التسلسل بشكل تتابعي للتدريبات - إدخال الصور والنصوص بحركات مختلفة للشاشة " .

مما سبق يتضح تحقيق الفرض الأول للبحث والذي ينص على أنه:

" توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مستوى أداء المهارات الأساسية في السباحة لصالح القياس البعدي "

جدول (١٠)

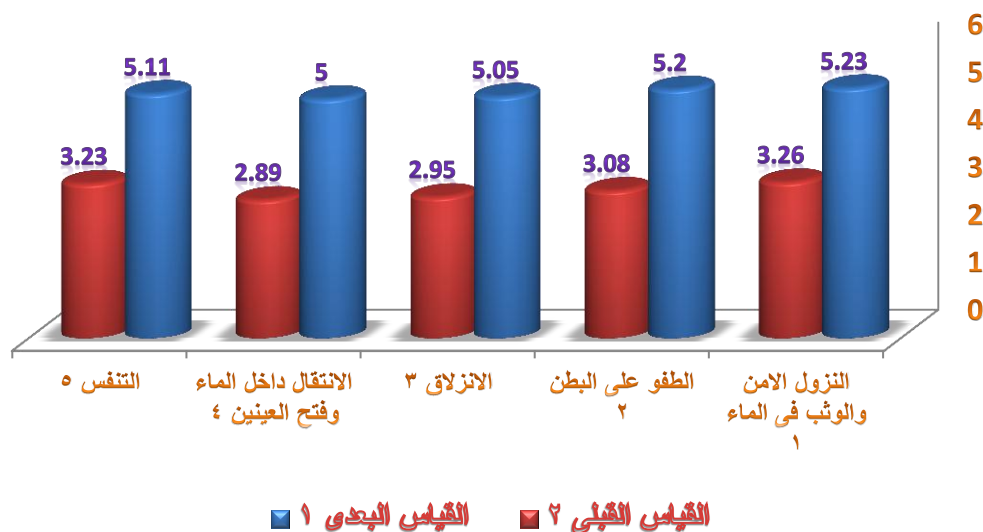
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري

ن = ٧

م	المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت" ودلالاتها
		س	ع±	س	ع±	
١	النزول الامن والوثب في الماء	٣.٢٦	٠.٦٩	٥.٢٣	٠.٨٧	*٧.٧٣
	الطفو على البطن	٣.٠٨	٠.٧١	٥.٢٠	٠.٨٢	*٨.٥٢
٢	الانزلاق	٢.٩٥	٠.٧٩	٥.٠٥	٠.٨٠	*٨.١٤
٤	الانتقال داخل الماء وفتح العينين	٢.٨٩	٠.٢٤	٥.٠٠	٠.٨٩	*٩.٩٨
٥	التنفس	٣.٢٣	٠.٧٦	٥.١١	٠.٨١	*٧.٢١

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.١٠١

يوضح جدول (١٠) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري حيث يتضح وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي في مستوى الأداء المهاري.



شكل (٢)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسات القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تعلم تعلم المهارات الأساسية في السباحة قيد البحث

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري ولصالح القياس البعدي .

ويرجع الباحث ذلك إلى التأثير الإيجابي إلى الطريقة المتبعة (الطريقة التقليدية) المعتمدة على الشرح اللفظي وأداء نموذج لمهارات سباحة الزحف على الظهر قيد البحث من جانب المعلم وتكرار الأداء من جانب المتعلمين والتدريب عليه لإتقان المهارة، هذا بجانب تعود المتعلمين على تلقي المعلومات دون البحث عنها وتعودهم أيضا على التلقين والحفظ وهذا يساعد على حدوث التقدم في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي مما يشير إلى تأثير الطريقة التقليدية على تحسن مستوى أداء مهارات سباحة الزحف على الظهر قيد البحث.

ويتفق ذلك مع نتائج دراسات كلا من "زينب دردير(٢٠٠٢م)(١١)، إجلال حسن(٢٠٠٤م)(٢)، احمد يوسف (٢٠٠٥م)(٦)، احمد عبد الفتاح (٢٠٠٥م)(٣) ."

مما سبق يتضح تحقيق الفرض الثاني للبحث والذي ينص على أنه:

" توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة على مستوى أداء المهارات الأساسية في السباحة لصالح القياس البعدي "

جدول (١١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة بين القياسين البعديين

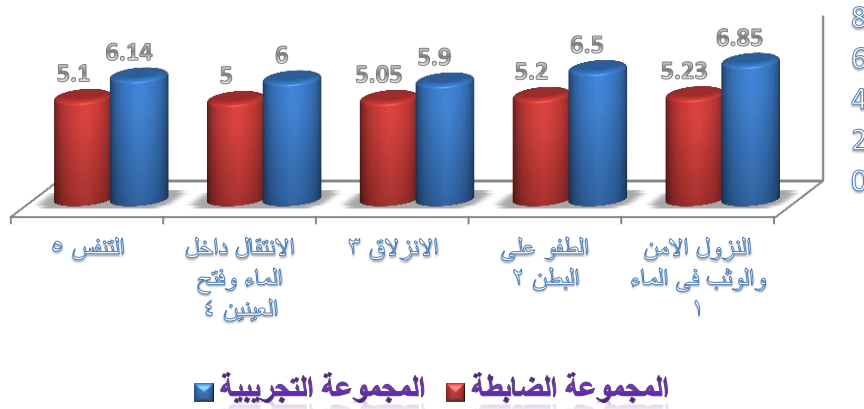
للمجموعة التجريبية والضابطة في مستوى الأداء المهاري

ن = ٧

م	المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت" ودلالاتها
		س	ع±	س	ع±	
١	النزول الامن والوثب في الماء	٦.٨٥	١.٠٤	٥.٢٣	٠.٨٧	*٥.٣٤
	الطفو على البطن	٦.٥٠	٠.٩٥	٥.٢٠	٠.٨٢	*٤.٦٠
٢	الانزلاق	٥.٩٠	٠.٩٢	٥.٠٥	٠.٨٠	*٣.١٢
٤	الانتقال داخل الماء وفتح العينين	٦.٠٠	٠.٩١	٥.٠٠	٠.٨٩	*٣.٥١
٥	التنفس	٦.١٤	٠.٨٩	٥.١٠	٠.٨٤	*٣.٨٤

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ = ٢.٠٢٦

يوضح جدول (١١) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة في مستوى الأداء المهاري حيث يتضح وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري.



شكل (٣)

دلالة الفروق بين القياسات البعديتين للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم المهارات الأساسية في السباحة قيد البحث

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة في مستوى الأداء المهاري ولصالح المجموعة التجريبية.

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه صبري جابر (٢٠٠٦م) أن هناك أساليب تقليدية تمثل في أسلوب الأوامر، وهناك العديد من المسميات التي أطلقها الخبراء علي هذا الأسلوب منها (التعلم بالتلقين - طريقة العرض والشرح - الطريقة التقليدية - الطريقة المعتادة) وهناك أساليب أكثر ايجابية متمثلة في أسلوب الواجبات الحركية حيث يعتبر من أحد أساليب التعلم التي يتم فيه مراعاة الفروق الفردية بين مستوي الطلاب فيما بينهم من خلال تقديم الواجبات الحركية لكل مهارة من السهل إلي الصعب، كما أنه يضع في مضمونة فكر الطالب ومستواه ومن ثم يكون عملية اختيار الواجبات الحركية للمهارة نابعة من الطالب نفسه لا من المعلم عند تقديمه لتعلم المهارة الواحدة. (١٢ : ٢)

ويتفق لما أشار إليه جابر عبد الحميد (٢٠٠٥) أن إتباع الطريقة التقليدية في التدريس لا تضمن نجاحا في تدريس المهارات الأساسية التي تحتاج إلى تدريب طويل ووقت أطول لأن المدرس في هذه الطريقة مهما أوتي من كفاءة في التدريس لا يضمن النجاح في إتمام عملية التعلم فهو يكتفي بإعطاء النموذج، ولا يحدد وسائل تعليمية في الدرس فهو بذلك يجذب أهتمام المتعلم ولا يدفعه للتفكير والأكتشاف، وهذا يتناقض والمفاهيم الحديثة للتربية، والتي نادى بأن لكل متعلم ذاتية خاصة به يجب احترامها والعمل على تقويمها، وإتاحة الفرصة للوقف التعليمي الذي يمكن من خلاله إبراز شخصيته . (٩ : ٢١٣)

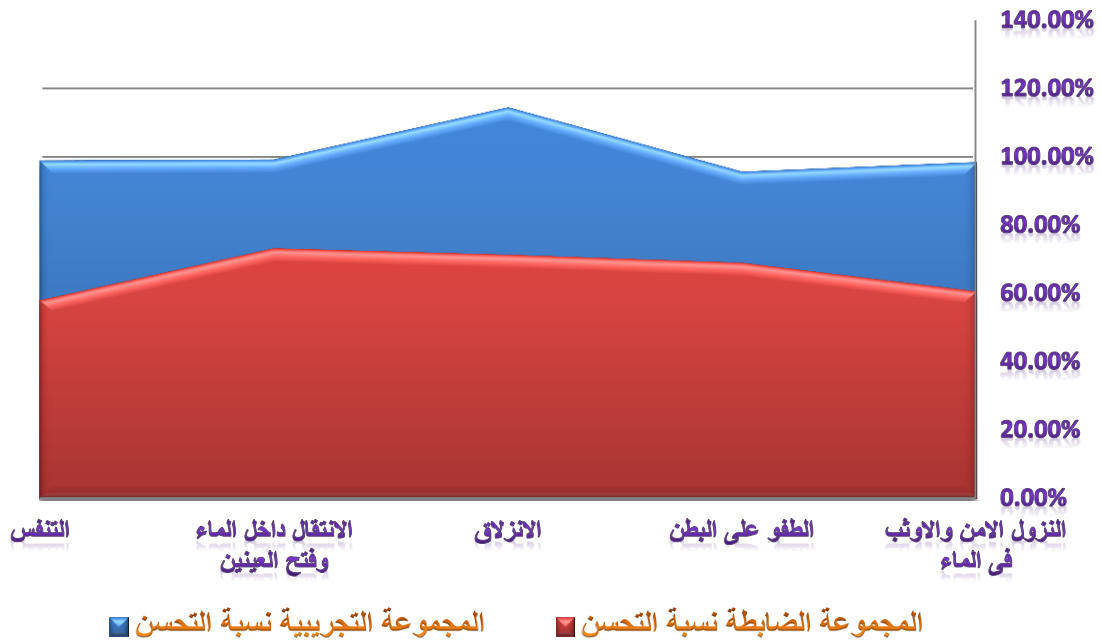
مما سبق يتضح تحقيق الفرض الثالث للبحث والذي ينص على أنه:
 " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة على مستوى أداء المهارات الأساسية في السباحة لصالح المجموعة التجريبية "

جدول (١٢)

نسب التحسن بين القياس القبلي والبعدي لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في مستوى الأداء المهاري

م	الاختبارات	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة	
		القياس القبلي	القياس البعدي	نسبة التحسن	القياس القبلي	القياس البعدي
١	النزول الامن والاوثب في الماء	٣.٤٥	٦.٨٥	%٩٨.٥٥	٣.٢٦	٥.٢٢
	الطفو على البطن	٣.٣٣	٦.٥١	%٩٥.٧٧	٣.٠٨	٥.٢١
٢	الانزلاق	٢.٧٥	٥.٩٠	١١٤.٥٥ %	٢.٩٥	٥.٠٥
٤	الانتقال داخل الماء وفتح العينين	٣.٠١	٦.٠١	%٩٩.٣٣	٢.٨٩	٥.٠٠
	التنفس	٣.٠٨	٦.١٥	%٩٩.٠٢	٣.٢٢	٥.١١

يتضح من جدول رقم (١٢) وجود نسب تحسن بين القياس القبلي والبعدي لكل من مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) ولكن يتضح تفوق المجموعة التجريبية علي المجموعة الضابطة في نسب التحسن.



شكل (٤)

نسب التحسن بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم المهارات الاساسية في السباحة قيد البحث

يوضح جدول (١٢) وجود نسب تحسن بين القياسات القبلية والبعديّة لكل من مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في مستوى اداء المهارات الاساسية في السباحة قيد البحث، ولكن يتضح تفوق المجموعة التجريبية علي المجموعة الضابطة في نسب التحسن.

ومن ذلك يتضح وجود نسب تحسن ومعدل للتغير بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية في مستوى اداء المهارات الاساسية في السباحة.

ويرجع الباحث هذا التقدم أيضا إلي استخدام البرنامج التعليمي بأسلوب الواجبات الحركية المصورة والمدعمة الكترونيا والذي ساعد علي إمداد المتعلمين بقدر كبير من التغذية الرجعة والتي ساهمت في إصلاح قدر كبير من أخطاء المتعلمين وبالتالي أرتفع مستوى الأداء المهاري للمجموعة التجريبية في المهارات قيد البحث وأيضاً أرتفاع المستوي البدني في المتغيرات البدنية قيد البحث.

ويتفق أيضا إلي ما أشار إليه أبو النجا احمد (٢٠١٠م) إلي أن استخدام أسلوب الواجبات الحركية يعتبر من أفضل الأساليب التي تساعد على تقديم المعلومات وتصحيح الأخطاء، ومن ثم يساعد علي تنمية وتطوير الأداء وبالتالي الوصول إلي النتائج مرجوة التحقيق. (١ : ٣٤)

أولاً: الأستنتاجات:

فى ضوء نتائج الدراسة تم التوصل الى الأستنتاجات التالية.
أولاً: أدي البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب الواجبات الحركية المصورة المدعمة الكترونياً إلي تحسن المستوي المهاري للمهارات الأساسية فى السباحة قيد البحث لأفراد المجموعة التجريبية.
ثانياً: هناك فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية والضابطة فى القياس البعدي فى أداء المهارات الأساسية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.
ثالثاً: أظهرت فروق نسب التحسن بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى تعلم المهارات الأساسية فى السباحة قيد البحث تفوق المجموعة التجريبية التي أستخدمت البرنامج التعليمي بإستخدام الواجبات الحركية المصورة المدعمة الكترونياً علي المجموعة الضابطة التي استخدمت البرنامج التقليدي المتبع.

ثانياً: التوصيات:

فى ضوء النتائج التي توصل إليها البحث وبعد عرضها ومناقشتها، وفى ضوء أستنتاجات البحث، يوصى الباحث بما يلي:

- ١- تطبيق البرنامج التعليمي المقترح للدراسة الحالية علي المراحل السنوية الأخرى.
- ٢- أستخدام البرنامج التعليمي والمعد بتقنية الواجبات الحركية المصور والمدعمة الكترونياً وذلك فى الأندية والأكاديميات والمدارس الرياضية وكرليات التربية الرياضية.
- ٣- إنشاء معامل كمبيوتر بحمامات السباحة تحتوي علي البرمجيات الخاصة بالسباحة وترك المتعلم يتعلم.
- ٤- إجراء أبحاث أخرى تهدف إلى تصميم برامج بأسلوب الواجبات الحركية المصورة لمختلف مهارات السباحة ولمراحل عمرية مختلفة.

قائمة المراجع

- ١- أبو النجا أحمد عز الدين (٢٠١٠م): "المعلم والمنهج وطرق التدريس"، مكتبة شجرة الدر، المنصورة.
- ٢- إجلال على حسن جبر (٢٠٠٤م): "استخدام الوسائط الفائقة Hypermedia كوسيلة لتعليم مهارات الضرب الساحق في الكرة الطائرة"، إنتاج علمي، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، العدد الثامن عشر، الجزء الثالث.
- ٣- أحمد عبدالفتاح حسين (٢٠٠٥م): "فاعلية برنامج تعليمي باستخدام الوسائط الفائقة التداخل على التحصيل المعرفي ومستوى الانجاز الرقمي لبعض مسابقات الميدان والمضمار"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
- ٤- أحمد علي راشد حبيب (٢٠٠٩م): "تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية علي التفاعل السلوكي بين المدرس و التلميذ في درس التربية الرياضية بالصف الخامس الابتدائي"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
- ٥- أحمد محمد خاطر، علي فهمي البيك (٢٠٠٥م): "القياس في المجال الرياضي"، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- ٦- أحمد يوسف سعد الدين (٢٠٠٥م): "تأثير استخدام الوسائل الفائقة على تعليم سباحة الصدر للاطفال المبتدئين"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
- ٧- أسامة كامل راتب (١٩٩٩م): "تعليم السباحة"، ط٣، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٨- تغريد محمد العراقي (٢٠٠٧م): "تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية علي مستوي أداء بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة"، مجلة علوم وفنون الرياضة، المجلد ٢٦، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.
- ٩- جابر عبد الحميد جابر (٢٠٠٥م): "سيكولوجية التعلم ونظريات التعلم"، ط٢، دار النهضة المصرية، القاهرة.
- ١٠- رانيا إبراهيم خميس عبد الجواد (٢٠١٤م): "تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية متباينة الأشكال على تعلم بعض المهارات الأساسية في الهوكي"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الإسكندرية.
- ١١- زينب دردير علام (٢٠٠٢م): "التعرف على تأثير استخدام الهايبرميديا على تعلم بعض مهارات كرة اليد لدى أطفال ما قبل المدرسة"، مجلة كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، العدد ٣٦.
- ١٢- صبري جابر حسن (٢٠٠٦م): "تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية والعمل التبادلي علي تعلم بعض المهارات الهجومية للمبتدئين في كرة اليد"، مجلة علوم وفنون الرياضة، المجلد ٢٤، المجلد الأول، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.
- ١٣- عفاف عبد الكريم (١٩٩٩م): "طرق التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضة (أساليب واستراتيجيات وتقويم)"، ط٣، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- ١٤- علي فهمي البيك، عماد الدين عباس أبو زيد (٢٠٠٣م): "المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية، تخطيط وتصميم البرامج والأحمال التدريبية (نظريات وتطبيقات)"، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- ١٥- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان (٢٠٠١م): "الأختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي"، ط٣، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٦- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان (١٩٩٤م): "أختبارات الأداء الحركي"، ط٣، القاهرة، دار الفكر العربي.
- ١٧- محمد سعد زغول، مصطفى السايح (٢٠٠٤م): "تكنولوجيا اعداد معلم التربية الرياضية"، مكتبة ومطبعة الاشعاع الفنية، الاسكندرية.
- ١٨- محمد سعد زغول ومكارم حلمي أبو هرجه وهاني سعيد عبد المنعم (٢٠٠١م): "تكنولوجيا التعليم وأساليبها في التربية الرياضية"، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١٩- محمد صبحي حسانين (٢٠٠٣م): "القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة"، الجزء الثاني، ط ٥، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢٠- محمد عبد العزيز إبراهيم عبد العزيز (٢٠٠٢م): "أسلوب الواجبات الحركية علي تعلم بعض مهارات سلاح الشيش"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- ٢١- نجلاء سلامة محمد (٢٠١٠م): "تأثير استخدام أسلوبي الواجبات الحركية والعمل التبادلي علي مستوي الأداء المهاري علي جهاز عارضة التوازن"، مجلة علوم وفنون الرياضة، المجلد ٣٧، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.

المخلص

تأثير استخدام الواجبات الحركية المدعمة الكترونياً على تعلم المهارات الأساسية في السباحة

أ.م.د. أحمد حمدي فتحي محمد

أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات المائية
كلية التربية الرياضية بنين
جامعة الزقازيق

ويشير محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين (٢٠٠١م) أن أسلوب الواجبات الحركية يهدف إلى مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ، وذلك من خلال تقسيم المهارات الحركية عند تعلمها إلى عدة واجبات متدرجة في الصعوبة لينتقي منها التلميذ ما يتناسب مع قدراته وأستعداداته كخطوه أولى يخطو منها التلميذ إلى الواجبات التالي حتى يصل إلى تحقيق متطلبات الواجب الأخير ومن ثم إلى تعلم المهارة. (١٥)

يهدف البحث إلى التعرف على الواجبات الحركية المدعمة الكترونياً وتأثيرها على جوانب تعلم المهارات الأساسية فالسباحة للمبتدئين.

أشتمل مجتمع البحث على مبتدئي رياضة السباحة في المرحلة العمرية من ٩ : ١٠ سنة لموسم ٢٠٢٤م، وقام الباحث بأختيار عينة البحث من المبتدئين في السباحة(البنين) بأكاديمية لتعليم السباحة ومقرها حمام سباحة كلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق، وقد قام الباحث بأختيار المبتدئين من أكاديمية السباحة وذلك لعملة في هذه الأكاديمية وذلك بعد موافقة إدارة الأكاديمية علي تنفيذ البرنامج التعليمي علي مبتدئي رياضة السباحة بالأكاديمية، وقد تكونت (٢٦) مبتدئ في السباحة، وبعد أستبعاد الغير منتظمين وعددهم (٦) مبتدئ في السباحة، وبلغت عينة البحث الكلية من (٢٠) مبتدئ في السباحة من(البنين) للمرحلة العمرية من ٩ : ١٠ سنة، وقد تم اختيار(٦) مبتدئ عشوائياً من عينة البحث الكلية، وذلك لإجراء التجربة الاستطلاعية الأولى لإيجاد المعاملات العلمية المستخدمة قيد البحث، وكذلك إجراء التجربة الاستطلاعية الثانية لمعرفة مدى مناسبة البرنامج التعليمي علي المبتدئين في رياضة السباحة، وبذلك بلغ حجم عينة البحث الأساسية علي (١٤) مبتدئ في رياضة السباحة، وتم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين متساويتين (مجموعة تجريبية - مجموعة ضابطة) كل مجموعة مكونة من (٧) مبتدئ في رياضة السباحة، وتم إجراء الدراسة بحمام السباحة بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق.

وسائل وأدوات البحث:

١ - الأدوات المستخدمة في قياسات البحث:

- | | |
|-------------------------------|-----------------------------|
| - ميزان طبي لقياس الوزن (كجم) | - حلقات الامان |
| - شريط قياس للأطوال (سم) | - مقعد سويدي |
| - لوحات طفو | - طوق الأنقاذ |
| - حبل طويل وعصاه | - عوامات الشد الطافية. |
| - ساعة إيقاف | - كرات بأحجام وألوان مختلفة |
| - أسماك وأشكال بالوان مختلفة | - طوافة |

٢ - استمارات تسجيل البيانات :

قام الباحث بتصميم الاستمارات التالية لتسجيل البيانات الخاصة بعينة البحث :

- استمارة تسجيل قياسات المبتدئين في متغيرات النمو الأساسية (ارتفاع الجسم - وزن الجسم - العمر الزمني) .
- استمارة تسجيل قياسات المبتدئين في الاختبارات البدنية .
- استمارة تسجيل قياسات المبتدئين في مستوى الأداء المهارى للمهارات الأساسية فالسباحة.

من خلال فروض البحث ومن واقع البيانات والنتائج التي تم التوصل إليها والتي تمت معالجتها إحصائياً توصل الباحث إلى ما يلي:
أولاً: أدي البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب الواجبات الحركية المصورة المدعمة الكترونياً إلي تحسن المستوى المهارى للمهارات الأساسية في السباحة قيد البحث لأفراد المجموعة التجريبية.
ثانياً: هناك فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي في أداء المهارات الأساسية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.

ثالثاً: أظهرت فروق نسب التحسن بين المجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم المهارات الأساسية في السباحة قيد البحث تفوق المجموعة التجريبية التي أستخدمت البرنامج التعليمي بإستخدام الواجبات الحركية المصورة المدعمة الكترونياً علي المجموعة الضابطة التي استخدمت البرنامج التقليدي المتبع.

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث وبعد عرضها ومناقشتها، وفي ضوء إستخلاصات البحث، يوصى الباحث بما يلي:

- ١ - أستخدام البرنامج التعليمي والمعد بتقنية الواجبات الحركية المصور والمدعمة الكترونياً وذلك في الأندية والأكاديميات والمدارس الرياضية وكليات التربية الرياضية.

Summary

The effect of using electronically supported motor tasks on learning basic swimming skills

Assist. Prof. **Ahmed Hamdy Fathy Mohamed**

Assistant Professor in the
Department of Water Sports Theories and Applications
Faculty of Physical Education
Zagazig University

Muhammad Hassan Alawi and Muhammad Nasr al-Din (2001) indicate that the method of motor duties aims to take into account individual differences between students, by dividing motor skills when learning them into several duties that are graded in difficulty so that the student can choose from them what suits his abilities and readiness as a first step from which the student moves to the next duties until he reaches the fulfillment of the requirements of the last duty and then to learning the skill. (15)

The research aims to identify electronically supported motor tasks and their impact on aspects of learning basic skills in swimming for beginners.

The research community included beginners in swimming in the age group from 9:10 years for the 2024 season. The researcher selected the research sample from beginners in swimming (boys) at a swimming academy based in the swimming pool of the Faculty of Physical Education for Girls, Zagazig University. The researcher selected beginners from the swimming academy to work in this academy after the academy administration approved the implementation of the educational program for beginners in swimming at the academy. (26) beginners in swimming were formed, and after excluding the irregular ones, their number was (6) beginners in swimming. The total research sample amounted to (20) beginners in swimming (boys) for the age group from 9:10 years. (6) Beginners were randomly selected from the total research sample to conduct the first exploratory experiment to find the scientific coefficients used in the research, as well as to conduct the second exploratory experiment to determine the extent of the suitability of the educational program for beginners in swimming. Thus, the size of the basic research sample amounted to (14) beginners in swimming, and they were randomly divided into two equal groups (experimental group - group (Control) Each group consisted of (7) beginners in swimming, and the study was conducted in the swimming pool of the Faculty of Physical Education for Girls, Zagazig University.

Research tools and methods:

- 1- Tools used in research measurements:
 - Medical scale to measure weight (kg)
 - Safety rings - Tape measure for lengths (cm)
 - Swedish seat
 - Float plates
 - Lifebuoy
 - Long rope and stick
 - Floating tension buoys.
 - Stop watch
 - Balls of different sizes and colors
 - Fish and shapes of different colors
 - Buoy

2- Data recording forms:

The researcher designed the following forms to record data for the research sample: A- Form for recording beginners' measurements in basic growth variables (body height - body weight - chronological age).

B- Form for recording beginners' measurements in physical tests.

C- Form for recording beginners' measurements in the skill performance level of basic skills in swimming.

Through the research hypotheses and the data and results that were reached and statistically processed, the researcher reached the following:

First: The educational program using the method of electronically supported visual motor tasks led to an improvement in the skill level of the basic swimming skills under investigation for the members of the experimental group.

Second: There are statistically significant differences between the experimental and control groups in the post-measurement in the performance of the basic skills under investigation in favor of the experimental group.

Third: The differences in the improvement rates between the experimental and control groups in learning the basic swimming skills under investigation showed the superiority of the experimental group that used the educational program using electronically supported visual motor tasks over the control group that used the traditional program followed.

In light of the results reached by the research, after presenting and discussing them, and in light of the research conclusions, the researcher recommends the following:

- 1- Using the educational program prepared using the technology of illustrated and electronically supported motor duties in clubs, academies, sports schools, and colleges of physical education.