

## أثر استخدام اسلوب النمذجة علي تعلم حركات الذراعين في سباحة الزحف علي البطن للمبتدئين.

أ.د/ صالح محمد صالح  
\*\*د.د/ كامل عبد المجيد قنصوة  
\*\*\*د/عزة كمال بدر عبد العال  
\*\*\*\*باحث/محمد عبد الشكور عبد العليم

### المقدمة:

لقد تطورت الرياضة في الآونة الأخيرة تطوراً كبيراً نتيجة ارتباطها بمختلف العلوم الأخرى، مما نتج عن ذلك العديد من الدراسات التي أسفرت عن نتائج قدمت للرياضة الكثير من النظريات والمعلومات التي ساهمت بدورها في تطوير وتحسين مستوى الأداء الرياضي وفتح آفاق لأبحاث تطبيقية جديدة لتحديد فوائد ممارسة النشاط الرياضي بشكل منظم مما انعكس على مستويات الأداء.

يشير "أمين أنور الخولي، جمال الدين عبد العاطي" إلى أن مهمة المعلم لم تعد قاصرة على الشرح والإلقاء وإتباع الأساليب التقليدية في التدريس بل أصبحت مسؤوليته الأولى هي رسم مخطط لاستراتيجيات الدرس تعمل فيها طرق التدريس والوسائل التعليمية لتحقيق أهداف محددة. (٦٥:٣)

ويذكر "حمدي نورالدين محمد" أن بناء البرنامج التعليمي من أهم الأعمال التي يهتم بها العاملين في مجال التربية الرياضية حيث أن البرامج العلمية المقننة هي الضمان الوحيد لإحداث التقدم المطلوب. (١١:٦)

ويشير "عبد الحميد شرف" إلي أن البرامج التعليمية تعد جانباً هاماً من جوانب تطور التربية الرياضية عامة والمهارات الحركية الخاصة، ويوضح البرنامج سير العمل الواجب القيام به لتحقيق الأهداف المقصودة، كما يوفر الأسس الملموسة لإنجاز الأعمال ويحدد نواحي النشاط الواجب القيام بها من خلال مدة معينة، والبرنامج عبارة عن مجموعة من الأنشطة والممارسات العملية بقاعة أو حجره النشاط لمدة زمنية وفقاً لتخطيط وتنظيم هادف محدد ويعود على المتعلم بالتحسن. (٧٤:١١)

\* أستاذ تدريس رياضي الرياضات المائية المتفرغ بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة ووكيل الكلية لشئون تنمية البيئة وخدمة المجتمع سابقاً - كلية التربية الرياضية جامعة أسيوط..

\*\* أستاذ طرق التدريس المتفرغ بقسم المناهج وتدريب التربية الرياضية ووكيل الكلية لشئون تنمية البيئة وخدمة المجتمع الأسبق كلية التربية الرياضية جامعة أسيوط.

\*\*\* مدرس تدريس السباحة بقسم المناهج وتدريب التربية الرياضية كلية التربية الرياضية جامعة أسيوط.

\*\*\*\* باحث بقسم المناهج وتدريب التربية الرياضية - بكلية التربية الرياضية - جامعة أسيوط.

أوضحت "هالة محمد توفيق" (٢٠٠٠م) نقلاً عن الموسوعة الدولية للتربية أن الاستراتيجية عبارة عن تتابع للأحداث والتفاعلات الجوهرية التي تحدث بين المعلم والمتعلم والتي تتمثل في مجموعة من الأفعال المصممة للحصول على المخرجات التعليمية المرغوبة. (١٥:١٦)

ذكرت "كوثر حسين كوجك" أنه قد تعددت محاولات تعريف الاستراتيجية، وفي جملتها تشير إلى أنها، هي خطة عمل عامة، توضع لتحقيق أهداف معينة، ولتتمتع تحقيق مخرجات غير مرغوب فيها، وتصمم الاستراتيجية في صورة خطوات إجرائية، ويوضع لكل خطوة بدائل تسمح بالمرونة عند تنفيذ الاستراتيجية في صورة خطوات إجرائية، ويوضع لكل خطوة بدائل تسمح بالمرونة عند تنفيذ الاستراتيجية، وتتحول كل خطوة من خطوات الاستراتيجية إلى تكتيكات، أي إلى أساليب جزئية تفصيلية، تتم في تتابع مقصود ومخطط؛ في سبيل تحقيق الأهداف المحددة. وهكذا ترى أن استراتيجية هي مجموعة قرارات يتخذها المعلم، وتتعرض تلك القرارات في أنماط من الأفعال يؤديها المعلم والتلاميذ في الموقف التعليمي.

والعلاقة بين الأهداف التعليمية واستراتيجية التدريس المختارة علاقة جوهرية حيث يتم اختيار الاستراتيجية التعليمية على أساس أنها أنسب وسيلة لتحقيق الهدف، فاختيار الاستراتيجية يعتمد على الأهداف التي نريد تحقيقها كما أنه دون تحديد الهدف لا تكون للاستراتيجية التعليمية أية فعالية، ويعتبر اختيار الاستراتيجية في هذه الحالة جهداً عشوائياً غير مضمون النتائج.

وتتصف الاستراتيجية التعليمية الجيدة بالموصفات التالية:

- ١- أن تكون شاملة: بمعنى أنها تتضمن كل المواقف والاحتمالات المتوقعة أن ترتبط ارتباطاً واضحاً بالأهداف التربوية والاجتماعية والاقتصادية.
- ٢- أن تكون طويلة المدى؛ بحيث تتوقع النتائج وتبعات كل نتيجة.
- ٣- أن تتسم الاستراتيجية بالمرونة والقابلية للتطور، إذا دعت الحاجة أن تكون عالية الكفاءة من حيث مقارنة ما تحتاجه من إمكانيات عند التنفيذ، مع ما تنتجه من مخرجات تعليمية.

ولا يمكن القول بأن هناك استراتيجية معينة أفضل من غيرها بشكل مطلق، ولكن هناك استراتيجية تحقق بعض جوانب التعلم أفضل من غيرها من الاستراتيجيات، كما قد تفضل استراتيجية ما عن غيرها من الاستراتيجيات في ظروف تعليمية معينة وفي حدود إمكانيات مادية أو بشرية معينة. وعلى المعلم أن يضع كل ذلك في الاعتبار عند تخطيطه للتدريس واختياره استراتيجيات التدريس التي سيتبعها. (١٣: ٢٠١-٢٠٣)

ويشير Harris و Gama إلى أن، التعلم بالنمذجة "Modeling" يعتبر واحد من أقوى الطرق التعليمية؛ لأن تأثيره يكون متنوعا حيث النماذج المتعددة التي يتم تقليدها، كما يعتبر من المداخل المهمة في تعليم الأطفال جوانب السلوك الاجتماعي المختلفة في فترات الطفولة، ويساعد التعلم بالنمذجة في تعليم سلوكيات عديدة منها المهارات والمعلومات عن طريق توضيحها ثم يطلب من الطفل تكرار ما شاهده للتأكد من اكتسابه المهارة.(٢٥:٧)

ويعرف "ربيع عبده رشوان" استراتيجية النمذجة بأنها (عملية الاعتماد علي النماذج في نقل فكرة أو خبرة إلي فرد أو مجموعة أفراد وهي إحدى فنيات وطرق إكساب الأفراد أنماط السلوك الصحيح وهي أيضا فنية علاجية لتعديل أنماط السلوك الخاطئ وغير المرغوب لدي الأفراد).(٢٠:٨)

ويذكر "وائل عبد الله" أن استراتيجية النمذجة تشكل قاعدة أساسية لتعليم الطفل، فالتعلم باستخدام استراتيجية النمذجة يعد من أنجح أساليب التعلم وأكثرها فاعلية فعندما يقترن شرح المعلمة بأدائها أمام الأطفال لأي نشاط حركي فهذا قد يثبت المعلومة أكثر من السرد.  
(١٧: ٢٢ - ٣٠)

ولقد أشارت عديد من الدراسات إلى فاعلية استراتيجية النمذجة في تدريب المبتدئين عن طريق النمذجة ، والتعرف علي أوجه الاختلاف بين التعلم القائم علي التدريب، والتعلم القائم علي الملاحظة والتدريب معا، ومن هذه الدراسات: دراسة "بهية أحمد عطية عبدالله" (٢٠١٥م) (٥)، دراسة "محمد أحمد راضي" (٢٠١٥م) (١٤) ، دراسة "صفاء محمد محمود" (٢٠١٤م) (١٠).

ورياضة السباحة تحتل أهمية متميزة من بين سائر أنواع الرياضات الأخرى والتي ظهر مقدار التقدم الكبير فيها في السنوات الأخيرة حيث يتوالى تحطيم الأرقام القياسية عاما بعد عام ولقد اتفقا العلماء والأطباء والقادة الرياضيون علي أن السباحة تعتبر رياضة الرياضات وترجع هذه المكانة المرموقة للقيم العالية المتعددة بدنيا ونفسيا واجتماعيا التي يكتسبها ممارسيها والتي جانب المميزات الكبيرة في السباحة فإنها تحتل مكانة بارزة في الدورات الأولمبية والعالمية.(٩٩:٥)

كما تعد السباحة من أهم الرياضات كما أجمع العلماء والخبراء الرياضيين ،لذا يجب علي الجميع تعلمها وممارستها من سن مبكرة ،كما يجب علي الرياضيين معاودتها من حين لآخر لتكسبه الكثير من الفوائد التي تظهر في التقدم في رياضتهم الاصلية.(١٢: ١١)  
وتعتبر سباحة الزحف علي البطن هي الجوهر الاساسي للسباحة، ومن مميزاتها أنها تجعل السباح يتحرك في الماء أسرع من أي طريقة أخرى من طرق السباحة، وتجعله يري

أمامه في الماء، ولهذا تعتبر السباحة الوحيدة التي يلجأ إليها السباحون لتحقيق أفضل النتائج. (١٨: ٩٦)

### مشكلة البحث

ومن خلال عمل الباحث كمعلم سباحة في الأندية الرياضية ومدارس السباحة الصيفية لوحظ أن التعليم في السباحة من أصعب المشكلات التي يلاقيها المعلم لهذه الفاعلية الرياضية، حيث أن المتعلم يتعلم في بيئة مغايرة للمحيط الطبيعي الذي يتعلم به الطلاب في الرياضات الأخرى، مما أدى إلى صعوبة تعلم حركات الذراعين في سباحة الزحف على البطن من خلال التعليم التقليدي الذي يركز على ما يقوم به المعلم من مهارات تدريسية فقط دون النظر إلى احتياجات التلاميذ أو إشراكهم في تخطيط المهارات بالإضافة إلى عدم مراعاة الفروق الفردية بينهم كما أنه يجمع أعداد كثيرة من المتعلمين في وقت واحد ويستمر لوقت أطول أثناء الأداء مما يؤدي إلى الملل والفتور وعدم الوصول إلى الأهداف المنشودة. الأمر الضروري الذي أدى إلى الاهتمام بإجراء الدراسات العلمية لتوجيه أنظار المسؤولين والتربويين نحو تعليم أفضل من خلال استخدام أسلوب النمذجة، مما دفع الباحث إلى استخدام أسلوب النمذجة ودراسة أثره على تعلم حركات الذراعين في سباحة الزحف على البطن للمبتدئين للوصول إلى أفضل مستوى في الأداء المهارى.

### أهمية البحث والحاجة إليه:

- ١- مسايرة الاتجاهات التربوية الحديثة في استخدام أساليب تدريسية جديدة قد تؤدي إلى نتائج إيجابية في العملية التعليمية .
- ٢- استخدام أسلوب جديد في تعلم حركات الذراعين في سباحة الزحف على البطن للمبتدئين يعتمد على إشراك التلميذ بصورة فعالة في العملية التعليمية.
- ٣- استخدام أسلوب أكثر تشويقاً في الوحدة التعليمية لإزالة الملل والضيق والخوف نتيجة الأداء في الوحدات التعليمية التقليدية.

### هدف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على :-

أثر استخدام أسلوب النمذجة على تعلم حركات الذراعين في سباحة الزحف على البطن للمبتدئين.

### فرض البحث :

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمبتدئين في تعلم حركات الذراعين في سباحة الزحف على البطن لصالح القياس البعدي .

بعض المصطلحات الواردة في البحث:

### استراتيجية التعلم بالنمذجة **Strategy of learning by modeling**:

بأنها عملية تكوين تصور عقلي للعلاقة التي تربط بين أشياء أو ظواهر أو أحداث باستخدام تمثيلات وأشكال للمحاكاة تسير شرح وتفسير هذه الأشياء والظواهر والأحداث بها (٣٧:١٨)

### التعليم **Education**

هو العملية التي عن طريقها يمكن التحكم عن قصد لإدارة بيئة المتعلم ليتمكن من تعلم كيفية القيام أو ممارسة نوعا من السلوك المحدد تحت ظروف معينة أو في صورة استجابات لمواقف معينة (٢٩:١٥)

### السباحة :- **Swimming**

هي إحدى أنواع الرياضات المائية التي تستعمل الوسط المائي كوسيلة للتحرك خلاله وذلك عن طريق تحريك الذراعين والرجلين والجذع بغرض الارتقاء بكفاءة الإنسان بدنياً ومهارياً وعقلياً واجتماعياً ونفسياً. (٢٢:١)

القراءات النظرية:

المهارات الأساسية في السباحة :

يشير كل من سامي الشربيني وحسام الدين فاروق (٢٠٠٤م) أن من النقاط الفنية الهامة في سباحة الزحف علي البطن (وضع الجسم- حركات الذراعين- ضربات الرجلين - حركة الرأس والتنفس- التوافق). وإن سباحة الزحف على البطن قد تطورت لتصبح أسرع طريقة من طرق سباحة المنافسات الأربع وسوف نتناول ضربات الذراعين . (٩ : ٣١-٣٣) حركات الذراعين:

تؤدي حركات الذراعين بشكل تبادلي مع الانسيابية وتمثل نسبة مساهمتها حوالي ٧٠ % من القوى المحركة أو أكثر وبذلك تعتبر العامل الاساسي لزياده مستوى سرعه السباحة وتنقسم حركات الذراعين الى (الدخول -المسك - الشد والدفع -التخلص- الحركة الرجوعية).

حركات الذراعين لسباحة الزحف علي البطن:

تعتمد حركات الذراعين داخل الماء علي دفع الماء للخلف ،وتساهم حركات الذراعين بنسبة تتراوح ما بين ٧٠-٨٠% من النسبة الكلية لمعدل التقدم وتعتمد حركات الذراعين علي مرحلتين (المرحلة الأساسية - المرحلة الرجوعية).

• المرحلة الأساسية:

أ- الدخول :

يبدأ الذراع الدخول للماء بأصابع اليد أمام مستوي الكتف وللداخل قليلا ثم تنزلق قليلا لأسفل ، ويكون الدخول علي بعد مناسب دون مبالغة بحيث يكون هناك انثناء خفيف في مفصل المرفق ، وعند هذا الانثناء تكون اليد الأخرى علي وشك الانتهاء من الشد .  
ب- المسك :

يؤدي هذا بعد تمام دخول الذراع الماء مع وجود انثناء عند نقطة أسفل سطح الماء.  
ج- الشد والدفع:

تؤدي بعد ذلك الذراع الشد في خط يقع تحت مركز ثقل الفرد مباشرة وتعتبر عملية الشد والدفع هما الجزء الأساسي لانتقال الجسم للأمام ،حيث تقوم الكف والساعد بدفع الماء للخلف بقوة ، وذلك وفق قانون رد الفعل وفي هذه المرحلة يكون هناك انثناء في مرفق الذراع وتكون أفضل قوة الشد عندما تكون زاوية المرفق ٩٠ وتنتهي حركة الشد عندما يكون الكتف في موضع أعلى من الكف متعامدين وعندما تبدأ حركة الدفع بزيادة ثني المرفق وذلك بتوجيه الكف لأعلي اتجاه البطن ،وتنتهي حركة الدفع قرب مفصل الفخذ .  
د- التخلّص :

وعندما يبدأ المرفق في الخروج وهي آخر جزء في المرحلة الأساسية ويتم التأكد من صحة التخلّص عندما يلمس الإبهام فخذ أو مايوه السباح .  
• المرحلة الرجوعية :

تبدأ هذه المرحلة بمجرد انتهاء الدفع والتخلّص مباشرة ثم تتحول الحركة للأمام في حركة شبه دائرية بما لا يؤثر علي وضع الجسم وحركة الذراع الأخرى ، وتعتمد الحركة الكاملة للذراعين \_الأساسية والرجوعية \_ علي التوقيت السليم بينهما بحيث تكون إحدي الذراعين في حركة المسك بينما تكون الذراع الأخرى تؤدي حركة الخروج أي تكون الزاوية بينهما ١٨٠ تقريبا.

#### ١- التنفس:

- يجب أن تتوافق حركات الرأس مع دوران الجسم لتقلل من عادة السباحين لرفع رؤوسهم خارج الماء للتنفس ، والتتابع الصحيح للتنفس يتم كالتالي.
- يدير السباح وجهه نحو السطح بينما يكون الذراع في جانب التنفس يجذف لأعلي في نهاية حركة الذراع تحت الماء .
- يأخذ السباح النفس خلال النصف الأول من الحركة الرجوعية ويدير الوجه للماء خلال النصف الثاني من الحركة الرجوعية .
- مع ضرورة أن يكون الزفير بطيئا في البداية ليجعل خروج الهواء كافيا من الفم والأنف لتقليل الضغط الصدري .

- ويستمر الزفير ببطء حتي يكون الفم قرب السطح للشهيق التالي ويجب أن يكون الشهيق أكبر من الطبيعي لكن ليس بشكل زائد .
- وهناك عدة أنماط للتنفس أولهما النمط العادي للتنفس من جانب واحد فقط ، وثانيهما التنفس مرتين خلال كل ٣ دورات ذراع ( التنفس لليمين في دورة الذراعين الأولى - ليسار في دورة الذراع الثانية - عدم التنفس خلال دورة الذراع الثالث ) وثالثهما التنفس مرتين ليسار ثم إكمال دورة الذراع بدون تنفس ومن ثم التنفس مرتين لليمين أي أن السباحين يأخذون ٤ أنفاس خلال خمس دورات ذراع .

#### الدراسات المرتبطة:

تعتبر الدراسات المرتبطة هي الركيزة الأساسية التي يستعين بها الباحث في الاتصال الفكري بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية، وتنقسم إلي جزئيين دراسات باللغة العربية وأخري باللغة الأجنبية، وقد قام الباحث بترتيب الدراسات المرتبطة من الأحدث للأقدم.

١- دراسة "بهية أحمد عطية عبدالله" (٢٠١٥م) (٥): بعنوان (فاعلية أسلوب النمذجة مدعومة ببعض الوسائط الفائقة لتنمية بعض المفاهيم النحوية لدي تلاميذ الصف السادس الابتدائي، وتهدف إلي التعرف علي تحديد المفاهيم اللازمة لتلاميذ الصف السادس الابتدائي، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وكانت العينة (٦٠ تلميذ وتلميذة)، وكانت أهم النتائج يوجد فروق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في التطبيق البعدي للاختبار التحصيلي لصالح المجموعة التجريبية.

٢- دراسة "محمد أحمد راضي" (٢٠١٥م) (١٤) : دراسة بعنوان (فاعلية أسلوب النمذجة علي جوانب تعلم بعض المهارات الأساسية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية) وتهدف إلي تصميم برنامج تعليمي مقترح باستخدام أسلوب النمذجة، ومعرفة تأثيره علي المهارات الأساسية بدرس التربية الرياضية. باستخدام المنهج التجريبي وكانت العينة (٤٠ تلميذ) علي مجموعتين كل واحدة منهم (٢٠ تلميذ)، وكانت أهم النتائج أن أسلوب النمذجة له تأثيرا إيجابيا علي تعلم المهارات الأساسية بدرس التربية الرياضية .

٣- دراسة "صفاء محمد محمود" (٢٠١٤م) (١٠) : دراسة بعنوان (فاعلية أساليب النمذجة والتشكيل واللعب في تنمية بعض جوانب السلوك الإيجابي عند الأطفال الاجترارين وأثرها علي التخاطب)، وتهدف إلي تحسين بعض جوانب السلوك الإيجابي عند الأطفال الاجترارين باستخدام أساليب النمذجة والتشكيل واللعب مما يؤدي إلي تنمية اللغة عند الاطفال، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وكانت العينة (٥ اطفال) من

الأطفال الاجترارين ،وتراوحت أعمارهم من ( ٦-٩ )سنوات ، وكانت أهم النتائج فاعلية استخدام أساليب النمذجة والتشكيل واللعب في تنمية بعض جوانب السلوك الاجتماعي الإيجابي عند الأطفال الاجترارين ،مما يؤدي إلي تنمية اللغة لديهم كما أوصت الدراسة بضرورة إعداد البرامج التعليمية التربوية القائمة علي فنيات العلاج السلوكي لتحسين جوانب السلوك الإيجابي عند الاجتراريين .

### خطوات وإجراءات البحث

#### منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام عينة تجريبية واحدة بالقياس القبلي والقياس البعدي وذلك لمناسبته لطبيعة البحث .

#### مجالات البحث :

#### المجال الزمني :

اجريت جميع إجراءات البحث في الفترة من ٢١ / ٧ / ٢٠٢٠م وحتى ٢٧ / ٩ / ٢٠٢٠م .

حيث أجريت الدراسات الاستطلاعية في الفترة من ٢١ / ٧ / ٢٠٢٠م وحتى ٢٩ / ٧ / ٢٠٢٠م .

وأجريت الدراسة الأساسية في الفترة من ٤ / ٨ / ٢٠٢٠م وحتى ٢٦ / ٩ / ٢٠٢٠م .

#### المجال المكاني :

أجريت جميع إجراءات البحث في حمامات سباحة طيبة لاند بطهطا للمبتدئين في السباحة.

#### المجال البشري :

أجريت الدراسة الأساسية على عينة قوامها (١٠) مبتدئ في السباحة في حمامات طيبة لاند.

#### مجتمع البحث :-

يتمثل مجتمع البحث في المبتدئين في السباحة بحمامات طيبة لاند وعددهم (٢٦) مبتدئ وتتراوح أعمارهم من ( ١٣ - ١٤ سنة).

#### عينة البحث :-

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من المرحلة السنية (١٣ : ١٤ سنة) بمحافظة سوهاج مركز طهطا ، في نادي حمامات سباحة طيبة لاند بطهطا ، وقد بلغ عددهم (١٠) مبتدئ .



جدول ( ١ )

توصيف لمجتمع وعينة والبحث

م	المجتمع الأصلي	العينة الأساسية	العينة الاستطلاعية
١	٢٦	١٠	١٦

يتضح من جدول (١) أن مجتمع البحث الأصلي (٢٦) والعينة الأساسية (١٠) والعينة الاستطلاعية (١٦).

اعتدالية العينة:

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والتفطح

في (السن، الطول، الوزن، الذكاء) للعينة قيد البحث (ن=١٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفطح	الدلالة
١	السن	سنة	١١.٦٠	٠.٦٠	٠.٣٩	-٠.٥٧	غير دال
٢	الطول	سنتيمتر	٥٣.٤٥	٤.٩١	١.٠١	٠.٢٣	غير دال
٣	الوزن	كيلو جرام	١٥٧.٣٥	٤.٥٢	٠.٠٢	٠.٠٨	غير دال
٤	الذكاء	درجة	٣٢.١٥	٢.٦٠	٠.١٨	-٠.٨٨	غير دال

ضعف الخطأ المعياري للالتواء = ١.٠٢ ضعف الخطأ المعياري التفطح = ١.٩٨

يتضح من نتائج جدول (٢) أن قيمة معامل الالتواء تراوحت ما بين (٠.٠٢ : ١.٠١) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل الالتواء، كما تراوحت قيمة معامل التفطح ما بين (-٠.٨٨ : ٠.٢٣) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل التفطح، مما يشير إلى إعتدالية توزيع العينة في المتغيرات قيد البحث (السن، الطول، الوزن، الذكاء).  
تجانس العينة:

تم إجراء التجانس بين مجموعة البحث (الاساسية) في المتغيرات الأنثروبومترية قيد البحث (السن-الطول-الوزن-الذكاء) و جدول (٣) يوضح ذلك.

### جدول (٣)

تجانس العينة قيد البحث في (السن، الطول، الوزن، الذكاء) للعينة قيد البحث (ن=١٠)

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة القبلي		المجموعة البعدي		اختبار ليفين	مستوى الدلالة
		المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري		
السن	سنة	١١.٦٠	٠.٧٠	١١.٦٠	٠.٥٢	١.٤٥	٠.٢٤
الطول	سنتيمتر	٥٣.٤٠	٥.٧٤	٥٣.٥٠	٤.٢٥	٠.٨٤	٠.٣٧
الوزن	كيلو جرام	١٥٨.٣٠	٤.٩٠	١٥٦.٤٠	٤.١٤	٠.٤٧	٠.٥٠
الذكاء	درجة	٣٢.٤٠	٢.٩٥	٣١.٩٠	٢.٣٣	٠.٦٧	٠.٤٢

يتضح من جدول (٣) تجانس العينة للمجموعة قيد البحث في جميع المتغيرات قيد البحث حيث تراوحت قيمة معامل ليفين (LEVEN Test) ما بين (٠.٢٤ : ٠.٥٠) وهي أكبر من مستوى (٠.٠٥) مما يدل على تجانس المجموعة.

### جدول (٤)

المتوسط الحسابي والإحراف المعياري ومعامل الإلتواء

والتفطح في المتغيرات المهارة قيد البحث (ن=١٠)

م	الاختبارات المهارة	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري	معامل الإلتواء	معامل التفطح	الدلالة
١	حركات الذراعين	درجة	٠.٦	٠.١٢	-٠.٤٤	-٢.٠٢	غير دال

ضعف الخطأ المعياري للإلتواء = ١.٠٢ ضعف الخطأ المعياري التفطح = ١.٩٨  
يتضح من نتائج جدول (٤) أن قيمة معامل الإلتواء تراوحت ما بين (-٠.٤٤ : ١.٢٥) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل الإلتواء، كما تراوحت قيمة معامل التفطح ما بين (-٢.٠٥ : ٠.٥٠) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل التفطح، مما يشير إلى إعتدالية توزيع العينة في بعض المتغيرات المهارة وعدم اعتداليه في المتغيرات الأخرى للعينة قيد البحث، الأمر الذي دعي الباحث لإستخدام الإحصاء اللابارامتري.  
الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بالدراسة الاستطلاعية بهدف إجراءات تنفيذ البرنامج و المعاملات العلمية والمهارة علي عينة البحث وفي الفترة من ٢١-٧-٢٠٢٠م إلي الفترة ٢٩-٧-٢٠٢٠م .

توصل الباحث بإجراء هذه الدراسة علي العينة الاستطلاعية إلي:

- تحديد مكان تطبيق التجربة الأساسية للبحث.
  - التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة قيد البحث.
  - تقنين البرنامج التعليمي من خلال مكونات الوحدة التعليمية.
- وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة في تحقيق أهدافها واستطاع الباحث الخروج بعدد من النتائج وكان من هذه النتائج :

- صلاحية حمام السباحة وتوافر عوامل الأمن والسلامة أثناء تطبيق التجربة الأساسية.
- صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة قيد البحث إلي جانب توافرها.
- تفهم التلاميذ لمحتوي البرنامج والقدرة علي الاستعداد للمشاركة.

وسائل وأدوات جمع البيانات :

أدوات قياس المتغيرات الوصفية: واشتملت علي

- الطول : باستخدام جهاز الرستاميتير (لأقرب سنتيمتر).
  - الوزن : باستخدام الميزان الطبي ( لأقرب كيلو جرام).
  - العمر الزمني : عن طريق تاريخ الميلاد (لأقرب سنة).
  - الذكاء: اختبار الذكاء العالي إعداد السيد محمد خيرى (١٩٩٧م) مرفق (٦).
- استخدم الباحث وسائل متعددة لجمع البيانات بما يتناسب مع البيانات المراد الحصول عليها

وهي كما يلي :

المسح المرجعي :

قام الباحث بالاطلاع على المراجع والأبحاث العلمية والمواقع الالكترونية والدراسات المرتبطة بالبحث في مجال السباحة.

تحديد متغيرات البحث :

حدد الباحث متغيرات البحث من حيث نوعها وعددها وفقاً للاعتبارات التي يفرضها الإطار النظري ومجموعة المفاهيم التي تشير إليها المراجع المتخصصة وتؤكد نتائج التي توصلت إليها بعض البحوث والدراسات السابقة في مجالات مختلفة للأنشطة الرياضية مكثفي بالمتغيرات المناسبة للقدرة المهارية الخاصة في رياضة السباحة كمتغيرات في ظل الإمكانيات والوقت المتاح ، وقام بعرضها على السادة الخبراء مرفق (١).

### جدول ( ٥ )

النسبة المئوية لآراء الخبراء في البرنامج التعليمي التي تتناسب مع المراحل السنوية

م	محتوي البرنامج التعليمي	مناسب	غير مناسب	النسبة المئوية
١	زمن البرنامج التعليمي يستغرق (٨) أسابيع	٩	١	%٩٠
٢	عدد الوحدات التعليمية (٨) وحدات تعليمية	١٠	-	%١٠٠
٣	عدد الدروس في الاسبوع (٣) دروس تعليمية	٨	٢	%٨٠
٤	زمن الدرس التعليمي (٦٠) دقيقة	٩	١	%٩٠

يتضح من الجدول ( ٥ ) أن آراء الخبراء قد انحصرت قيمتها ما بين (٨٠% - ١٠٠%) في المحاور الزمنية للبرنامج والمهارية لدى المبتدئين في رياضة السباحة ، وقد ارتضى الباحث نسبة ٨٠ % فأكثر لأهم المحاور في البرنامج التعليمي الخاص بتعليم حركات الذراعين في سباحة الزحف علي البطن للمبتدئين في رياضة السباحة .

بعد أن تم تحديد أهم المهارات وكذلك المحاور الزمنية للمهارات للمبتدئين وحسب آراء الخبراء قام الباحث باختيار مجموعة من المهارات والاساليب والادوات المناسبة واتخاذ جميع عوامل الامن والسلامة أثناء البرنامج ، وعرضت استمارة استطلاع علي الخبراء في مجال التربية الرياضية وتدريب وتعليم رياضة السباحة والبالغ عددهم (١٠) خبراء مرفق(١) المعاملات العلمية:

### جدول (٦)

صدق التمايز:

دلالة الفروق باستخدام مان-وتني وقيمة "Z" بين الفروق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في إستمارة تقييم الأداء المهاري قيد البحث قيد البحث (ن = ٨)

م	المتغير	القياسات	العدد	متوسط الرتب	مجمع الرتب	قيمة "Z"	الدلالة
١	حركات الذراعين	الربيع الأعلى	٤	٦.٥٠	٢٦.٠٠٠	٢.٣٢	دالة
		الربيع الأدنى	٤	٢.٥٠	١٠.٠٠٠		

يتضح من الجدول السابق (٦) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات الربيع الأعلى والربيع الأدنى قيد البحث حيث تراوحت قيم "Z" المحسوبة ما بين (٢.٠٢ : ٢.٣٤) وهي أكبر من ١.٩٦ عند مستوى ٠.٠٥، مما يشير إلى صدق استمارة تقييم الأداء المهاري قيد البحث.

الثبات:

#### جدول (٧)

معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق في استمارة تقييم الأداء المهاري قيد البحث (ن=١٦)

م	المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق		إعادة التطبيق		قيمة "ر" المحسوبة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	حركات الذراعين	درجة	٠.٥٦	٠.٢٩	٠.٦٣	٠.٢٨	*٠.٩٥

قيمة ر عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٥٠

يتضح من جدول (٧) أن هناك معامل ارتباط دال إحصائياً بين التطبيق وإعادة التطبيق في استمارة تقييم الأداء المهاري قيد البحث مما يدل على ثبات تلك الإستمارة، حيث تراوحت معاملات الارتباط ما بين (٠.٨٥ : ٠.٩٥) وهي أكبر من قيمة "ر" الجدولية عند مستوى (٠.٥).

القياسات والتصميم للوحدات وتطبيقها الفعلي وفق منهج تعليمي

جدول ( ٨ )

التطبيق الفعلي للبرنامج التعليمي					
الاسبوع الاول	الدرس الاول	الثلاثاء	٤-٨-٢٠٢٠م	الوحدة الأولى	أيام تطبيق البرنامج من ٢١-٧-٢٠٢٠م الي ٢٧-٩-٢٠٢٠م
	الدرس الثاني	الخميس	٦-٨-٢٠٢٠م		
	الدرس الثالث	السبت	٨-٨-٢٠٢٠م		
الاسبوع الثاني	الدرس الاول	الاثنين	١٠-٨-٢٠٢٠م	الوحدة الثانية	الدراسة الاستطلاعية من ٢١-٧-٢٠٢٠م إلي ٢٩-٧-٢٠٢٠م
	الدرس الثاني	الأربعاء	١٢-٨-٢٠٢٠م		
	الدرس الثالث	السبت	١٥-٨-٢٠٢٠م		
الاسبوع الثالث	الدرس الاول	الاثنين	١٧-٨-٢٠٢٠م	الوحدة الثالثة	القياس القبلي الإثنين ٣-٨-٢٠٢٠م
	الدرس الثاني	الأربعاء	١٩-٨-٢٠٢٠م		
	الدرس الثالث	السبت	٢٢-٨-٢٠٢٠م		
الاسبوع الرابع	الدرس الاول	الاثنين	٢٤-٨-٢٠٢٠م	الوحدة الثالثة	القياس البعدي الاحد ٢٧-٩-٢٠٢٠م
	الدرس الثاني	الأربعاء	٢٦-٨-٢٠٢٠م		
	الدرس الثالث	السبت	٢٩-٨-٢٠٢٠م		
الاسبوع الخامس	الدرس الاول	الاثنين	٣١-٨-٢٠٢٠م	الوحدة الثالثة	
	الدرس الثاني	الأربعاء	٢-٩-٢٠٢٠م		
	الدرس الثالث	السبت	٥-٩-٢٠٢٠م		
الاسبوع السادس	الدرس الاول	الاثنين	٧-٩-٢٠٢٠م	الوحدة الرابعة	
	الدرس الثاني	الأربعاء	٩-٩-٢٠٢٠م		
	الدرس الثالث	السبت	١٢-٩-٢٠٢٠م		
الاسبوع السابع	الدرس الاول	الاثنين	١٤-٩-٢٠٢٠م	الوحدة الرابعة	
	الدرس الثاني	الأربعاء	١٦-٩-٢٠٢٠م		
	الدرس الثالث	السبت	١٩-٩-٢٠٢٠م		
الاسبوع الثامن	الدرس الأول	الاثنين	٢١-٩-٢٠٢٠م		

الأربعاء ٢٣-٩-٢٠٢٠م	الدرس الثاني		
السبت ٢٦-٩-٢٠٢٠م	الدرس الثالث		

### الأجهزة وأدوات القياس :

- حمام السباحة .
- اسطوانات تعليمية.
- فلاش .
- الاستيكة .
- كاميرا تصوير .
- البرد .

### المعالجات الإحصائية المستخدمة :

- المتوسط الحسابي .
- الدرجة المعيارية .
- الوسيط .
- الانحراف المعياري .
- معامل الارتباط .
- معامل الإلتواء والتلفطح .
- اختبار ويلكوسون لاجاد دلالة الفروق .

### عرض وتفسير ومناقشة النتائج

#### أولاً: عرض النتائج

تناول الباحث في هذا الجزء عرضاً للنتائج التي توصل إليها من خلال المعالجات الإحصائية للبيانات التي تم الحصول عليها خلال البحث وذلك فيما يتفق مع طبيعة البحث وهدفه والذي يتجه نحو الوصول إلي أثر استخدام اسلوب النمذجة في تعلم حركات الذراعين في سباحة الزحف علي البطن للمبتدئين.

بعد عملية جمع النتائج وعرضها قام الباحث في هذا الفصل بتحليل ومناقشة النتائج التي تم جمعها من الدراسة الميدانية التي اجريت علي عينة البحث وبطريقة علمية منظمة حيث سنقوم بعرض النتائج المسجلة من طرف المبتدئين الذين طبقت عليهم المهارات لتحديد مستواهم، ومعالجة هذه النتائج معالجة احصائية وتقديم تحليل مفصل لهذه النتائج.

#### عرض النتائج المتعلقة بفرض البحث.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لطلاب المجموعة في تعلم حركات الذراعين في سباحة الزحف علي البطن لصالح القياس البعدي .

#### جدول (٩)

دلالة الفروق باستخدام اختبار ويلكوسون بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الاساسية في المتغيرات المهارية قيد البحث قيد البحث (ن = ١٠)

المتغير	القياسات	المتوسط الحسابي	نسبة التحسن	توزيع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"
---------	----------	-----------------	-------------	-------------	-------------	-------------	----------

٢.٨٤	٠.٠٠	٠.٠٠	الرتب السالبة	٤٦٦.٦٧	٠.٦٠	القياس القلي	حركات الذراعين
	٥٥.٠٠	٥.٥٠	الرتب الموجبة		٣.٤٠	القياس البعدي	

ينتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى رتب درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة فى المتغيرات المهارية قيد البحث لصالح القياس البعدي، حيث تراوحت قيم "Z" المحسوبة ما بين (٢.١٢ : ٢.٨٤) وهي أكبر من ١.٩٦ عند مستوى (٠.٠٥)، كما تراوحت نسب التحسن ما بين (٣٠.٠٠٤% : ٤٦٦.٦٧%).

### مناقشة وتفسير النتائج

بعد عرض نتائج الفرض الوحيد للبحث ، قام الباحث بتفسير النتائج تفسيراً علمياً دقيقاً، حيث استخدام أسلوب علمي وهو (أسلوب النمذجة) تم استخدامه في تعلم حركات الذراعين في سباحة الزحف علي البطن للمبتدئين)، وبالتالي تمكن الباحث من التحقق من صحة فرض البحث.

حيث يرجع الباحث تحسن مجموعة البحث الأساسية في مستوى التعلم إلي استخدام أسلوب النمذجة واستخدام النماذج لها تأثير إيجابي علي تعلم حركات الذراعين في سباحة الزحف علي البطن للمبتدئين، حيث تراوحت قيم "Z" المحسوبة ما بين (٢.١٢ : ٢.٨٤) وهي أكبر من ١.٩٦ عند مستوى (٠.٠٥)، كما تراوحت نسب التحسن ما بين (٣٠.٠٠٤% : ٤٦٦.٦٧%). حيث كان للبرنامج التعليمي أثر كبير علي تعلم المبتدئين للمهارة وممارستها والتدريب عليها، كل ذلك أدى إلي سهولة استيعاب وفهم المتعلمين للمهارة وتعلمهم حركات الذراعين في سباحة الزحف علي البطن، وكذلك يرجع الباحث تحسن المجموعة الأساسية للبحث إلي استخدام أسلوب النمذجة الذي أدى إلي سهولة التأثير علي تعلم المهارة بطريقة أفضل حيث استخدام التمرينات المناسبة وعرض النموذج بطريقة واضحة.

ويشير Harris و Gama علي أن، التعلم بالنمذجة "Modeling" يعتبر واحد من أقوى الطرق التعليمية؛ لأن تأثيره يكون متنوعاً حيث النماذج المتعددة التي يتم تنفيذها، كما يعتبر من المداخل المهمة في تعليم المبتدئين جوانب السلوك الاجتماعي المختلفة في فترات الطفولة، ويساعد التعلم بالنمذجة في تعليم سلوكيات عديدة منها المهارات والمعلومات عن طريق توضيحها ثم يطلب من المبتدئ تكرار ما شاهده للتأكد من اكتسابه المهارة. (٢٥:١٩)



ويذكر "وائل عبد الله" أن استراتيجية النمذجة تشكل قاعدة أساسية لتعليم المبتدئين، فالتعلم باستخدام استراتيجية النمذجة يعد من أنجح أساليب التعلم وأكثرها فاعلية فعندما يقترن شرح المعلم بأدائه أمام المبتدئين لأي نشاط حركي فهذا قد يثبت المعلومة أكثر من السرد. (١٧: ٢٢ - ٣٠).

ويشير عصام محمد حلمي (١٩٩٧م) أن حركات الذراعين ذات فاعلية كبيرة في القوي المحركة حيث تؤدي بمفردها للحصول علي حوالي ٩١.٣% من سرعة السباح جيد المستوى، ٩٠.٥% للسباح المتوسط، ٩٠.١% للسباح المتواضع المستوى. (٢٠٩: ٢٠) ومن هنا يتضح أن تفوق المجموعة الأساسية سببه البرنامج التعليمي الخاص الذي استخدم أسلوب النمذجة في عرض المهارة بطريقة جديدة ومبتكرة ومشوقة لتوصيل المعلومات، حيث تفوقت المجموعة الأساسية في القياس البعدي في مستوى الأداء المهاري وخاصة حركات الذراعين لما لها من أهمية خاصة في سباحة الزحف علي البطن .

#### الاستنتاجات و التوصيات:

##### الاستنتاجات:

في حدود طبيعة ومجال البحث والهدف منه وفي ضوء فرض البحث والمنهج المستخدم وطبيعة العينة ومن خلال التحليل الإحصائي للبيانات وفي حدود اساليب التدريس وخاصة اسلوب النمذجة، توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

- ١- التوصل إلي أهمية استخدام اسلوب النمذجة في تعلم المبتدئين ضربات الذراعين في سباحة الزحف علي البطن.
- ٢- التوصل إلى أهمية استخدام النمذجة والكمبيوتر في العملية التعليمية
- ٣- تم التوصل الي القدرات الفنية في اسلوب النمذجة التي تساعد علي تعلم حركات الذراعين في سباحة الزحف علي البطن بسرعة مثالية وبكفاءة عالية .
- ٤- التوصل الي الأثر الواضح في تعلم حركات الذراعين باستخدام اسلوب النمذجة .

##### ثانياً : التوصيات:

في ضوء مجتمع البحث والعينة المختارة وأهداف البحث وفروضه والمهارات وما تم التوصل اليه من نتائج يوصي الباحث بمايلي:

- ١- يوصي الباحث بضرورة استخدام أسلوب النمذجة في تعليم جميع مهارات سباحة الزحف علي البطن وبمساعدة جهاز الحاسب الآلي ،وتوجيه المدربين بضرورة استخدامها.

- ٢- ضرورة التوجه الي الأساليب التي تستخدم التصور العقلي والعصف الذهني للمهارات من خلال استخدام أسلوب النمذجة في تعلم المهارات .
- ٣- ضرورة الاختيار الجيد للأساليب المستخدمة في العملية التعليمية حتي توتي ثمارها .

#### أولاً: المراجع العربية:

- ١- أسامة كامل راتب (١٩٩٨م): تعليم السباحة ط٣، دار الفكر العربي، القاهرة
- ٢- إسلام رجب حامد(٢٠١٧م): "تأثير استخدام اسلوبي التعلم الذاتي والتبادلي علي مستوي اداء المهارات المنهجية في الكرة الطائرة لتلاميذ الصف الثالث الاعدادي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اسيوط
- ٣- أمين انور الخولي، جمال الدين عبد العاطي: "مناهج التربية البدنية المعاصرة"، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠١م.
- ٤- إيمان حسن صالح (٢٠١٧م): "تأثير برنامج تعليمي باستخدام استراتيجية التساؤل الذاتي علي التحصيل المعرفي ومستوي اداء المهارات المنهجية في رياضة الجمباز لطالبات المرحلة الاعدادية"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اسيوط
- ٥- بهية أحمد عطية عبدالله" (٢٠١٥م): فاعلية أسلوب النمذجة مدعومة ببعض الوسائط الفائقة لتنمية بعض المفاهيم النحوية لدي تلاميذ الصف السادس الابتدائي
- ٦- حمدي نور الدين محمد(١٩٩٢م): "تأثير برنامج مقترح لتنمية القدرات العضلية للذراعين والرجلين علي الناحية الفنية لبعض المهارات الاساسية للناشئين في الكرة الطائرة تحت ١٦ سنة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة قناة السويس بورسعيد.
- ٧- دعاء محيي الدين أبو هند: "تأثير استخدام بعض أساليب التدريب علي تعلم مسابقة قذف القرص"، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة طنطا، ٢٠٠٠م
- ٨- ربيع عبده رشوان: "التعلم المنظم ذاتيا وتوجيهات أهداف إنجاز نماذج ودراسات معاصرة " عالم الكتب، القاهرة، ٢٠٠٦م.
- ٩- سامي محمد الشربيني وحسام الدين فاروق(٢٠٠٤م): اسس ونظريات رياضه السباحه، مكتبه شجره الدر المنصورة، ٢٠٠٤م
- ١٠- صفاء محمد محمود (٢٠١٤م): فاعلية أساليب النمذجة والتشكيل واللعب في تنمية بعض جوانب السلوك الإيجابي عند الأطفال الاجترارين وأثرها علي التخاطب)

- ١١- عبد الحميد شرف أحمد (٢٠٠٢م): البرامج في التربية البدنية بين النظرية والتطبيق للأسوياء والمعاقين، ط٢، مركز الكتاب والنشر، القاهرة
- ١٢- علي زكي، طارق ندا، إيمان زكي: السباحة (تكتيك - تعليم - تدريب - إنقاذ)، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٤م
- ١٣- كوثر حسين كوجك: "اتجاهات حديثة في المناهج وطرق التدريس " عالم الكتب، القاهرة، ١٩٩٧م.
- ١٤- محمد أحمد راضي(٢٠١٥م): فاعلية أسلوب النمذجة علي جوانب تعلم بعض المهارات الأساسية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية). كلية التربية الرياضية بنين. جامعة الزقازيق
- ١٥- محمد محمود الرشيدى (١٩٩٩م): تأثير برنامج تعليمي علي مستوى أداء سباحة الزحف علي البطن للمبتدئين من سن (٦-٩ سنوات)
- ١٦- هالة محمد توفيق: " فاعلية استخدام استراتيجيات تعليمية مختلفة لتنمية بعض مهارات العلم الأساسية في تدريس العلوم لدي تلاميذ مدارس النور الابتدائية"، رسالة دكتوراه غير منشوره، معهد البحوث والدراسات التربوية، جامعة القاهرة، ٢٠٠٠م
- ١٧- وائل عبد الله محمد: "اثر استخدام استراتيجية ما وراء المعرفة في تحصيل الرياضيات وحل المشكلات لدي تلاميذ الصف الخامس الابتدائي "

18- **Loucea**: the concept and instruction of metacognition ,teacher development ,vol.7, no.1,Article LoucaTDEV 71 web & id=6.135.38.34.

19- **Gama, Harris C.A.**Intergrating metacognition instruction interactive learning environment doctor of philosophy university of Sussex, April, Available at:<http://www.ufba.br/cloudy.Thesisindex.Gama.pdf> ,2004.