

تأثير برنامج تعليمي لاكتساب بعض مهارات السباحة للأطفال الرضع

* محمد عبدالحميد طه مقلد

** سالي عبدالحميد حسين

مقدمة ومشكلة البحث:

تهتم الدول المتقدمة بتطوير العملية التعليمية ، وهذا التطوير يتطلب صيغ جديدة تقوم علي أسس منهجية نظامية تغير الفكر التربوي القائم علي المستوي النظري في أساليب وطرق التعليم والتعلم الحالية التي أصبحت غير ملائمة لعمليات تطوير العملية التعليمية ، وكان لتطوير تقنيات المعلومات والاتصالات أثرها في تفعيل عمليات التطبيق العلمي للنظريات والاتجاهات الحديثة في مجال طرق واستراتيجيات التعليم والتعلم وتطويرها لتساعد في إعداد أجيال جديدة أكثر قدرة علي مواجهه تطورات العصر وتحديات المستقبل .

وتعتبر السباحة من الأنشطة الترويحية الممتعة والمحبة حيث تضيف علي ممارستها لوناً فريداً من البهجة والنشاط والحيوية، كما تمارس في مراحل العمر المختلفة هذا بالإضافة إلى الفوائد العديدة، حيث أن للسباحة فوائد متعددة تعود علي الفرد الممارس بفوائد كثيرة في نواحي متعددة وهي الناحية الترويحية والنفسية والعلاجية وكذلك الناحية البدنية و المعرفية والفسولوجية.(١ : ١٢)

تحتل رياضة السباحة أهمية متميزة من بين سائر أنواع الرياضات الأخرى والتي ظهر مقدار التقدم الكبير فيها في السنوات الاخيره حيث يتولى تحطيم الارقام القياسية عاماً بعد عام ولقد اتفق العلماء والأطباء والقادة الرياضيون على أن السباحة تعتبر رياضة من الرياضات الهامة التي تستخدم التقنيات الحديثة لتساير التقدم والتطور والتي لا بد أن يراعي عند التخطيط لتدريسها أن يوجه نشاط الطفل الفكري والحركي بشكل دقيق مع توضيح جميع أجزاء طريقه السباحة المستهدف تعليمها على أن ينظم المعلم ويرقب ويوجه باستمرار طريقة أداء الأطفال لهذه السباحة بفاعلية مع ضمان مشاركته الأطفال بإيجابية خلال العملية التعليمية .(٣ : ٩)

ولقد أشار وضاح الصمدعي (٢٠٠٦م) أن المهارات الحركية هي جوهر أداء اي نشاط رياضي ، واكتسابها هو الهدف العام في التربية الرياضية ، وأن الهدف لا يقتصر علي القراءة أو مشاهدة نموذج للأداء الصحيح فقط ، وإنما يتم عن طريق الممارسة الفعلية للأداء ، مقرونة بالإرشاد من قبل المعلم أو المدرب ، وهذا يشمل عملية التعلم الخاصة بفاعلية السباحة التي يرغب بها عدد كبير من الناس ومن كافة الفئات العمرية وكلا الجنسين .(٥ : ٤)

(*) أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات المائية بكلية التربية الرياضية للبنين- جامعة بنها

(**) معلمة تربية رياضية – مدربة سباحة

مشكلة البحث وأهميته :

من خلال عمل الباحثة كمدرية سباحة وجدت ندرة في توافر سباحة للرضع في أغلب النوادي ومراكز الشباب الأمر الذي دعا الباحثة بإجراء دراستها للتعرف علي أثر برنامج تعليمي لإكتساب بعض مهارات السباحة للأطفال الرضع .

ومن خلال قيام الباحثة بالإطلاع علي المراجع العلمية والدراسات المرجعية وجدت عدم وجود بحوث عربية إستخدمت سباحة للرضع في التربية الرياضية بصفة عامة في حين لم تجري أي دراسة في هذا المجال علي حد علم الباحثة في مجال تعليم السباحة بصفة خاصة .

هدف البحث:

التعرف علي تأثير البرنامج التعليمي لاكتساب بعض مهارات السباحة للأطفال الرضع .

فروض البحث:

(١) وجود فروق دالة إحصائياً بين قياسات عينة البحث (قبلي – بيني – بعدي) في المتغيرات المهارية ولصالح القياسات البينية والبعدي عن القياسات القبليية في جميع المتغيرات المهارية.

مصطلحات البحث:

• سباحة الرضع :

هي ظاهرة الأطفال الرضع والأطفال الصغار الذين ينتقلون بشكل إنعكاسي عبر المياه وتغيير معدل التنفس ومعدل ضربات القلب إستجابة للماء ، ويطلق علي تباطؤ معدلات ضربات القلب والتنفس إستجابة بطء القلب . (٥ : ٣٠٧)

• البرنامج التعليمي :

عبارة عن مجموعة من الوحدات التعليمية والمُعدة طبقاً للأهداف التعليمية والأنشطة والأنشطة والأساليب المحددة ، والتي تهدف لإكتساب مهارات السباحة . (*)
الدراسات المرجعية العربية:

- دراسة قام بها أر جورجينسن R. Jorgensen (٢٠١٢م) (٦) دراسة بعنوان السباحة أقل من سن الخامسة كموقع للبناء والدعم والتعزيز ، وهدفت هذه الدراسة التعرف علي أشكال جديدة من المعرفة و المهارات للأطفال من خلال السباحة ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي ، وكانت من أهم نتائج هذه الدراسة تطوير ودعم دروس السباحة للأطفال الذين هم في سن أقل من ٥ سنوات .

- دراسة قام بها ليان إس Linnea , S. et-al (٢٠١٤م) (٨) بعنوان العلاقة بين سباحة الأطفال والصفير الناجم عن فيروسات الأنف ، وهدفت هذه الدراسة إستكشاف آثار سباحة الرضع علي مخاطر الإصابة بجميع أمراض الصفير المرتبط بفيروسات الأنف ، إستخدم الباحث المنهج التجريبي ، علي مجموعه من الأطفال قوامهم (١٨٢٧) طفلاً رضيعاً حتي ١٧ شهراً ومن اهم نتائج هذه الدراسة تم الكشف عن وجود علاقة بين سباحة الرضع والأمراض المرتبطة بفيروسات الأنف لدي الرضع الأذيني .

- دراسة قامت بها **مونيكا أتش Monika , H. et-al** (٢٠١٧م) (١٠) دراسة بعنوان إستكشاف الوقت المستقل الخاص بالمهام المحددة للأطفال الرضع من عمر (٣-٥) شهور ، هدفت هذه الدراسة الي التعرف علي الوقت المستقل الخاص بالمهام المحددة للأطفال الرضع من عمر (٣-٥) شهور ، كما أستخدموا استكشاف جزءاً من روتين السباحة للأطفال ، تم إجراؤه علي مدار (١٢) إسبوعاً (٢٤) جلسة ، كانت من أهم نتائج هذه الدراسة أن الأطفال الذين تتراوح أعمارهم (٣-٥) أشهر قادرون علي إظهار علامات التعلم الحركي ، بالإضافة الي أن عملية التنمية للرضع تتعلق بالتفاعل المعقد بين العوامل الوراثية والبيئية .
- دراسة قام بها كلاً من **ليوندل ، مارك Lyndel , Marks** (٢٠١٧م) (٩) دراسة بعنوان مراجعة منهجية للعلاقات بين النشاط البدني والمؤشرات الصحية في السنوات الأولى (الرضع -٤) سنوات للأطفال ، هدفت هذه الدراسة الي التعرف علي العلاقات بين النشاط البدني والمؤشرات الصحية في السنوات الأولى للأطفال ، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي اشتمل علي ٩٦ دراسة وهي أكبر دراسة من نوعها في مجال البحوث ، علي عينة قوامها ٧١٢٩١ ، مشاركاً من ٣٦ بلداً ، وكانت من أهم نتائجها تحسين النمو المعرفي والحركي والصحة النفسية والاجتماعية والقلب ، بالإضافة الي ظهور شكل منتظم في التمارين الرياضية واللعب والنشاط والمراقف التي يتعرض لها (الرضع -٤) سنوات .
- دراسة قام بها **جون أنطونيو إس وآخرون Juan Antonio ,C.** (٢٠١٨م) (٧) دراسة بعنوان تقييم نمو الأطفال في بيئة مائية ، هدفت هذه الدراسة الي تصميم وإنشاء جرد التنمية المائية المتطورة ، استخدم الباحث المنهج التجريبي ، علي عينة شملت فيها الدراسة الأولى علي (٢١١) طفلاً (١١٠ طفل - ١٠١ طفلة) ، شملت الدراسة الثانية علي (٨٣١) رضيعاً (٤٤٨ فتي -٣٨٣ فتاة) ، وإستخدوا مقياس يضم ١٤ بنداً يحتوي علي أربعة محاور في مجالات مختلفة (إجتماعية - معرفية - اللغة - الماء) ، ومن أهم النتائج التي توصل اليها هذه الدراسة الي فعالية المقياس الذي تم بناءه وتصميمه ويمكن إستخدامه في دراسات أخرى .

منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة وذلك نظراً لمناسبته لطبيعة هذه الدراسة.

مجتمع البحث :

يمثل مجتمع البحث الأطفال الرضع بأكاديمية المنار لتعليم وتدريب السباحة في الإسماعيلية في المرحلة السنوية من ١٢-٢٤ شهر والمقيدين بالأكاديمية للعام ٢٠١٨م / ٢٠١٩م والبالغ عددهم (٢٠) طفل رضيع .

عينة البحث :

أختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية من الأطفال الرضع بأكاديمية المنار لتعليم وتدريب السباحة في المرحلة السنوية ١٢-٢٤ شهر ، حيث بلغ قوام العينة الأساسية (٨) أطفال رضع بالإضافة الي عينة الدراسات الاستطلاعية وعددهم (٨) أطفال رضع من نفس مجتمع البحث ليصبح اجمالي العينة (١٦) طفل رضيع (العينة الأساسية - العينة الاستطلاعية) ، وجدول (١) يوضح توصيف عينة البحث .

جدول (١)

توصيف عينة البحث

عينة الدراسة الاستطلاعية		عينة الدراسة الأساسية		العينة الكلية	
العدد	%	العدد	%	العدد	%
٨	٤٠%	٨	٤٠%	٢٠	١٠٠%

أسباب اختيار العينة :

- إنتظام جميع أهالي الأطفال الرضع في الحضور في البرنامج .
- توافر الأماكن والأجهزة والأدوات وموافقة إدارة الأكاديمية لتطبيق البحث وتيسير الاجراءات المختلفة خاصة أثناء تطبيق البرنامج .
- سهولة الاتصال وتوافر المساعدين من الزملاء داخل الأكاديمية لمساعدة الباحثة في القياسات المتعلقة بعينة البحث ، وتفهمهم طبيعة اجراء القياسات .
- ضمان جدية أهالي عينة البحث في البرنامج لقيام الباحثة بالمساعدة في تعليم العينة لفترة طويلة.

تجانس عينة البحث في متغيرات النمو قيد البحث :

قامت الباحثة بحساب معامل الالتواء بدلالة كل من المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينة البحث في متغيرات النمو (السن - الطول - الوزن) ، الجدول (٢) يوضح ذلك

جدول (٢)

تجانس عينة البحث في متغيرات النمو

(السن - الطول - الوزن)

ن = ٨

المتغيرات	وحدة القياس	الحد الأدنى	الحد الأقصى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	التفطح
السن	شهر	١٢,٠٠	٢٦,٠٠	١٨,٣٠	٤,٤٠	٠,٣٤٤	٠,٧٦٦-
الوزن	كجم	١٠,٠٠	١٣,٧٠	١٢,٣٣	١,٣٠	٠,٣٩٢-	١,٣٠-
الطول	سم	٦٠,٠٠	٨٦,٠٠	٧٧,٦١	١,١٧-	١,١٧-	٠,٤٤٣

يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء قد تراوحت ما بين (-٠,٣٩٢ ، ٠,٣٤٤) أي أن متغيرات النمو (السن - الوزن - الطول) قد انحصرت ما بين (±٣) مما يدل أن قياسات

العينة في معدلات النمو (السن - الوزن - الطول) قد وقعت تحت المنحني الإعتدالي ، وهذا يدل على تجانس أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات .

تجانس عينة البحث في المتغيرات المهارية :

قامت الباحثة بحساب معامل الالتواء بدلالة كل من المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري لعينة البحث في (الثقة في الماء - كتم النفس ١٥ ث - الطفو على البطن - الطفو على الظهر - الدوران في الماء - مسك حافة المسبح - التبديل من الطفو على الظهر الى البطن - ركلة الرفرفة)، الجدول (٣) يوضح ذلك

جدول (٣)

تجانس عينة البحث في المتغيرات المهارية

ن = ٨

المتغيرات المهارية	وحدة القياس	الحد الأدنى	الحد الأقصى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء	التقلطح
الثقة في الماء	درجة	٠	٣	٠,٧٢٧	١,٠٠	٠	١,٣٧	١,٣١
كتم النفس ١٥ ث	درجة	٠	٣	٠,٦٣٦	١,٠٢	٠	١,٥٨	١,٧٤
الطفو على البطن	درجة	٠	٢	٠,٣٦٣	٠,٦٧٤	٠	١,٥٨	٢,٦١
الطفو على الظهر	درجة	٠	٢	٠,٧٢٧	٠,٧٨٦	١	٠,٥٧٣	٠,٩٦٧-
الدوران في الماء	درجة	٠	١	٠,٢٧٢	٠,٤٦٧	٠	١,١٨	٠,٧٦٣-
مسك حافة المسبح	درجة	٠	١	٠,١٨١	٠,٤٠٤	٠	١,٩٢	٢,٠٣
التبديل من الطفو على الظهر الى البطن	درجة	٠	١	٠,٢٧٢	٠,٤٦٧	٠	١,١٨	٠,٧٦٣-
ركلة الرفرفة	درجة	٠	١	٠,١٨١	٠,٤٠٤	٠	١,٩٢	٢,٠٣

يتضح من جدول (٣) أن قيم معاملات الالتواء قد تراوحت ما بين (٠,٥٧٣، ١,٩٢)

أي أن أنها انحصرت ما بين (٣±) مما يدل على أن قياسات العينة في المتغيرات المهارية قيد البحث ، وقد وقعت تحت المنحني الإعتدالي ، وهذا يدل على تجانس أفراد العينة في هذه المتغيرات .



شكل (١)

يوضح معامل الالتواء ومعامل التفطوح في المتغيرات المهارية

تحديد مهارات السباحة للرضع:

قامت الباحثة بإعداد إستمارة إستطلاع رأي الخبراء في تحديد مهارات السباحة المناسبة للأطفال الرضع في المرحلة السنوية (١٢-٢٤) شهر ، وجدل (٤) يوضح ذلك .

جدول (٤)

النسبة المئوية لآراء الخبراء في تحديد أهم

مهارات السباحة المناسبة للأطفال الرضع في المرحلة السنوية (١٢-٢٤) شهر ن=٨

م	مهارات السباحة	عدد آراء الإتفاق	النسبة المئوية	المهارات المختارة
١	الثقة في الماء	٨	١٠٠%	√
٢	الغطس	٣	٣٧,٥%	
٣	كتم النفس ١٥ ث	٨	١٠٠%	√
٤	الإنزلاق على البطن	٣	٣٧,٥%	
٥	الطفو على البطن	٧	٨٧,٥%	√
٦	الطفو على الظهر	٧	٨٧,٥%	√
٧	الإنزلاق على الظهر	٤	٥٠%	
٨	الدوران في الماء	٨	١٠٠%	√
٩	مسك حافة المسبح	٨	١٠٠%	√
١٠	ضربات الرجلين	٤	٥٠%	
١١	التبديل من الطفو على الظهر الى البطن	٧	٨٧,٥%	√
١٢	ركلة الرقبة	٨	١٠٠%	√
١٣	الوقوف في الماء	٣	٣٧,٥%	

يتضح من جدول (٤) النسبة المئوية لآراء الخبراء في تحديد مهارات السباحة المناسبة

للأطفال الرضع في المرحلة السنوية (١٢-٢٤) شهر ، وقد إرتضت هيئة الإشراف والباحثة مهارات السباحة التي بلغت نسبتها المئوية أكثر من ٨٠% وقد انحصرت في :

١. الثقة في الماء .
٢. كتم النفس ١٥ ث .
٣. الطفو على البطن .

٤. الطفو على الظهر .
٥. الدوران فى الماء .
٦. مسك حافة المسبح .
٧. التبديل من الطفو على الظهر إلى البطن .
٨. ركلة الرفرة .

٣/٣ أدوات ووسائل جمع البيانات:

١١/٣/٣ استطلاع آراء الخبراء :

قامت الباحثة بإعداد استمارات استطلاع آراء الخبراء مرفق (١)

- لتحديد مهارات السباحة المناسبة للأطفال الرضع في المرحلة السنوية (١٢-٢٤) شهر .
- مرفق (٦)

٢/٣/٣ استمارة تسجيل البيانات :

- استمارة تسجيل بيانات الاطفال الرضع الشخصية حيث اشتملت علي (الإسم - السن -
- الطول - الوزن) مرفق (٣)

- استمارة تسجيل المتغيرات المهارية قيد البحث . مرفق (٤)

١٣/٣/٣ الأجهزة والأدوات المستخدمة :

- حمام سباحة .
- جهاز ريستاميتير لقياس الطول (سم) .
- ميزان طبي لقياس الوزن (كجم) .
- ساعة إيقاف stop watch لقياس الزمن لأقرب ٠,٠١ ثانية .
- شريط قياس الاطوال (سم) .
- لوحات طفو .
- كرات بلاستيك .
- بالونات .
- حبل الإنقاذ - عصا الإنقاذ .

تقييم مستوى أداء مهارات السباحة قيد البحث . مرفق (٥)

المساعدون في البحث . مرفق (٨)

قامت الباحثة بإختيار (٣) من خريجي كلية التربية الرياضية ومدربي السباحة ، وتم عقد اجتماع مساعدين لتعريفهم بأهداف البحث ، وبجوانب متطلبات القياسات وكيفية أداء المهارات وكيفية تسجيل البيانات .

الدراسة الاستطلاعية :

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة الأربعة والخميس الموافق ٢، ٣
٢٠١٩/١م علي عينة استطلاعية قوامها (٨) أطفال رضع من مجتمع البحث ، ومن خارج
العينة الأساسية ، واستهدفت التعرف علي ما يلي :-

- مدي ملائمة المهارات المستخدمة للأطفال الرضع عينة البحث .
- التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في اجراءات البحث .
- التأكد من تدريب المساعدين وكذلك توضيح طبيعة الأدوار التي يكلف بها المساعدين
أثناء تطبيق القياسات والمهارات .
- اكتشاف نواحي القصور والضعف والعمل علي تلاشي الأخطاء المحتمل ظهورها أثناء
تطبيق الدراسة الاساسية .
- تحديد الزمن اللازم أثناء عملية القياس ، وكذلك الزمن الذي يستغرقه كل طفل لكل مهارة
علي حدة .

معامل الصدق :

استخدمت الباحثة صدق التمايز بين مجموعتين متساويتين في العدد إحداهما مجموعة
مميزة قوامها (٨) أطفال رضع من (١٢-٢٤) شهر يتدربون سباحة منذ سنة ، والمجموعة الأخرى
غير مميزة وقوامها (٨) أطفال رضع (١٢-٢٤) شهر (عينة البحث الاستطلاعية) ، وقد تم
حساب قيمة (ت) بين أفراد المجموعتين المميزة والغير مميزة في المتغيرات والمهارية والجدول (٥)
يوضح ذلك .

جدول (٥)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة والغير مميزة

$$n=2n=8$$

في المتغيرات المهارية

المتغيرات المهارية	وحدة القياس	المجموعة المميزة n=8		المجموعة غير مميزة n=8		قيمة (ف) المحسوبة	قيمة (ت) المحسوبة
		ع	م	ع	م		
الثقة في الماء	درجة	٤,٨٨	١,٧١	١,٤٠	١,٨٠	٣,٤٨	٥,٣٥
كتم النفس ٥ ث	درجة	٣,٩٦	١,٤٦	١,٠٦	١,١٩	٢,٩٠	٧,٥٦
الطفو علي البطن	درجة	٣,٨٠	١,٥٥	٠,٨١	٠,٩٩	٢,٩٩	٤,٣٥
الطفو على الظهر	درجة	٤,١٣	٢,٠٠	١,٣١	١,٤٤	٢,٨٢	٩,٥٦
الدوران في الماء	درجة	٢,٣٨	١,٠٥	٠,٧٣	٠,٩٠	١,٦٥	٧,٥٦
مسك حافة المسبح	درجة	١,٤٦	٠,٧٧	٠,٥٦	٠,٦٥	٠,٩٠	٦,٥٤
التبديل من الطفو على الظهر الى البطن	درجة	١,٣٨	٠,٧٥	٠,٦٥	٠,٦٦	٠,٧٣	٤,٨٥
ركلة الرفرفة	درجة	١,٢١	٠,٦٦	٠,٤٨	٠,٤٥	٠,٧٣	٥,٦٤

قيمة (ت) الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ ودرجات حرية ١٨ = ٢,٤٥

يتضح من جدول (٥) وجود فروق دالة احصائياً عند مستوي ٠,٠٥ بين المجموعتين المميزة والغير مميزة في المتغيرا البدنية قيد البحث بين المجموعة المميزة والمجموعة الغير مميزة لصالح المجموعة المميزة مما يشير الي صدق هذه المتغيرات لما وضعت من أجله .

معامل الثبات :

قامت الباحثة بحساب معامل الثبات بإستخدام طريقة تطبيق الاختبار ثم اعادته ، واستخدمت بيانات معامل الصدق للمجموعة الغير مميزة (عينة الدراسة الاستطلاعية) كتطبيق أول ، ثم اعادة التطبيق علي نفس العينة وبفاصل زمني قدره ثلاثة أيام من التطبيق الأول للمتغيرات المهارية قيد البحث ، ، علي أن يتم حساب معامل الارتباط البسيط بين نتائج التطبيقين الأول والثاني والجدول (٦) يوضح ذلك :-

جدول (٦)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للعينة الاستطلاعية

في المتغيرات المهارية

ن=٨

قيمة (ر) المحسوبة	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات المهارية
	ع	م	ع	م		
٠,٨٥	١,٣١	٣,٧٠	١,٥١	٣,٦٨	درجة	الثقة في الماء
٠,٨٥	١,٠٦	٢,٧٥	١,٢٦	٢,٧٦	درجة	كتم النفس ١٥ ث
٠,٩٨	١,١٥	٢,٤٠	١,٣٥	٢,٦٠	درجة	الطفو علي البطن
٠,٩٨	١,٦٠	٣,٠٠	١,٨٠	٢,٩٣	درجة	الطفو على الظهر
٠,٩٤	٠,٦٥	١,٢٢	٠,٨٥	١,١٨	درجة	الدوران في الماء
٠,٩١	٠,٣٧	١,٢٥	٠,٥٧	١,٢٦	درجة	مسك حافة المسبح
٠,٨٩	٠,٣٥	١,٢٥	٠,٥٥	١,١٨	درجة	التبديل من الطفو على الظهر الى البطن
٠,٩٢	٠,٢٦	١,١٢	٠,٤٦	١,٠١	درجة	ركلة الرفرفة

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي $0,05 = 0,829$

يتضح من جدول (٦) وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية عند مستوي معنوية $0,05$ بين التطبيق وإعادة التطبيق في المتغيرات المهارية قيد البحث ، مما يشير الي ثبات هذه الاختبارات.

البرنامج التعليمي :

هدف البرنامج :

التعرف على تأثير برنامج تعليمي لإكتساب بعض مهارات السباحة للأطفال الرضع .

ترجمة الأهداف العامة للبرنامج وصياغتها في صورة سلوكية إجرائية :

تم تحديد الأهداف لكل هدف عام علي حده ، وصياغتها في شكل سلوك نهائي يمكن ملاحظته وقياسه أي يجب أن يدل الهدف علي وصف النتيجة التي يجب أن يكون عليها الطفل الرضيع عند تعلم مهارات السباحة قيد البحث ، ونتيجته مروره بالنواحي التعليمية المحددة والتي يجب أن يكتسبها من خلال البرنامج التعليمي وقد تم تحديد الأهداف السلوكية الإجرائية في أهداف معرفية وأهداف مهارية.

أسس بناء البرنامج :

- تمت مراعاة مجموعة من الأسس العلمية عند بناء البرنامج وكانت علي النحو التالي :
- أن يراعي خصائص نمو الأطفال الرضع في هذه المرحلة .
 - أن يحقق محتواه تكامل الشخصية من خلال علاقة الرضيع مع ذاته ومع الآخرين .
 - أن يراعي حسن توزيع الحمل بين النشاط والراحة .
 - أن يراعي عوامل الأمان حرصاً علي سلامة الاطفال الرضع.
 - أن يراعي الفروق الفردية بين الأطفال الرضع .
 - أن يتناسب محتواه مع أهداف البرنامج .
 - أن يتميز بالبساطة والتوزيع .
 - أن يراعي التدرج من السهل الي الصعب .
 - أن يراعي تحقيق الشعور بالسعادة لدي الأطفال الرضع .
 - أن يحقق محتوى البرنامج الغرض منه .
 - أن يتحدي مستوي قدرات الأطفال الرضع بما يسمح بإستثارة كل طفل رضيع ودافعيتهم للتعلم .

قامت الباحثة بالآتي :

- الإطلاع علي المراجع والدراسات المرجعية التي تمكنت من الحصول عليها لتحديد أفضل طرق وأساليب تعليم مهارات السباحة .
- الإطلاع علي المراجع والدراسات المرجعية لتحديد أهم مهارات السباحة للأطفال الرضع قيد البحث .

قد راعت الباحثة الأسس التالية عند اختيار المهارات :

- التدرج من السهل الي الصعب .
- ان تكون المهارة في مستوي قدرة الطفل الرضيع .
- استخدام مبدأ التنويع في هذه المهارات من حيث استخدام الأدوات .
- استخدام التمرينات الخاصة والمشابهة لطبيعة الأداء .
- استخدام تمرينات مباشرة خاصة بالمهارة والمشاركة بالأداء .

تم التوصل للشكل النهائي للبرنامج التعليمي المقترح .

خطوات وضع البرنامج التعليمي :

- تحديد الهدف العام من البرنامج التعليمي .
- تحديد أهداف كل مرحلة من مراحل الإعداد بوضوح .

- مراعاة خصائص النمو للمرحلة السنوية قيد البحث .
 - التأكد من سلامة وصحة الأطفال الرضع (عينة البحث) عن طريق الكشف الطبي عليهم بمعرفة طبيب النادي .
 - مراعاة توافر عوامل الأمن والسلامة أثناء تطبيق التدريبات والاختبارات .
 - توافر الادوات الخاصة بالقياس .
 - أن يحقق البرنامج الأهداف التي وضع من أجلها .
 - تقسيم أفراد العينة الي مجموعات وفق مستويات نتائج القياس القبلي .
 - مراعاة توجيه التمرينات الي المجموعات العضلية المشتركة في أداء المهارة قيد البحث .
- كما قامت الباحثة بالإطلاع علي المراجع العلمية والدراسات المرجعية وأخذ آراء السادة الخبراء في: مرفق (٧)

- تحديد الفترة الكلية للبرنامج .
- تحديد عدد الوحدات التعليمية اليومية .
- تحديد زمن الوحدات التعليمية اليومية .
- تحديد زمن فترة الاحماء والتهدة .

محتوي البرنامج :

- يتضمن محتوى البرنامج علي (الإحماء "الجزء التمهيدي"- الجزء الرئيسي - تدريبات الختام "لعبة صغيرة") .
- وجداول (٧) يوضح النسبة المئوية لآراء الخبراء وهيئة الاشراف في محتوى البرنامج التعليمي المقترح :

جدول (٧)

النسب المئوية لأراء الخبراء في محتوى البرنامج التعليمي المقترح

ن = ٨

م	محتوي البرنامج المقترح	المقترحات	التكرار	النسبة المئوية	الترتيب
١	تحديد الفترة الكلية للبرنامج	٨ أسابيع (شهرين)	٣	٣٧,٥%	الثالث
		١٠ أسابيع (شهرين)	٤	٥٠%	الثاني
		١٢ أسبوع (ثلاثة أشهر)	٨	١٠٠%	الأول
٢	تحديد عدد الوحدات التعليمية اليومية في الاسبوع الواحد	وحدتان	٣	٣٧,٥%	الثالث
		٣ وحدات	٧	٨٧,٥%	الأول
		٤ وحدات	٤	٥٠%	الثاني
٣	تحديد زمن الوحدة التعليمية خلال البرنامج التعليمي	٣٥ دقيقة	٨	١٠٠%	الأول
		٤٥ دقيقة	٣	٣٧,٥%	الثاني
		٦٠ دقيقة	٢	٢٥%	الثالث

يتضح من جدول (٧) النسبة المئوية لأراء الخبراء في تحديد محتوى البرنامج التعليمي المقترح للأطفال الرضع من ١٢-٢٤ شهر، حيث ارتضت الباحثة بنسبة ٨٠% فأكثر من هذه النتائج ، ولقد أسفرت نتائج استطلاع رأي الخبراء عن الآتي :

- الفترة الكلية للبرنامج ٨ أسابيع (شهرين) .
- تحديد عدد الوحدات التعليمية اليومية في الاسبوع الواحد ٣ وحدات .
- تحديد زمن الوحدة التعليمية خلال البرنامج التعليمي ٣٥ دقيقة .

الإجراءات التنفيذية للبحث :

القياس القبلي :

قامت الباحثة بإجراء القياس القبلي للمجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية قيد البحث وذلك الموافق الاحد والإثنين الموافق ٦ ، ٧ / ١ / ٢٠١٩ م ، وذلك طبقا للمواصفات وشروط الأداء الخاصة بكل اختبار .

تطبيق البرنامج التعليمي : مرفق (٩)

قامت الباحثة بتطبيق البرنامج التعليمي المقترح في صورته النهائية علي المجموعة التجريبية ، وذلك في المدة من ٢٠١٩/١/١٠ إلي ٢٠١٩/٣/٧م ، ولمدة (١٢) أسبوع ، وبواقع (٣) وحدات تعليمية من كل أسبوع .

القياس البعدي :

قامت الباحثة بعد الانتهاء من المدة المحددة لتنفيذ البرنامج التعليمي المقترح بمجموعة البحث بإجراء القياس البعدي بنفس الشروط والمواصفات التي تمت في القياس القبلي ، وذلك لضمان دقة وسلامة البيانات وذلك الموافق ١٠ ، ٢٠١٩/٣/١١م ، حيث تم تفرغ البيانات في جداول معدة لذلك تمهيدا لمعالجتها إحصائيا .

المعالجات الإحصائية:

بعد جمع البيانات وتسجيل القياسات المختلفة للمتغيرات التي استخدمت في هذا البحث تم اجراء المعالجات الاحصائية المناسبة لتحقيق الأهداف والتأكد من صحة الفروض بإستخدام القوانين الإحصائية وكذلك الحاسب الآلي بإستخدام البرنامج الإحصائي "SPSS" وتم حساب مايلي:

صائية وكذلك الحاسب الآلي بإستخدام البرنامج الإحصائي "SPSS" وتم حساب مايلي:

- Mean • المتوسط الحسابي
- Median • الوسيط
- Standard Deviation • الإنحراف المعياري
- Skewness • معامل الالتواء
- Paried Sample T Test • اختبار دلالة الفروق (ت)
- Correlation (Person) • معامل الارتباط البسيط (بيرسون)
- Percentage of progress • نسبة التحسن

وارتضت الباحثة بمستوي معنوية ٠,٠٥

عرض ومناقشة النتائج

عرض النتائج:

جدول (٨)

تحليل التباين بين قياسات البحث في المتغيرات المهارية

ن = ٨

المتغيرات المهارية	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجه الحريه	متوسط المربعات	ف	الداله
الثقه في الماء	درجة	بين المجموعات	٢١٧,٤٤	٢	١٠٨,٧٢	٤٥,٧١	٠,٠٠
		داخل المجموعات	٧٦,٠٩	٣٢	٢,٣٧		
		المجموع	٢٩٣,٥٤	٣٤			
كتم النفس ١٥ ث	درجة	بين المجموعات	٢٥٨,٩١	٢	١٢٩,٤٥	٧٩,٥٧	٠,٠٠
		داخل المجموعات	٥٢,٠٦	٣٢	١,٦٢		
		المجموع	٣١٠,٩٧	٣٤			
الطفو علي البطن	درجة	بين المجموعات	٢٥٩,٩٢	٢	١٢٨,٤٦	٩٣,٩٢	٠,٠٠
		داخل المجموعات	٤٣,٧٦	٣٢	١,٣٦		
		المجموع	٣٠٠,٦٨	٣٤			
الطفو علي الظهر	درجة	بين المجموعات	٣٢٢,٩٢	٢	١٦١,٤٦	٧٢,١١	٠,٠٠
		داخل المجموعات	٧١,٦٤	٣٢	٢,٢٣		
		المجموع	٣٩٤,٥٧	٣٤			
الدوران في الماء	درجة	بين المجموعات	٦٣,٣٩	٢	٣١,٧٠	٣٧,٧٢	٠,٠٠
		داخل المجموعات	٢٦,٨٨	٣٢	٠,٨٤		
		المجموع	٩٠,٢٨	٣٤			
مسك حافه المسبح	درجة	بين المجموعات	٢٣,٦٦	٢	١١,٨٣	٢١,٧٧	٠,٠٠
		داخل المجموعات	١٧,٨٧	٣٢	٠,٥٥		
		المجموع	٤١,٥٤	٣٤			
التبديل من الطفو علي الظهر الي البطن	درجة	بين المجموعات	١٤,٤٣	٢	٧,٢١	١٥,٢٢	٠,٠٠
		داخل المجموعات	١٥,١٦	٣٢	٠,٤٧		
		المجموع	٢٩,٦٠	٣٤			
ركله الرفرفه	درجة	بين المجموعات	١٥,٨١	٢	٧,٩٠	١٧,٩٧	٠,٠٠
		داخل المجموعات	١٤,٠٧	٣٢	٠,٤٤		
		المجموع	٢٩,٨٨	٣٤			

قيمه ف الجدوليه عند مستوي معنويه ٠,٠٥ = ٣,٣٠

يتضح من جدول (٨) انه توجد فروق داله احصائيا عند مستوي معنويه ٠,٠٥ بين القياسات الثلاثة حيث كانت قيمه ف المحسوبه اكبر من قيمه ف الجدوليه وكانت قيمه الدلاله الاحصائيه جميعها صفر وهي اكبر من قيمه ٠,٠٥ .

جدول (٩)

دلاله الفروق بين المتوسطات L.S.D بين القياسات الثلاثة (القبلي - البيئي - البعدي)

المتغيرات المهارية	وحدة القياس	القياسات	المتوسط	الانحراف	بيئي	الدلاله	بعدي	الدلاله
الثقه في الماء	درجة	قبلي	١,١٧	١,٨٠	٣,٥٨	٠,٠٠	٦,١٠	٠,٠٠
		بيئي	٤,٧٥	١,٧١			٢,٥٢	٠,٠٠
		بعدي	٧,٢٧	٠,٩٠				
كتم النفس ١٥ ث	درجة	قبلي	٠,٨٣	١,١٩	٣,٠٠	٠,٠٠	٦,٧١	٠,٠٠
		بيئي	٣,٨٣	١,٤٦			٣,٧١	٠,٠٠
		بعدي	٧,٥٥	١,١٢				
الطفو علي البطن	درجة	قبلي	٠,٥٨	٠,٩٩	٣,٠٨	٠,٠٠	٦,٦٨	٠,٠٠
		بيئي	٣,٦٧	١,٥٥			٣,٦٠	٠,٠٠
		بعدي	٧,٢٧	٠,٧٨				
الطفو علي الظهر	درجة	قبلي	١,٠٨	١,٤٤	٢,٩١	٠,٠٠	٧,٤٦	٠,٠٠
		بيئي	٤,٠٠	٢,٠٠			٤,٥٤	٠,٠٠
		بعدي	٨,٥٥	٠,٦٨				
الدوران في الماء	درجة	قبلي	٠,٥٠	٠,٩٠	١,٧٥	٠,٠٠	٣,٣١	٠,٠٠
		بيئي	٥,٢٥	١,٠٥			١,٥٦	٠,٠٠
		بعدي	٣,٨٢	٠,٧٥				
مسك حافه المسبح	درجة	قبلي	٠,٣٣	٠,٦٥	١,٠٠	٠,٠٠٣	٢,٠٣	٠,٠٠
		بيئي	١,٣٣	٠,٧٧			١,٠٣	٠,٠٠٢
		بعدي	٢,٣٦	٠,٨٠				
التبديل من الطفو علي الظهر الي البطن	درجة	قبلي	٠,٤٢	٠,٦٦	٠,٨٣	٠,٠٠٦	١,٥٨	٠,٠٠
		بيئي	١,٢٥	٠,٧٥			٠,٧٥	٠,٠١٤
		بعدي	٢,٠٠	٠,٦٣				
ركله الرقرفه	درجة	قبلي	٠,٢٥	٠,٤٥	٠,٨٣	٠,٠٠٤	١,٦٥	٠,٠٠
		بيئي	١,٠٨	٠,٦٦			٠,٨٢	٠,٠٠٥
		بعدي	١,٩١	٠,٨٣				

يتضح من جدول (٩) وجود فروق داله احصائيا بين قياسات عينة البحث (قبلى - بنى - بعدى) فى المتغيرات المهارية ولصالح القياسات البينية والبعديّة عن القبليّة ولصالح القياسات البعدنية عن القبليّة فى جميع المتغيرات المهارية .

مناقشة النتائج:

يتضح من الجداول (٨) ، (٩) وجود فروق دالة إحصائياً بين قياسات عينة البحث (قبلى - بنى - بعدى) فى المتغيرات المهارية ولصالح القياسات البينية والبعديّة عن القياسات القبليّة فى جميع المتغيرات المهارية (الثقة فى الماء - كتم النفس ١٥ ث - الطفو على البطن - الطفو على الظهر - الدوران فى الماء - مسك حافة المسبح - التبدل من الطفو على الظهر الى البطن - ركلة الرفرفة) .

ترجع الباحثة هذه الفروق الى البرنامج التعليمى الذى له دور فعال فى تنمية وإكتساب المهارات السباحة للأطفال الرضع لما يحتويه من تدريبات التى تمثل القاعدة الأساسية لتنمية وإكتساب المهارات وهى حركات محببة الى نفس الأطفال الرضع وبسيطة يستطيعون أداؤها بسهولة إضافة الى عوامل التشويق والتشجيع والترغيب والممارسة .

والبرنامج التعليمى الذى إستخدمته الباحثة له أثر فعال فى أكتساب الأطفال الرضع مهارات السباحة لما يوجد فيه من تنوع فى إستخدام التدريبات والتدرج فى تعليم مهارات السباحة من البسيط الى المركب ومن السهل الى الصعب لذلك كان له أثر فعال فى تعليم الأطفال الرضع

ويشير سلمى الناشف (٢٠٠٣م) (٢) أن البرنامج التعليمى الناجح يكتشف القدرات الكامنة والإستعدادات والمهارات الخاصة ويعمل على تنميتها وتشجيعها ، فهو يتيح الفرصة لإكتشاف الفرد نفسه ويعرف قدراته .

وترجع الباحثة هذا التقدم الملحوظ إلى اعتماد البرنامج التعليمى على أساليب التدريس المختلفة التى تشجع على توفير عنصر التشويق والإثارة وحماس الأطفال الرضع لتعلم مهارات السباحة ، كما أن اسلوب التدريس المتبع يساهم فى تعلم الاطفال الرضع للمهارة وذلك لأن الطفل يكون هو محور العملية التعليمية كما أنه يتيح له فرصة اكبر التدريب على المهارة بالإضافة الى تطوير القدرات المرتبطة بمهارات السباحة (الثقة فى الماء - كتم النفس ١٥ ث - الطفو على البطن - الطفو على الظهر - الدوران فى الماء - مسك حافة المسبح - التبدل من الطفو على الظهر الى البطن - ركلة الرفرفة) .

ويتضح من جدول (٩) أن تطبيق البرنامج التعليمى المقترح قد أحدث تقدماً فى المستوى المهارى وأن عينة البحث قد أظهرت تحسناً واضحاً كما أن القياس القبلى لهذه المهارات كان ضئيلاً وذلك بسبب عدم وجود خبرة قبليّة فى السباحة وبالتالي تعزوا الباحثة هذا التقدم الى فاعليّة البرنامج التعليمى المقترح لما يتضمنه من تمرينات مخطط لها وفق أسس علمية تتناسب مع ميول وخصائص هذه المرحلة .

وإحتواء البرنامج التعليمى على عناصر تعليمية متنوعة وأساليب تطبيقه قد ساعد أفراد العينة على التقدم المهارى وذلك لإتواء البرنامج على تمارين الثقة والألفة مع الماء للشعور بالطمأنينة وبالتالي تقليل درجة الخوف من الماء وهذا يتفق مع ما أشار إليه جون انطونيوس وآخرون (٢٠١٨م) (٧)

وهذا يتفق مع نتائج دراسة كلاً ، جورجيداس وآخرون Jorgedias, et-al (٢٠١٣م) (٦) ، ليان إس Linne , S etal (٢٠١٤م) (٨) أن البرنامج الذى يحتوى على الأنشطة والتمارين المتنوعة والمتدرجة فى الصعوبة ، هذا التنوع يساهم بشكل فعال فى تعلم مهارات السباحة للرضع .

والباحثة تضيف أن إحتواء البرنامج على الألعاب الصغيرة يساعد على تقليل الشعور بالتعب والملل وذلك لان الألعاب قريبة من نفوس الأطفال الرضع ، والإستعانة بالوسائل المساعدة وعوامل الأمن والسلامة ، هذه الوسائل المساعدة والمعينة تزيد من سرعة تعلم مهارات السباحة .

الإستنتاجات والتوصيات
الإستنتاجات:

في ضوء عرض النتائج وماقشنتها ونتائج التحليل الاحصائي وفي حدود عينة البحث تم التوصل الي الاستنتاجات التالية:

- وجود فروق دالة إحصائياً بين قياسات عينة البحث (قبلي - بيني - بعدى) في المتغيرات المهارية ولصالح القياسات البينية والبعديّة عن القياسات القبليّة في جميع المتغيرات المهارية.
- البرنامج التعليمي المقترح أدى الي إكتساب مهارات السباحة للأطفال الرضع .
- أثر البرنامج التعليمي المقترح بشكل فعال في تعلم مهارات السباحة (الثقة في الماء - كتم النفس ١٥ ث - الطفو على البطن - الطفو على الظهر - الدوران في الماء - مسك حافة المسبح - التبديل من الطفو على الظهر الى البطن - ركلة الرفرفة) للأطفال الرضع .
- أدى البرنامج التعليمي إلى زيادة عنصر التشويق والتعزيز والإثارة لدى الأطفال الرضع ويعمل على إختصار الزمن المخصص لتعليم المهارات .

التوصيات:

استناداً الي نتائج البحث التي توصلت اليها الباحثة وفي حدود عينة البحث ، توصي الباحثة بالآتي:

- تطبيق البرنامج التعليمي على جميع مراحل الأطفال الرضع .
- تعميم البرنامج التعليمي على جميع المهارات الأخرى في السباحة .
- ضرورة تزويد النوادي بوقت مخصص للأطفال الرضع في حمام السباحة .
- أن تتضمن برامج إعداد معلم السباحة على سباحة الرضع .
- إجراء برامج توعية لأولياء الأمور بأهمية السباحة للأطفال الرضع .
- إجراء دورات للمدربين للرياضات المائية للأطفال الرضع وسن ما قبل المدرسة .
- تشجيع المدربين والمدربات وتعزيز معارفهم ومهاراتهم وفهمهم من خلال ورض عمل داخلية وخارجية لسباحة الرضع .
- وضع إرشادات صحية داخل البرامج للتوعية من الامراض المعدية وتسمم وإنخفاض درجة حرارة الجسم والوقاية منها .
- الأخذ في الإعتبار الظروف الجوية ودرجة حرارة الماء لأن هذا يتطلب التكيف مع الفصول الدراسية .
- يجب أن تتضمن البرامج المائية معلومات عن القيود المعرفية والحركية للرضع .

أولاً: المراجع العربية:

١. أسامة كمال راتب (١٩٩٨م): تعليم السباحة ، ط٣ ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
٢. سلمى الناشف (٢٠٠٣م): تصميم البرامج التعليمية لأطفال ما قبل المدرسة ، (د.ط) دار الكتاب الحديث ، القاهرة .
٣. محمد أحمد راضي(٢٠١٠م): تأثير برنامج تعليمي باستخدام الفيديو التفاعلي على بعض المهارات الاساسية بدرس التربية الرياضية للتلاميذ الصمم والبكم، رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق .
٤. وضاح غانم الصميدعي (٢٠٠٦م): أثر استخدام أداة طفو مساعدة في تعلم السباحة الحرة للمبتدئين ، بحث منشور ، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية ، المجلد (١٢) العدد الثاني والأربعون ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .

ثانياً: المراجع الأجنبية:

٥. **Goksoy, E. Rosengren, L.Wennergren, G. (٢٠٠٢):** Relationships between men's and Women's body image and their psychological social , and sexual Functioning , sex role , V٥٢ , N٧ .
٦. **Jorgensen , R. groorenbeer ,P. funnel, B. (٢٠١١):**early years swimming , research project at Griffith university , splash magazine .
٧. **Juan Antonio Murcia , C Salar Andreu , L.M. Ruiz perez (٢٠١٨):** validation and inventory of evolutionary a quatic development for ٦ to ١٢ month babies , article in revista internacional de medicina Y ciencias de la actividad fisica Y del deporte .
٨. **Linnea schuez – havupalo , sinikka karppien , laura toivenen , anne kaljonen , toumas jartti , matliwairs (٢٠١٤):** association between infant swimming and rhinovirus – induced wheezing , foundation acta paediatrica , p ١١٥٣- p١١٥٨ .
٩. **Lyndel Hewitt , marks , trembaly (٢٠١٧):** systematic review of the relationships between physical activity and health indicators in the early years (٠-٤) years , BMC public health , university , wollongong , NSW , Australia .
١٠. **Monika haga , hermundur sigmundsson , havard loras (٢٠١٧):** exploring task – specific independent standing in ٣ to ٥ months old infants , article in frontiers in psychology .
١١. **R . Jorgensen (٢٠١٢):** under five swimming as a site for capital bulding and denhancing transition , Australasian , journal of early childhood , Australia .