

تأثير تمارين خاصة على مستوى تعلم سباحة الزحف على البطن وبعض الصفات البدنية لدى الأطفال المدمجين في السباحة

*م. د / مبي عادل عبد الفتاح

٠/١ مقدمة ومشكلة البحث:

يتجه البحث العلمي الي حل المشكلات العلمية المرتبطة بالأداء الرياضي وذلك بهدف الوصول للاعب والأداء الرياضي الي المستوى الأمثل باستخدام الأساليب العلمية التي تساعد في تحسين الأداء الرياضي وتطويره في ضوء قدرات الفرد الرياضي.

وتعتبر مشكلة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة من المشاكل التي يجب أن يخصص لها قدراً كبيراً جداً من الاهتمام والرعاية حتى نستطيع أن نحقق نفعاً نعود من خلاله بأثر واضح وفعال في صورة منتج يحقق الكفاءة الشخصية والاجتماعية والمهنية لهؤلاء الفئة من الأطفال التي قدر لها أن تكون على هذه الصورة ولنحاول أن نزيد من توافقهم في المجتمع مع أقرانهم من الأسوياء من خلال استثمار إمكانياتهم بما يضمن لهم التوافق مع البيئة المحيطة بهم وتأهيلهم الاندماج في المجتمع الذي يعيشون فيه (١٩ : ٨) (٢٦ : ٦).

ويضيف كوفمان (Kauffman) (٢٠٠٠م)، سالند (Salend) (٢٠٠٣م) أن الدمج أحد الاتجاهات الحديثة في التربية الخاصة، وهو يتضمن وضع الأطفال المعاقين عقلياً بدرجة بسيطة في المدارس العادية مع اتخاذ الإجراءات التي تضمن استفادتهم من البرامج التربوية المقدمة كما أن الدمج الجزئي هو دمج الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة في نشاط ما مع أقرانه العاديين (٢٨ : ٤٠) (٣٤ : ٦).

مدرس بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة

ويعتبر موضوع الدمج من الموضوعات التي تشكل اهتمام جميع العاملين والمهتمين في حقل رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة ما زالت الدولة تجتهد في تأهيلهم الي أن وجدت فكرة الدمج وكانت هذه فكرة هي الخلاص الأساسي للرعاية والوقاية من الأمراض الاجتماعية والنفسية، وهذا يتفق القرار الوزاري رقم (٢٥٢) بتاريخ ٢٠١٧/٨/٥ الخاص بالدمج التعليمي للطلاب ذوي الإعاقات البسيطة في مدارس التعليم العام (١ : ٦٨) (٣٧) (٣٨) (٣٩).

والسباحة تعتبر من الأنشطة الترويحية الممتعة والمحبة حيث تضيف على ممارستها لونا فريداً من البهجة والنشاط والحيوية، كما تمارس في مراحل العمر المختلفة هذا بالإضافة إلى الفوائد العديدة، حيث أن للسباحة فوائد متعددة تعود على الفرد الممارس بفوائد كثيرة في نواحي متعددة وهي الناحية الترويحية والنفسية والعلاجية وكذلك الناحية البدنية والمعرفية والفسولوجية. (٢٣ : ١٢).

وتعتبر سباحة الزحف على البطن من مهارات السباحة التي تتطلب التوضيح الدقيق للمراحل التعليمية والفنية لها والربط الصحيح بين المعلومات التي يحصل عليها المتعلم وتوجيهه لتنفيذ الواجب الحركي بأقل جهد وفي أقصر وقت ممكن، ومن هذا المنطلق ومع الاختلاف الواضح بين الطرق المستخدمة في تعليم هذه السباحة أصبح هناك ضرورة لاستخدام تكنولوجيا حديثة يمكن أن تسهم في مساعدة المعلم على تقديم المعلومات المعرفية الخاصة بالأداء الفني والتدريبات التعليمية لسباحة الزحف على البطن، ومساعدته المتعلمين على الفهم الصحيح والتصور الدقيق للتسلسل الحركي للأداء وكيفية أداء التدريبات بطريقة صحيحة لتحقيق التعلم بصورة أفضل (١٦ : ٤).

ويتفق كل من روبن جوزمان Ruben)
Guzman (١٩٩٨)، ماجليشيو Maglischo (٢٠٠٣م)، سامي الشربيني وحسام الدين فاروق (٢٠٠٤)، محمد القط (٢٠٠٤) على أنه يجب المحافظة على التكنيك الجيد والسرعة المناسبة لحركات الذراعين وضربات الرجلين حتى يستطيع المتعلم السباحة بصورة أفضل ويذكرون أن هناك ست نقاط فنية يجب الاهتمام بها هي أولاً : المحافظة على الوضع المثالي للرأس والجسم في مستوى

أفقي فوق سطح الماء مما يعطى الانسيابية والهدوء للحركة الرجوعية للذراعين،
ثانياً: ارتفاع المرفق وتحرك الذراعين بالقرب من الجسم ثالثاً : التحكم في وضع
الرأس مما يساعد على التنفس بسهولة وراحة، رابعاً: دوران الجذع وارتفاع
الكتفين فوق سطح الماء، خامساً: الحفاظ على الفخذين في وضع مثالي، وأخيراً
امتلاك ضربات رجلين قوية ومنظمة تساعد على التحرك بانسيابية في الماء
(٣٢ : ٨٥)، (٣١ : ٢٦٣)، (٩ : ٣١ - ٣٣)، (٢٢ : ١٤٥).

كما أن استخدام التدريبات التي تتشابه في حركاتها وتكوينها مع متطلبات
الأداء تعتبر بمثابة الإعداد الجيد والمباشر لتطوير حالة التدريب للاعبين لذلك
من الأهمية الاستعانة بالتمرينات التي تؤدي بصورة تتفق مع طبيعة الأداء
للمهارة الحركية باستخدام المجموعات العضلية العاملة في المهارة ذاتها وفي
نفس المسار الحركي مما يكون له أفضل الأثر في تحسين الصفات البدنية
وبالتالي تحسين الأداء المهاري للمهارات الحركية.

ومن خلال إشراف الباحثة علي طلاب التدريب الميداني بمجمع حمامات
السباحة بالقرية الأولمبية بجامعة المنصورة لاحظت الباحثة وجود عدد من
الأطفال المدمجين وبدا عليهم بعض نواحي الضعف في أداء سباحة الزحف علي
البطن عن باقي الأطفال وقد يرجع ذلك لعدم وجود تدريبات خاصة أو اهتمام
بتدريب هذه الفئة من الأطفال وقد يكون من الجيد تحسين الأداء الحركي لديهم
من خلال اللعب الموجه لذا تحاول الباحثة من خلال وضع تمرينات خاصة
لسباحة الزحف علي البطن مما يؤدي الي تحسن مستوي تعلم سباحة الزحف
علي البطن ، كما تبين ندرة وجود دراسات تطرقت للأطفال المدمجين في
السباحة كما تتطلب جهد كبير حتى يتقنها أو يؤديها بشكل صحيح مما دفع
الباحثة لأعداد تمرينات خاصة ومعرفة تأثيرها علي مستوي تعلم سباحة الزحف
علي البطن وبعض الصفات البدنية للأطفال المدمجين في السباحة.

١/١ أهداف البحث:

يهدف البحث إلى تصميم برنامج باستخدام تمرينات خاصة وتأثيرها علي
مستوي تعلم سباحة الزحف علي البطن وبعض الصفات البدنية لدى الأطفال
الدمجين في السباحة وذلك من خلال:

١/١/١ التعرف على تأثير التمرينات الخاصة على مستوى تعلم سباحة الزحف على البطن لدي الأطفال المدمجين في السباحة.
٢/١/١ التعرف على تأثير التمرينات الخاصة على بعض الصفات البدنية للأطفال المدمجين في السباحة.

٣/١ فروض البحث:

١/٢/١ توجد فروق دالة إحصائية بين القياسات القبليّة والقياسات البعدية في مستوى تعلم سباحة الزحف على البطن لدي الأطفال المدمجين في السباحة (قيد البحث) لصالح القياسات البعدية لأفراد مجموعة البحث.
٢/٢/١ توجد فروق دالة إحصائية بين القياسات القبليّة والقياسات البعدية في بعض الصفات البدنية للأطفال المدمجين في السباحة (قيد البحث) لصالح القياسات البعدية لأفراد مجموعة البحث.

٤/٣ إجراءات البحث:

١/٢ منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لمجموعة واحدة باستخدام القياس القبلي والبعدى لمناسبتة لطبيعة الدراسة.
٢/٢ مجتمع وعينة البحث:

اشتمل مجتمع البحث الحالي علي الأطفال المسجلين بمدارس السباحة بمجمع حمامات السباحة بالقريّة الأولمبية بجامعة المنصورة وعددهم (٤٠ لاعب) وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من الأطفال المدمجين الذين وافق أولياء أمورهم علي تطبيق البرنامج عليهم وممارستهم لرياضة السباحة وبلغ عددهم (١٣) أطفال بنين بشرط ألا تقل درجة الذكاء عن (٦٥) ولا تزيد عن (٨٤) باستخدام مقياس ستانفورد بينية (يتم تطبيقه مباشرة عند دمج الأطفال بالمدرسة) وبلغ عمرهم الزمني من ٩-١٢ سنة وتم استبعاد (٣) أطفال لعدم التزامهم بالتدريبات طوال فترة تطبيق البرنامج واستكمل البحث (١٠) أطفال مدمجين، كما تم اختيار (١٠) أطفال مدمجين للدراسة الاستطلاعية و(١٠) أطفال طبيعيين من نفس المرحلة العمرية كمجموعة مميزة وتم تطبيق التجربة بمجمع حمامات السباحة بالقريّة الأولمبية بجامعة المنصورة .

٣/٢ وسائل وأدوات جمع البيانات:

١/٣/٢ الأجهزة والأدوات:

- ميزان طبي.
- جهاز رستاميتير لقياس الطول الكلي.
- ساعة إيقاف.
- كرات يد.
- أقماع.
- شريط قياس.

٢/٣/٢ بطاقات تسجيل وتفريغ البيانات:

قامت الباحثة بتصميم بطاقات وكشوف لجمع وتفريغ البيانات والنتائج وذلك من خلال المصادر العلمية والبحوث السابقة مع التعديل بها لكي تحقق الهدف منها وهو دقة وسرعة التسجيل:

- كشف تسجيل البيانات الأساسية (السن - الطول والوزن) (مرفق ١).
- كشف تسجيل البيانات الخاصة بالاختبارات المهارية (مرفق ٢).
- كشف تسجيل البيانات الخاصة بالاختبارات البدنية (مرفق ٣).

٣/٣/٢ المسح المرجعي:

١/٣/٣/٢ لتحديد الصفات البدنية والاختبارات المناسبة لها تم تحديد الصفات البدنية من خلال المسح المرجعي للمراجع التي تمكنت للباحثة من التوصل إليها في مجال السباحة تم التوصل الي مجموعة من الصفات البدنية وعمل استطلاع راي للخبراء (مرفق ٤) وتم عرضهم على السادة الخبراء (مرفق ٥) وتم التوصل الي ٦ صفات بدنية والتي حازت على ٥٠% وهي:

- (السرعة) العدو ٢٠ متر من البدء العالي.
- (القدرة) الوثب العريض من الثبات.
- (الرشاقة) الجري الزجاجي بطريقة بارو.
- (المرونة) ثنى الجذع للأمام من الوقوف.
- (القوة) دفع كرة طبية زنة (٧٥٠ جم).

• (التوافق) الوثب داخل الدوائر المرقمة.

٢/٣/٣/٢ لتحديد متطلبات سباحة الزحف على البطن: تم تحديد متطلبات سباحة الزحف على البطن من خلال المسح المرجعي للمراجع التي تمكنت للباحثة من التوصل إليها في مجال السباحة وتم التوصل الي مجموعة من المتطلبات وتم عرضها على السادة الخبراء مرفق(٥) وتم التوصل الي ما يلي:

- ضربات الرجلين.
- حركات الذراعين.
- التنفس.
- التوافق الكلى.

٤/٣/٢ الاختبارات البدنية والمهارية: -

من خلال المسح الشامل لما تمكنت الباحثة من المراجع العلمية والدراسات السابقة المتخصصة توصلت الباحث الي مجموعة من الاختبارات وتم عرضها على السادة الخبراء (مرفق ٦) وهي كالتالي:

١/٤/٣/٢ الاختبارات البدنية (مرفق ٦):

- العدو ٢٠ متر من البدء العالي (١١ : ٣٦) (١٥ : ٢٩٢).
- الوثب العريض من الثبات (١١ : ٣٩) (١٥ : ٣٠٤).
- الجري الزجاجي بطريقة بارو (١١ : ١٩٣) (١٥ : ٢٨٢).
- ثنى الجذع للأمام من الوقوف (١١ : ٩٨).
- دفع كرة طبية زنة (٧٥٠ جم) (١١ : ٤٠) (١٥ : ٣٠٨).
- الوثب داخل الدوائر المرقمة. (١٢ : ٢٠٥) (١٥ : ٣٢٩).

٢/٤/٣/٢ تقييم الأداء الفني (مرفق ٧):

بعد الاطلاع على المراجع العلمية في تعليم السباحة (٣) (٩) (١٧) (١٨) (١٩) واستطلاع رأى الخبراء في استمارة تقييم مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن إعداد / وفيقة سالم (٢٠٠٠م) (٣١) تم اعتماد التقييم الذاتي الموضوعي لثلاث محكمين بأخذ متوسط الدرجات لهم حيث أن الدرجة النهائية للاستمارة (٤٠) درجة موزعة على العناصر الأساسية كما يلي:

- ضربات الرجلين (١٠) درجات.

- حركات الذراعين (١٠) درجات.

- التنفس (١٠) درجات.

- التوافق الكلى (١٠) درجات.

٤/٢ الدراسات الاستطلاعية:

١/٤/٢ الدراسة الاستطلاعية الأولى: قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى على عدد (٦) أطفال مدمجين من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية والمقيدين بمدارس السباحة بمجمع حمامات السباحة بالقرية الأولمبية بجامعة المنصورة وتم إجراء الدراسة خلال الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠١٨/٩/١م إلى يوم الاثنين الموافق ٢٠١٨/٩/٣م وكان الهدف منها:

- تحديد الصعوبات التي تواجه تنفيذ القياسات والاختبارات.

- التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث.

- معرفة الطرق الصحيحة لإجراء القياسات عمليا.

- التأكد من صلاحية استمارات التسجيل الخاصة بالقياسات.

وكانت اهم النتائج:

- تم تحديد الصعوبات التي تواجه تنفيذ القياسات والاختبارات والتغلب عليها.

- تم التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث والتعديل

التقني لمواقف الاختبار.

- تم معرفة الطرق الصحيحة لإجراء القياسات عمليا وتدريب المساعدين عليها.

- تم التأكد من صلاحية استمارات التسجيل الخاصة بالقياسات وتدريب

المساعدين عليها.

٢/٤/٢ الدراسة الاستطلاعية الثانية:

أجريت على (١٠) أطفال مدمجين و (١٠) أطفال طبيعيين في الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠١٨/٩/٨م إلى يوم الأربعاء الموافق ٢٠١٨/٩/١٢م وكان الهدف منها:

- إيجاد معامل الصدق للاختبارات قيد البحث - إيجاد معامل الثبات

للاختبارات قيد البحث.

وكانت اهم النتائج:

١/٢/٤/٢ تم إيجاد معامل الصدق (صدق التمايز) قيد البحث عن طريق مقارنة (١٠) أطفال طبيعيين ومقارنتهم بنتائج (١٠) لاعبين مدمجين من نفس المرحلة السنوية

جدول (١)

دلالة الفروق بين المجموعة الأقل تميزا والمجموعة المميزة في الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث ن = ١ ن = ٢ = ١٠

الهدف من الاختبارات	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة الأقل تميزا	
			المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف
الصفات البدنية	ثنى الجذع للأمام من الوقوف	سم	٢١.٥٠	٠.٩٢٥	١٧.١٢	١.٢٤
	العدو ٢٠ متر من البدء العالي	ثانية	٢٢.١٢	٠.٨٣٢	١٨.٢٥	١.٠٣
	دفع كرة طبية زنة (٧٥٠ جم)	متر	٨.١٢	١.١٢	٥.٥٥	٠.٩٢٥
	الوثب العريض من الثبات	سم	٤.٣٧	١.١٨	١.١٢	٠.٨٣٤
	الوثب داخل الدوائر المرقمة.	ثانية	١٦.٣٧	٠.٧٤٤	١١.٥٠	٠.٩٢١
الأداء المهارى	الجري الزجاجي بطريقة بارو	ثانية	١٦.٧٥	١.٠٣٥	١٢.٥٠	١.٤١
	ضربات الرجلين.	درجة	٤.٤١	١.٥٠	١.٣٣	٠.٥١٦
	حركات الذراعين.	درجة	٤.٢٥	١.٧٥	٠.٩١٦	٠.٥٨٤
	التنفس.	درجة	٤.٤١	١.٦٦	٠.٧٥٠	٠.٢٧٣
التوافق الكلى.	درجة	٤.٥٤	٠.٩٢٧	٠.٧٥٠	٠.٢٩٨	

قيمة ت الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ = ١.٦٧ *دال إحصائيا

يتضح من جدول (١) وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة لصالح المجموعة المميزة في الاختبارات قيد البحث مما يدل على صدق هذه الاختبارات.

٢/٢/٤/٢ إيجاد معامل الثبات حيث قامت الباحثة بإيجاد معامل الثبات عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه (Test/ R-Test) بعد ثلاثة أيام علي عينة التقنين وعددهم (١٠) أطفال مدمجين وذلك بإجراء التطبيق الأول يوم السبت الموافق ٢٠١٨/٩/٨ م والتطبيق الثاني يوم الاربعاء الموافق ١٢ / ٩ / ٢٠١٨ م.

جدول (٢)

ثبات الاختبارات قيد البحث ن=٢=١٠

نوع الاختبارات	الاختبارات	وحدة القياس	متوسط القياس الأول	متوسط القياس الثاني	الارتباط بين التطبيق الأول والثاني	
					قيمة ر	قيمة ت
الصفات البدنية	ثنى الجذع للأمام من الوقوف	سم	١٧.١٢	١٦.٧٣	*٠.٨١٣	١.١٢
	العدو ٢٠ متر من البدء العالي	ثانية	١٨٢٥	١٧.٧٢	*٠.٩٧٦	١.٠٣
	دفع كرة طبية زنة (٧٥٠ جم)	متر	٥.٥٠	٥.٠٦	*٠.٩٥٣	١.٠٥
	الوثب العريض من الثبات	سم	١.١٢	١.٧٥	*٠.٩١٨	٠.٩٧٠
	الوثب داخل الدوائر المرقمة.	ثانية	١١.٥٠	١١.١٢	*٠.٧٧٤	٠.٩٤٢
متطلبات الأداء المهاري	الجري الزجاجي بطريقة بارو	ثانية	١٢.٥٠	١١.٨٧	*٠.٧٦٢	١.٠٢
	ضربات الرجلين.	درجة	٤.٦٥	٤.٢٥	*٠.٨٨٠	٠.١٩٢
	حركات الذراعين.	درجة	٤.٣١	٤.٥٦	*٠.٩٧٢	٠.٦٣٥
	التنفس.	درجة	٤.٠٩	٤.٠٨	*٠.٧٧٤	٠.٢٩٣
	التوافق الكلى.	درجة	٤.٧٣	٤.٣٥	*٠.٩٠٨	٠.٣٤٤

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٣٧٨ دال إحصائيا *

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٦٧ دال إحصائيا *

يتضح من جدول (٢) وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيا بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للاختبارات قيد البحث مما يدل على ثبات الاختبارات قيد البحث.

٥/٢ البرنامج المقترح (مرفق ٨):

تم تصميم برنامج يتضمن تمرينات خاصة وتأثيرها على مستوى تعلم سباحة الزحف علي البطن وبعض الصفات البدنية لدى الأطفال المدمجين في السباحة، واستطلاع رأي الخبراء (مرفق ٧) كما استعانت الباحثة بالمراجع والدراسات السابقة (١) (٥) (٧) (١٠) (١١) (١٥) لوضع المحتوى الخاص بالبرنامج المقترح.

١/٥/٢ خطوات بناء البرنامج:

١/١/٥/٢ الهدف من البرنامج " تطوير مستوى تعلم سباحة الزحف على البطن.

٢/١/٥/٢ التخطيط الزمني للبرنامج:

- تم تطبيق البرنامج المقترح لمدة (١٢) أسبوع بواقع (٣) وحدات أسبوعياً.
- بلغ زمن الوحدة (٩٠) دقيقة وتم تثبيت زمن الوحدات التدريبية والتكرارات وذلك لمناسبتها لطبيعة الأطفال المدمجين عينة البحث.
- تم تقسيم الوحدة إلى ثلاثة أجزاء:
- جزء تمهيدي زمنه (١٥) دقائق: يحتوي على تمارين لتنشيط وتهيئة الجسم.
- جزء رئيسي زمنه (٧٠) دقيقة: يحتوي على أنشطة بدنية تحتوي على ألعاب صغيرة وتمارين مشابهة لطبيعة الأداء متنوعة لأجزاء الجسم المختلفة، ومجموعة من التدريبات الموجهة لتطوير متطلبات سباحة الزحف على البطن، ومجموعة من التمارين التنافسية الفردية المرحلة التي تهدف لتطوير الجانب المهارى والبدني.
- جزء ختامي (٥) دقائق: يشمل تهدئة الجسم والعودة الي الحالة الطبيعية.

جدول (٣)

(خصائص البرنامج المقترح)

المتغيرات العامة للبرنامج المقترح	الخصائص العامة للبرنامج المقترح
عدد أسابيع التنفيذ للبرنامج المقترح	١٢ أسبوع
عدد الوحدات الكلية بالبرنامج	٣٦ وحدة تدريبية
عدد الوحدات التدريبية المنفذة بالأسبوع	٣ وحدات تدريبي
أيام التدريب الأسبوعية	الأحد- الثلاثاء - الخميس
مدة تطبيق الوحدة التدريبية	المدى الزمني (٩٠) دقيقة

٦/٢ تطبيق التجربة الأساسية:

١/٦/٢ القياس القبلي للاختبارات قيد البحث:

تم إجراء القياسات القبلية قبل تطبيق البرنامج المقترح على عينة البحث يوم الخميس الموافق ٢٠١٨/٩/١٣م وتم التأكد من اعتدالية المتغيرات الأساسية قيد البحث كما هو موضح بالجدول التالية:

جدول (٤)

اعتدالية توزيع المتغيرات الأساسية (الطول - السن - الوزن) ن = ١٠

م	القياس	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	السن	السنة	١٠.٩١٦	١٠.٩	٠.٦٥٨	٠.٧٢٥
٢	الطول	سنتيمتر	١٥٥.١٦	١٥٥.٥	١.٩٤٠	٠.٦٣٨
٣	الوزن	كيلو جرام	٢٧.٧	٢٧.٦	١.٠٥٩	٠.٥٢٠

يتضح من جدول (٤) أن قيم معاملات الالتواء لقياسات المتغيرات

قيد البحث تنحصر ما بين (± 3) مما يشير إلى اعتدالية توزيع عينة البحث الأساسية في (السن - الطول - الوزن) وبالتالي يوجد اعتدالية في توزيع عينة البحث الأساسية في تلك المتغيرات.

جدول (٥)

اعتدالية توزيع الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث ن = ١٠

نوع الاختبارات	م	الاختبارات قيد البحث	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الإلتواء
الاختبارات البدنية	١	ثنى الجذع للأمام من الوقوف	سم	١٧.٢٥	١٧	٠.٧٦	٠.٥٢
	٢	العدو ٢٠ متر من البدء العالي	ثانية	١٣.٢٣	١٤	١.١٩	٠.١١-
	٣	دفع كرة طبية زنة (٧٥٠ جم)	متر	٥.٥	٥.٥	٠.٢٦	٠.٩٤-
	٤	الوثب العريض من الثبات	سم	١.١٢	١	٠.٦٠	٠.٨٦-
	٥	الوثب داخل الدوائر المرقمة.	ثانية	١١.٥	١١.٥	٠.٦٩	٠.١٨-
	٦	الجري الزجاجي بطريقة بارو	ثانية	١١.٥	١١١	٠.٩٢	١.١٦
متطلبات الأداء المهاري	٧	ضربات الرجلين.	درجة	٣.٦٢	٣.٥	٠.٤٩	٠.٣٦
	٨	حركات الذراعين.	درجة	٣.٥٦	٣.٥	٠.٧١	٠.١٦
		التنفس.	درجة	٣.١٨	٣	٠.٨٢	٠.٥٤
	٩	التوافق الكلي.	درجة	٣.٢٥	٣.٧٥	٠.٧٥	٠.٣١

يتضح من جدول (٥) أن قيم معاملات الالتواء لاختبارات المتغيرات قيد

البحث تنحصر ما بين (± 3) مما يشير إلى اعتدالية توزيع عينة البحث

الأساسية في الاختبارات قيد البحث وبالتالي يوجد اعتدالية في توزيع عينة البحث الأساسية في تلك المتغيرات.

٢/٦/٢ تنفيذ التجربة الأساسية:

تم تنفيذ البرنامج المقترح لمدة (١٢) أسبوع بواقع (٣) وحدات أسبوعيا زمن الوحدة (٩٠) دقيقة في الفترة من الأحد الموافق ٢٠١٨/٩/١٦ م الي يوم الخميس الموافق ٢٠١٨/١٢/٦ م.

٣/٦/٢ القياسات البعدية:

تم إجراء القياسات البعدية بعد تطبيق البرنامج المقترح على عينة البحث بنفس ترتيب إجراء القياسات القبليّة في الفترة من السبت الموافق ٢٠١٨/١٢/٨ م الي الاثنين الموافق ٢٠١٨/١٢/١٠ م

٧/٣ المعالجات الإحصائية

تم تطبيق المعالجات الإحصائية المناسبة لطبيعة الدراسة وهي:

- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري.
- الوسيط.
- معامل الالتواء.
- معامل الارتباط.
- قيمة "ت".

١٠/٣ عرض ومناقشة النتائج

١/٣ عرض ومناقشة الفرض الأول " توجد فروق دالة إحصائية بين القياسات القبليّة والقياسات البعدية في متطلبات تعلم سباحة الزحف على البطن لدي الأطفال المدمجين في السباحة (قيد البحث) لصالح القياسات البعدية لأفراد مجموعة البحث.

جدول (٦)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والقياسات البعديّة في مستوى تعلم
سباحة الزحف على البطن ن = ١٠

المهارة	الاختبار	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت"
			ع	م	ع	م	
متطلبات الاداء المهارى	ضربات الرجلين.	درجة	١.٢٣	٢.٦٥	١.٥٩	٥.٠٥	*١١.٧٨
	حركات الذراعين.	درجة	١.٩٩	٢.٨٩	١.٤٥	٥.٢٤	*٦.٨١
	التنفس.	درجة	١.٢٤٤	٢.٤٨	١.٨٦	٥.٥٧	*١٠.٣٧
	التوافق الكلى.	درجة	١.٥١٠	٢.٢٦	١.٠٣	٥.٨٠	*٩.٧١

*دال إحصائيا

قيمة z الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ = ١.٦٧



شكل (١) متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة في تعلم سباحة الزحف
على البطن قيد البحث

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسات القبليّة والقياسات البعديّة في مستوى تعلم سباحة الزحف على البطن قيد البحث (ضربات الرجلين - حركات الزراعين - التنفس والتوافق الكلى) لصالح القياسات البعديّة عند مستوى معنوية ٠.٠٥ حيث أن جميع قيم ت المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية .

وباستعراض نتائج جدول (٦) وشكل (١) نجد أن متوسط القياس القبلي لضربات الرجلين (٢.٦٥ درجة) بينما كان متوسط القياس البعدي (٥.٠٥ درجة)، كما كان متوسط القياس القبلي لحركات الزراعين (٢.٨٩ درجة) بينما كان متوسط القياس البعدي (٥.٢٤ درجة)، في حين كان متوسط القياس القبلي للتنفس (٢.٤٨ درجة) بينما وصل متوسط القياس البعدي الي (٢.٢٦ درجة) كما كان متوسط القياس القبلي للتوافق الكلي (٢.٢٦ درجة) وللقياس البعدي (٥.٨٠ درجة) مما يدل علي فاعلية البرنامج المقترح علي مجموعة البحث.

وتعزوا الباحثة الفروق الدالة إحصائيا في متطلبات الأداء قيد البحث الي التأثير الإيجابي للبرنامج المقترح الذي يحتوي على تدريبات مشابهة للأداء والتي تتناسب مع طبيعة وامكانات وقدرات عينة البحث فالبرنامج تضمن مجموعة من الأنشطة المتنوعة والمختلفة المناسبة لهم.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة إخلاص حسين دحام (٢٠٠٨م) (٣)، مصطفى صلاح الدين عزيز (٢٠١٠م) (١٧)، أسعد حسين عبد الرازق (٢٠١٤م) (٣) مي عادل عبد الفتاح (٢٠١٨م) (٢٢)، يسار صبيح علي (٢٠١٦م) (٢٤) علي أن التدريبات المشابهة لطبيعة الأداء تساعد في تطوير المهارات الأساسية للاعبين السباحة كما تساعد في الارتقاء بالأداء المهاري للاعبين.

كما تتفق مع دراسة كل من بشار عادل كتاب (٢٠١٢م) (٥)، محمد الشبراوي علي (٢٠١٤م) (١٤) محمد يوسف البحراوي (٢٠١٦م) (١٨)، حاتم صابر خوشناو (٢٠١٦م) (٦) حمودي محمود إسماعيل (٢٠١٧م) (٨) الي أن البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريبات المتنوعة المشابهة للأداء تؤدي الي التحسن الملحوظ في مستوي الأداء الفني للمهارات الأساسية للنشاط الرياضي التخصصي .

وتري الباحثة أن البرنامج المقترح بما يحتويه من تمارين مشابهة لطبيعة الأداء المهاري أدي بشكل مباشر الي تحسن المستوي في تعلم سباحة الزحف على البطن ، كذلك أدي البرنامج الي سرعة تفاعل الأطفال مع الأداء نتيجة المرح والسرور بممارسة التدريبات المشابهة للأداء وذلك يتفق مع دراسة كل هوستون وآخرون (Houston et al) (٢٠٠٠م) (٢٧)، بلوك وزيمان (Block & Zeman) (٢٠٠١م) (٢٥)، لورنزي وآخرون (Lorenzi et al) (٢٠٠٣م)

(٣٠)، مارتن ومالوي Martin & Malloy (٢٠٠٤م) (٣٢) على أنالتدريبات المناسبة لطبيعة الأداء تؤدي إلى تطوير المهارات الأساسية في مختلف الأنشطة الرياضية سواء الجماعية أو الفردية وأن البرنامج المقترح يحسن الاداءات المهارية للأطفال المدمجين.

وبذلك قد تحقق الفرض الأول الذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائية بين القياسات القبليّة والقياسات البعدية في تعلم سباحة الزحف على البطن لدي الأطفال المدمجين في السباحة (قيد البحث) لصالح القياسات البعدية لأفراد مجموعة البحث"

٢/٣ عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني " توجد فروق دالة إحصائية بين القياسات القبليّة والقياسات البعدية في بعض الصفات البدنية للأطفال المدمجين في السباحة (قيد البحث) لصالح القياسات البعدية لأفراد مجموعة البحث"

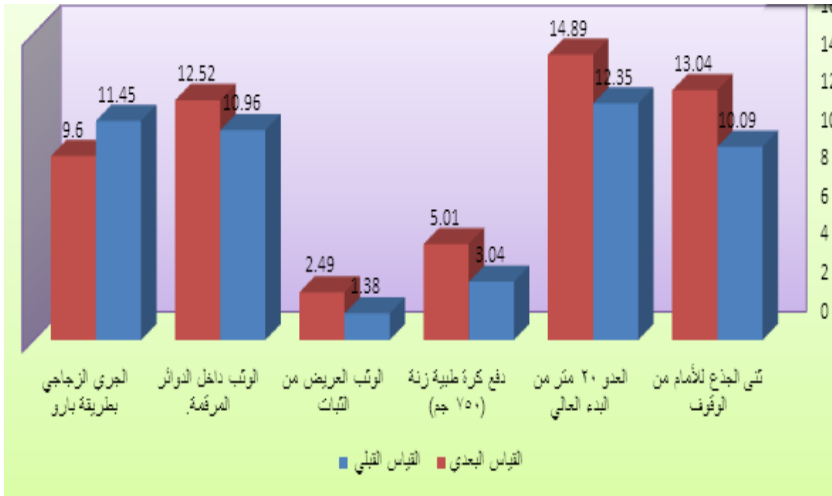
جدول (٧)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والقياسات البعدية في مستوى أداء

بعض الصفات البدنية قيد البحث ن = ١٠

الصفات البدنية	الاختبار	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت"
			ع	م	م	م	
الأداء البدني	ثنى الجذع للأمام من الوقوف	سم	١٠.٠٩	١٠.٠١	١٣.٠٤	١.٠٩	*٦.٢٥
	العدو ٢٠ متر من البدء العالي	ثانية	١٤.٨٩	١.٨٣	١٢.٣٥	١.٧٠	*٤.٢٣
	دفع كرة طيبة زنة (٧٥٠ جم)	متر	٣.٠٤	١.٧٠	٥.٠١	١.٨٥	*٥.١٦
	الوثب العريض من الثبات	سم	١.٣٨	١.٢٧	٢.٤٩	١.٤٣	*٦.١٨
	الوثب داخل الدوائر المرقمة.	ثانية	١٢.٥٢	١.٥٣	١٠.٩٦	٠.٧٧٠	*٣.٨٦
	الجري الزجاجي بطريقة بارو	ثانية	١١.٤٥	١.٨٢	٩.٦٠	١.٢١٧	*٥.٩٥

قيمة ت الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ = ١.٦٧ *دال إحصائية



شكل (٢) متوسطات القياسات القبلية والبعديّة لمستوى الصفات البدنية قيد البحث

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات القبلية و القياسات البعديّة في مستوى أداء الصفات البدنية قيد البحث لصالح القياسات البعديّة عند مستوى معنوية ٠.٠٥ حيث أن جميع قيم ت الحوسبة أكبر من قيمتها الجدولية مما يدل علي فاعلية البرنامج المقترح .

وباستعراض نتائج جدول (٧) وشكل (٢) نجد أن متوسط القياس القبلي لاختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف (١٠.٠٩ سم) و(١٣.٠٤ سم) للقياس البعدي، بينما كان متوسط القياس القبلي لاختبار العدو ٢٠ متر من البدء العالي (١٤.٨٩ ثانية) والقياس البعدي (١٢.٣٥ ثانية) ، كما كان متوسط القياس القبلي لاختبار دفع الكرة الطبية للأمام (٣.٠٤ متر) والقياس البعدي (٥.٠١ متر) ، كما قدر متوسط القياس القبلي لاختبار الوثب العريض من الثبات (١.٣٨ م) وللقياس البعدي (٢.٢٩ م) ، بينما كان متوسط القياس القبلي لاختبار الوثب داخل الدوائر المرقمة (١٢.٥٢ ثانية) وللقياس البعدي (١٠.٩٦ ثانية) ، كما قدر متوسط القياس القبلي لاختبار الجري الزجاجي بطريقة بارو (١١.٤٥ ثانية) وللقياس البعدي (٩.٦٠ ثانية).

وتعزوا الباحثة الفروق الدالة إحصائيا في الصفات البدنية الخاصة قيد البحث الي التأثير الإيجابي للتدريبات المشابهة للأداء والتي تتناسب مع طبيعة وامكانات وقدرات عينة البحث فالبرنامج تضمن مجموعة من الأنشطة المتنوعة والمختلفة المناسبة لهم مما أدى الي ارتفاع مستوي الصفات البدنية الخاصة قيد البحث.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلا من إخلاص حسين دحام (٢٠٠٨م) (٢)، مصطفى صلاح الدين عزيز (٢٠١٠م) (١٧)، بشار عادل كتاب (٢٠١٢م) (٥)، أسعد حسين عبد الرازق (٢٠١٤م) (٣)، محمد الشبراوي علي (٢٠١٤م) (١٤) يسار صبيح علي (٢٠١٦م) (٢٤)، محمد يوسف البحراوي (٢٠١٦م) (١٨)، حاتم صابر خوشناو (٢٠١٦م) (٦) حمودي مجمود إسماعيل (٢٠١٧م) (٨) مي عادل عبد الفتاح (٢٠١٨م) (٢٢) علي أن اللاعب عندما يمارس تدريبات مشابهة لطبيعة الأداء التخصصي يساعد ذلك في تنمية الأداء الفني وكذلك تطوير الصفات البدنية الخاصة بطبيعة النشاط الممارس لذلك يجب الاهتمام بالتدريبات الخاصة أو التدريبات المشابهة للأداء عند وضع البرامج التدريبية لما لها من فاعلية في تطوير الأداء الفني والبدني.

وترى الباحثة أن التحسن الحادث في الصفات البدنية قيد البحث نتيجة ممارسة الأطفال عينة البحث التدريبات الموضوعية بفاعلية وحماس كبيرين نتيجة المرح والسرور من ممارسة هذه التمرينات، كذلك حرصت الباحثة من التعامل بشكل خاص وحرص كبير مع هذه الفئة التي تتطلب تعامل خاص مما كان له أكبر الأثر في تفاعل عينة البحث مع البرنامج الموضوع مما أدى بالتالي الي التحسن في الأداء البدني والفني قيد البحث.

وذلك يتفق مع دراسة كل هوستون وآخرون (Houston et al) (٢٠٠٠م) (٢٧)، بلوك وزيمان (Block & Zeman) (٢٠٠١م) (٢٥)، لورنزي وآخرون (Lorenzi et al) (٢٠٠٣م) (٣٠)، مارتين ومالوي (Martin & Malloy) (٢٠٠٤م) (٣٢)، الي أن البرامج التدريبية باستخدام التدريبات المتنوعة المشابهة للأداء تؤدي الي تحسن الصفات البدنية قيد البحث.

وبذلك قد تحقق الفرض الثاني الذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائية بين القياسات القبليّة والقياسات البعدية في بعض الصفات البدنية الخاصة (قيد البحث) لصالح القياسات البعدية لأفراد مجموعة البحث".

١٠/٤ الاستنتاجات والتوصيات:

١/٤ الاستنتاجات

من خلال نتائج الدراسة توصلت الباحثة الى:

- البرنامج المقترح أدى الى تحسن متطلبات تعلم سباحة الزحف على البطن (ضربات الرجلين - حركات الزراعيين-التنفس والتوافق الكلى) لدى الأطفال المدمجين.
- أدى البرنامج المقترح الى تحسن فى الصفات البدنية قيد البحث (المرونة - السرعة الانتقالية-القدرة العضلية للزراعين - القدرة العضلية للرجلين - التوافق والرثاقفة) لدى الأطفال المدمجين.
- أدى البرنامج المقترح الى تحسن فى مستوى تعلم سباحة الزحف على البطن قيد البحث لدى الأطفال المدمجين.
- أدى البرنامج المقترح الى تحسن فى الصفات البدنية الخاصة قيد البحث لدى الأطفال المدمجين.

٢/٤ التوصيات:

- ضرورة استخدام البرنامج المقترح لتطوير تعلم سباحة الزحف على البطن لدى الأطفال المدمجين.
- ضرورة استخدام البرنامج المقترح لتحسين الصفات البدنية الخاصة قيد البحث لدى الأطفال المدمجين.
- إجراء دراسات مشابهة على السباحات الاخرى لمعرفة تأثير التدريبات الخاصة على الأطفال المدمجين.
- تطبيق البرنامج المقترح على الأطفال المدمجين لما له من تأثير إيجابى فى تحسن مستوى تعلم سباحة الزحف على البطن وبعض الصفات البدنية للأطفال المدمجين.
- تصميم برامج تعليمية خاصة بالأطفال المدمجين وذلك لمراعاة الفروق الفردية بينهم وبين الأطفال الطبيعيين.
- ضرورة قيام المناطق والاتحاد المصرى بتصميم برامج خاصة بهذه الفئة وذلك لمراعاة الفروق الفردية بينهم وبين الأطفال الطبيعيين.

٥/٠ قائمة المراجع

١/٥ قائمة المراجع العربية:

١. أبو النجا أحمد عز الدين،
محمد صادق، سالم، محمد
إبراهيم احمد
: تأثير برنامج تعليمي على بعض المهارات
الأساسية في كرة القدم للمعاقين ذهنياً القابلين
للمدمج من (١٦ - ٤) سنة ، مجلة كلية التربية
الرياضية جامعة المنصورة، ٢٦، ع، ٢٠١٦.
٢. أسعد حسين عبد الرازق
: أثير تمارينات نوعية (أرضية - مائية) بوسائل
مساعدة في تطوير أهم القدرات الحركية
الخاصة والأداء الفني رسالة دكتوراه منشورة
كلية التربية الرياضية جامعة بابل ٢٠١٤م
٣. إخلص حسين دحام
: تأثير تمارينات خاصة في تطوير صفتي القوة
المميزة بالسرعة ومطاولة القوة لسباحي ١٠٠
م حرة الشباب مجلة كلية التربية الرياضية كلية
التربية ، جامعة بابل ٢٠٠٨م
٤. إسماعيل عبد الفتاح
: الموسوعة الرياضية الميسرة ٤ كرة اليد ، دار
الكتاب للنشر ١٩٩٠م
٥. بشار عادل كتاب
: إستخدام بعض التمارينات الخاصة بوزن الجسم
لتطوير القوة المميزة بالسرعة للذراعين وانجاز
فعالية ٥٠ م ، مجلة ميسان لعلوم التربية
البدنية ، جامعه ميسان كلية التربية الرياضية ،
عدد ٥ ، ٢٠١٢م.
٦. حاتم صابر خوشناو
: تأثير المنهج التعليمي باستخدام بعض
التمارين التصحيحية في الأداء الفني وبعض
المتغيرات البايوكينماتيكية والاتجار في السباحة
الحرّة ، مجلة زانكو الانسانيات ، جامعة صلاح
الدين مجلد ٢٠ عدد ٥ ، ٢٠١٦م
٧. حسن عبدالسلام محفوظ
: منظومة التربية الحركية نظريات - تطبيقات ،

- منشأة المعارف ، الإسكندرية ، الطبعة الأولى
٢٠١٣.
- تأثير بعض التمرينات في تطوير مرحلة الدوران
والإنجاز في سباحة ١٠٠ م حرة للسباحين ،
مجلة علوم التربية الرياضية ، كلية التربية
الرياضية جامعة بابل ، مجلد ١٠ عدد ٥
٢٠١٧م ،
أسس ونظريات رياضة السباحة" ، مكتبة
شجرة الدر، المنصورة :
٢٠٠٤م.
٨. حمودي محمود أسماعيل :
٩. سامي محمد الشربيني ،
حسام الدين فاروق
١٠. سها حسين خفاجي :
١٢. كمال الدين عبد
الرحمن وآخرون
١٢. كمال عبد الحميد
وآخرون
١٣. محمد احمد خطاب :
٢٠٠٤.
١٤. محمد الشبراوي علي :
تأثير برنامج تعليمي باستخدام
التمرينات الفرضية على مستوى الأداء المهاري
لبراعم سباحة الزحف مجلة بحوث التربية

- الرياضية ، كلية التربية الرياضية جامعة الزقايق
مجلد ٤٩ عدد ٩٥ ، ٢٠١٤م
- تأثير تدريبات نوعية علي تطوير بعض
المتغيرات البدنية لناشئي كرة اليد تحت ١٨
سنة، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية
والرياضة ، كلية التربية الرياضية جامعة
المنصورة عدد ١٥ سبتمبر ، ٢٠١٠م
- ١٥ . محمد عبد المجيد
المرسي:
- وضع برنامج باستخدام الهيبرميديا لتعلم سباحة
الزحف على البطن للمبتدئين، رسالة ماجستير،
كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة
السويس ٢٠٠٣م.
- ١٦ . محمد حسن رضا
المرسي:
- "استراتيجية السباق فى السباحة"، المركز
العربي للنشر ، القاهرة ٢٠٠٤م.
- ١٧ . محمد علي القط
المرسي:
- أثر برنامج تعليمي باستخدام التمرينات التوافقية
الخاصة على مستوى أداء مهارتي
السباحة بالكرة ، المجلة العلمية لعلوم التربية
البدنية والرياضة ، عدد ٢٧ ، ٢٠١٦م
- ١٨ . محمد يوسف فتحي
المرسي:
- مشكلات الطفل التوحدي ، دار العلم والأيمان
للنشر والتوزيع الطابعة الأولى، ٢٠١٨.
- ١٩ . محمود عبد الرحمن
عيسى الشرقاوي
- اثر التعلم باستخدام الألعاب الصغيرة لتطوير
اهم المهارات الأساسية للاعبين كرة اليد أعمار
(٨-١٤) سنة ، مجلة علوم التربية الرياضية
كلية التربية الرياضية جامعة بابل ، مجلد ٨
عدد ٣ ، ٢٠١٥م.
- ٢٠ . مشرف عزيز طنيش
المرسي:
- تأثير تمرينات مساعدة خاصة في اكتساب
القدرة التوافقية لحركات السباحة الحرة ، مجلة
علوم التربية الرياضية جامعة بابل كلية التربية
- ٢١ . مصطفى صلاح الدين
عزيز

- الرياضية مجلد ٣ عدد ٢، ٢٠١٠م
تأثير تمارين المقاومة على التوازن العضلي
للذراعين وبعض الصفات البدنية
٢٢. مي عادل عبد الفتاح : الخاصة لسباحة الصدر للطلاب المعلم، مجلة
أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، عدد ٤٧
جزء ٤، ٢٠١٨م
الرياضات المائية - طرق تدريسها - أسس
٢٣. وفيقة مصطفى سالم : تدريسها - أساليب تقويمها، منشأة المعارف،
الإسكندرية ٢٠٠١م
تمارين خاصة وتأثيرها في تطوير السرعة
وإنجاز ٥٠ م. سباحة حرة لذوي الإعاقة فئة
S٩-S١٠ رجال مجلة التربية الرياضية جامعته
٢٤. ياسر صبيح علي : بغداد مجلد ٢٨ عدد ٤، ٢٠١٦م

٣/٥: المراجع الأجنبية:

- ٢٢-Block, & Zeman,: Including Student With Disabilities in
Regular Physical Education, Effects on Non Disabled Children,
Adapted Physical activity Quarterly, Human Kinetics Publishers
Inc(٢٠٠١)
٢٣ - Choi,) .Let,s play Children with Autism and Ther play
partners Together. Pup schonell Special Education Ressearch
Centre, University Queensland,Australia ٢٠٠٠
٢٤-Houston, D: The effect of peer tutors on motor performance in
integrated physical education classes, adapted physical activity
Quarterly. Vol. Human Kinetics Publishers Inc., (٢٠٠٠)
٢٥- Kauffman, A., (٢٠٠٠): Preparing teachers for inclusive
education the development of a unified teacher education
program in early childhood and early childhood special education,
Teacher Education and special education, Vol. ١٧. ٣٨-٥١.
٢٦ - Krantz, p.: Commentary : Interventions to facilitare
socialization Journal of Autism and Developmental Disorders. ٣٠(٥)

,٤١١-٤١٣٢٠٠٠

- ٢٧- Lorenzi David, Horvath Michael, Anthony Pellegrino,:
Physical activity of children with and without mental retardation
in inclusive recess setting, RQES, March, supplement.(٢٠٠٣)
٢٨-Maglischo ,E ,W.,(٢٠٠٣): Swimming Fastest , Magfill
publishing co , California U.S.A. .
٢٩-Martin E, Block & Mike Malloy: Altitudes on Inclusion of a
player with Disabilities in Retardation Football League American
Association on Mental Retardation, Vol. ٣٦. ٢-١٨., (٢٠٠٤)
٣٠-Ruben Guzman (١٩٩٨): Swimming Drills For Every Strokes ,
Human Kinetics ,USA

- ٣١- Salend, R., (٢٠٠٣): Effective mainstreaming, creating inclusive
classrooms, ٥th ed, prentice, Hall, inc, New Jersey, USA
٣٢- Thomas et. Al., : visual evoked potentials reaction and
egedminance in cricketers gohannesburg south Africa journal of
sports medicine and physical,vol,٤, ٢٠٠٥

٣/٥: الشبكة الدولية للمعلومات

٣٣ - <http://search.mandumah.com/Record/٣٢٦٥٨٤->

٣٤-<https://www.elbalad.news/٢٨٨٠٢٢٧>

٣٥ - <http://www.ahram.org.eg/NewsO/٦٠٧٥٧١.aspx>

٣٦-

http://www.ihf.info/files/Uploads/Documents/١٠٢٨٥_Arabic٢.pdf

تأثير تمارين خاصة على مستوى تعلم سباحة الزحف على البطن وبعض الصفات البدنية لدى الأطفال المدمجين في السباحة

*م. د / مي عادل عبد الفتاح

يهدف البحث إلى تصميم برنامج باستخدام تمارين خاصة وتأثيرها على مستوى تعلم سباحة الزحف على البطن وبعض الصفات البدنية لدى الأطفال المدمجين في السباحة واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لمجموعة واحدة باستخدام القياس القبلي والبعدي لمناسبته لطبيعة الدراسة. اشتمل مجتمع البحث الحالي على الأطفال المسجلين بمدارس السباحة بمجمع حمامات السباحة بالقرية الأولمبية بجامعة المنصورة وعددهم (٤٠ لاعب) وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من الأطفال المدمجين الذين وافق أولياء أمورهم على تطبيق البرنامج عليهم وممارستهم لرياضة السباحة وبلغ عددهم (١٣) أطفال بنين بشرط ألا تقل درجة الذكاء عن (٦٥) ولا تزيد عن (٨٤) باستخدام مقياس ستانفورد بينية (يتم تطبيقه مباشرة عند دمج الأطفال بالمدرسة) وبلغ عمرهم الزمني من ٩ - ١٢ سنة وأشارت أهم النتائج إلى أن البرنامج المقترح أدى إلى تحسن متطلبات تعلم سباحة الزحف على البطن (ضربات الرجلين - حركات الزراعيين-التنفس والتوافق الكلي) لدى الأطفال المدمجين. وتوصى الباحثة بضرورة استخدام البرنامج المقترح لتطوير تعلم سباحة الزحف على البطن لدى الأطفال المدمجين.

مدرس بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة

The effect of special exercises on the level of learning to swim, crawling on the stomach, and some physical characteristics of children who are integrated into swimming

***M. Dr. / Mai Adel Abdel Fattah**

The research aims to design a program using special exercises and their effect on the level of learning swimming, crawling on the stomach and some physical characteristics of children integrated into swimming. The researcher used the experimental method with the experimental design of one group using pre and post measurement, due to its relevance to the nature of the study. The current research community included children registered in swimming schools in the swimming pool complex in the Olympic Village at Mansoura University, and they numbered (٤٠). The research sample was deliberately chosen from the combined children whose parents agreed to apply the program to them and their practice of swimming sport, and their number reached (١٣) boys, provided that they are not The IQ score is less than (٦٥) and not more than (٨٤) using the Stanford Intermediate Scale (applied directly when integrating children into school) and their chronological age ranges from ٩ to ١٢ years old. The most important results indicated that -The proposed program led to an improvement in the abdominal crawling learning requirements (leg strokes - farmer movements - breathing and total compatibility) among the combined children. The researcher recommends that the proposed program should be used to develop abdominal crawling swimming learning for combined children.

.

Lecturer, Department of Curricula and Teaching Methods of Physical Education - College of Physical Education - Mansoura University