

## فاعلية استخدام نموذج أبعاد التعلم لمارزانو على مستوى تقدير الذات المهارية وتعزيز بعض نواتج التعلم فى سباحة الظهر

أ.م.د / رضا محمد إبراهيم سالم

### المقدمة ومشكلة البحث:

إن التغييرات التي حدثت في المناهج تهدف إلى تمكين أبنائنا من تطوير قدراتهم ومهاراتهم في مجالهم التعليمي، وهو ما يجعلهم قادرين على مواكبة تطورات الحياة وهذه ضرورة لا يمكن تجاهلها، لذا يتطلب الوضع ان ننتقل من الاتجاه التقليدي في التدريس والذي كنا نمارسه فترات طويلة من الزمن والذي يتمحور حول المعلم كمصدر وحيد للمعرفة إلى الاتجاهات الحديثة التي تنادى بها معظم النظم التربوية والتعليمية وتعقد من اجلها المؤتمرات واللقاءات في مختلف دول العالم، حيث تتعدد في ذلك وسائل عرض المعلومة من قبل المعلم ومصادر الحصول عليها من قبل المتعلم وتجعل الطالب محورا رئيسيا فى العملية التعليمية وتجعل المعلم موجها ومساعدة للطالب وليس مصدرا وحيدا للحصول على المعلومة، ولتحقيق تلك الآليات والاساليب لابد أن يمتلك المعلم كفايات عديدة من ضمنها استراتيجيات التعليم الحديثة لكي تعين المعلم على نقل الطالب من حالة التعليم السلبي التقليدي الى حالة التعلم الايجابي النشط والذي نطمح ان نراه راسخاً فى أذهان المعلمين ومطبقاً فى الميدان التربوي بصورة متقنة تخدم العمل وتطور الذات وتنمي القدرات لدى المتعلمين فى جامعاتنا وبيئاتنا التربوية (٢٧ : ١٠).

ويذكر مارزانو ( ٢٠٠٦ م ) Marzano,R. أن نموذج أبعاد التعلم يُعتبر بمثابة إطار عمل متكامل لتخطيط التدريس لأنه يحتوى على عدد من الاستراتيجيات التدريسية التي تم التأكد من فاعليتها في إطار عدد من البرامج التعليمية الأخرى المستخدمة على نطاق واسع وفي هذا النموذج يجب أن تؤدي جميع أفعال المعلم إلى تحفيز المتعلمين على التفكير والقيام بسلوكيات معينة ، وافترض النموذج خمسة أبعاد للتعلم يمر بها المتعلم أثناء تعلمه وهي: الاتجاهات الايجابية نحو التعلم ، اكتساب المعرفة وتكاملها ، تعميق المعرفة وصلها، الاستخدام ذو المعنى للمعرفة، عادات العقل المنتجة ( ٥٠ : ٥ ) .

ويبين مارزانو ومكتيه ( ١٩٩٣ م ) Marzano,Pickering & McTighe, أن نموذج أبعاد التعلم يستند إلى النظرية البنائية والتي تعد من النماذج التدريسية الحديثة التي أكدت على أن المعرفة تُعتبر الأساس الذى يبنى الفرد من خلاله خبراته وتفاعلاته مع المثيرات البيئية المحيطة(٤٩ : ٦٨) .

كما يضيف مارزانو ( ١٩٩٢ م ) Marzano, أن نموذج أبعاد التعلم قد صمم فى أبعاد خمسة حيث يتضمن البعد الأول اتجاهات وإدراكات إيجابية عن التعلم وفيه يتم العمل على زيادة دافعية المتعلمين لتعلم الموضوع ، والبعد الثانى يتضمن اكتساب المعرفة وتكاملها وفيه ينفذ المتعلمين أنشطة علمية تمكنهم من الوصول إلى المعلومات الجديدة وربطها بما لديهم من تعلم سابق ، والبعد الثالث يتضمن توسيع المعرفة وتنقيتها وصلها وفيه يمارس المتعلمين الأنشطة التى من شأنها أن توسع المعرفة وتصلها ويجيبون عن الأسئلة المفتوحة ، والبعد الرابع يتضمن استخدام المعرفة استخداماً له معنى وفيه يوظف المتعلمين ما تعلموه فى حياتهم اليومية ، والبعد الخامس يتضمن عادات عقلية منتجة وفيه يتم تهيئة مواقف ومشكلات تتطلب من المتعلم ممارسة مهارات التفكير المختلفة للتوصل إلى معلومات جديدة يمكن توظيفها واستخدامها فى مواقف ومشكلات حياتية (٤٨ : ٣٥) .

هذا وقد أشارت العديد من الدراسات والبحوث، ومنها دراسة أجراها كل من ديلي واتكنز وويليمز وكورتنيه وديفيد وديموك Daley, B. J., Watkins, K., Williams, S. W., Courtenay, B., Davis, M., & Dymock, D (٢٠٠١ م ) (٤٠) ، هانت وبييل Hant & Bell (٢٠٠٢ م ) (٤١) ، دراسة طلال عبد الله الزغبى ، محمد خير محمود (٢٠١١م) (٢٠) ، دراسة إلهام رجائي عطية (٢٠١٤م) (٦) ، دراسة عثمان القحطانى (٢٠١٤م) (٢٢) ، دراسة فيحاء نايف المومنى وآخرون (٢٠١٥م) (٢٥) على أهمية نموذج مارزانو لأبعاد التعلم فى تحقيق العديد من النتائج التعليمية والتي تعتبر بمثابة أهداف لعملية التعلم والبعد عن الأساليب التقليدية التي ركزت على اكتساب المعرفة والمفاهيم فقط بما يؤدي إلى سلبية التحصيل لدى المتعلم ، كما أن استخدام استراتيجيات وطرق تدريس جديدة مستندة إلى فلسفة تربوية واضحة من شأنها أن تسهم في تنمية جميع قدرات المتعلم.

ويبين محمد علاوى ( ٢٠٠٢ م ) أن الذات المهارية تعتبر من بين الأبعاد التي تلعب دوراً هاماً فى مفهوم الذات وتحتل مكانة كبيرة فى المجال الرياضى فهي التي يقدم فيها اللاعب وجهة نظره عن ما يتمتع به من مهارات حيث تحدد مستوى أدائه الحركي وطموحه وإنجازاته وفشله (١٤٤:٣٠) .

ويوضح أسامة راتب ( ١٩٩٥ م ) أنه من الممكن تنمية قيمة وتقدير الذات المهارية لدى الفرد الرياضى عن طريق توفير خبرات النجاح وتجنب خبرات الفشل أثناء الأداء الرياضى والتفسير الصحيح لها ، فإتاحة الفرصة للرياضى لمعرفة مدى تقدمه يؤثر إيجابياً على جوانب النمو النفسى المتعددة ويتوقع أن يمتد هذا التأثير الإيجابى فى مجالات الحياة المختلفة ( ٣ : ١٥٣) .

ويضيف محمد علاوى ( ٢٠٠٢ م ) أن مفهوم تقدير الذات المهارية لدى الفرد الرياضى يرتبط بالافتتاح الداخلى للرياضى بكفاءته أو جدارته ، ويعتبر من العوامل الهامة التى تساعد الرياضى على فهم ذاته بصورة أكثر وضوحاً وواقعية هو نجاحه فى قدرته على تقييمه لنفسه وتقديره لذاته بصورة موضوعية بعيدة عن التحيز وكذلك قدرته على نقد الذات وإدراك مواطن الضعف لديه (٣٠ : ١٠٠) .

وقد أشارت العديد من الدراسات والبحوث ، ومنها دراسة فريمان **Frieman** ( ٢٠٠٣ م ) (٤١) ، دراسة ثائر رشيد حسن ( ٢٠٠٥ م ) (١١) ، قامت بثينه منصور ( ٢٠٠٧ م ) (٩) ، ودراسة كانجلو ( **Kanioglou** ٢٠٠٨ م ) (٤٣) ، دراسة اصلان المساعد ( ٢٠١٤ ) (٥) ، ودراسة زينب محمد الإسكندراني ( ٢٠١٤ م ) (١٧) على أهمية تقدير الذات والتي تعد إدراكا واضحا لجوانب نشاط المتعلم وهى نظره واقعية لمسيرة عمله بهدف تصحيح الأخطاء فى الأداء البدني والمهارى ، وأن اللذين يتمتعون بالتقدير الذاتى المرتفع لديهم مستوى عالى من التحصيل المرتفع

وأن عملية تعليم السباحة ترتبط بالمتابعة الجيدة للأداء المكتسب وإصلاح الأخطاء الفنية فور ظهورها وبالتالي يتطلب إتمام عملية التعليم القيام بالتقييم الجيد والمستمر للأداء أثناء وبعد إنتهاء عملية التعليم ، وذلك من خلال أسلوب علمى مقنن يتم الاستفادة من نتائجه فى عملية التقويم للعملية التعليمية بصورة شاملة ومتكاملة وبالتالي يتم تعديل مسار الإنجاز بالنسبة للعملية التعليمية (١٣ : ٣١) .

وتعتبر سباحة الظهر من طرق 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 وسائل وتكنولوجيا حديثة يمكن أن تسهم في مساعدة المعلم على تقديم المعلومات المعرفية الخاصة بالأداء الفني والتدريبات التعليمية لسباحة الظهر، ومساعدة المتعلمين على الفهم الصحيح، والتصور الدقيق للتسلسل الحركي للأداء، وكيفية أداء التدريبات بطريقة صحيحة لتحقيق التعلم بصورة أفضل. (٢٦ : ٤)

وتتبع مشكلة البحث الحالى من حقيقة أدركتها الباحثة أثناء عملها فى تدريس مقرر السباحة وهى عدم فهم وإدراك الطالبة لطبيعة الأداء المهارى وعدم قدرتها على التصور الحركى للمهارة المؤداه مما يعكس على ثقتها بنفسها وتقديرها لذاتها المهارية وتشعر بالافتقار لما تمتلكه من

طاقات خلاقه من شأنها مساعدتها فى تطوير أدائها لتحقيق النجاح والتفوق مما جعل هناك حاجة ملحة لتنمية وتقدير الذات المهارية لدى طالبات الفرقة الثانية نظراً لطبيعة السباحة والتي تتطلب التحكم فى الحركة والتوازن بين الأداء الفعلى والإسترخاء ، ومن خلال خبرة الباحثة المهنية فى تدريس مقرر السباحة لاحظت أن أسلوب تعلم سباحة الظهر فى المجال الأكاديمى الشائع هو تدريس الجانب الفنى بطريقة مباشرة يقوم فيها المعلم بشرح مراحل الأداء الفنى وعرضها من خلال أسلوب الأوامر الذى يجعل المتعلم لا يشارك فى الموقف التعليمية بشكل إيجابى ، ومن خلال القراءات النظرية والإطلاع على بعض الدراسات المرجعية (١٤) ، (١٨) ، (١٩) ، (٢٣) ومن خلال اختبارات مقرر السباحة ونتائجه لطالبات الفرقة الثانية إتضح وجود إنخفاض فى مستوى التحصيل المعرفى وكذلك إنخفاض فى مستوى الأداء المهارى فى سباحة الظهر، وقد يرجع ذلك إلى أنهم يتعلموها فى سن متأخرة وكذلك عدم وجود خبرة ذاتية وعدم وجود فرصة للتطبيق بالإضافة لعدم مراعاة الفروق الفردية بين الطالبات وإختلافهن فى المستوى المهارى وتعتقد الباحثة أن ذلك قد يكون ناتج عن عدم تفاعل ومشاركة الطالبات فى الموقف التعليمى أثناء التعلم ، كما أن العديد منهن لا يستطيعن رؤية نموذج أداء المراحل الفنية لسباحة الظهر بشكل واضح من زوايا مختلفة وبالتالي لا يتضح لهن النواحي الفنية لأداء المهارة بصورة صحيحة أو قد يكون لأسلوب التعلم المستخدم هذا التأثير فى إنخفاض مستوى تقدير الذات المهارية وبعض نواتج التعلم ، لذا تحاول الباحثة من خلال هذه الدراسة تصميم وتنفيذ أسلوب تعليمى يتناسب مع هذه المرحلة السنية مما قد يحقق الهدف من عملية التعلم ، ولهذا عملت على محاولة التعرف على تأثير نموذج أبعاد التعلم لمارزانو على مستوى تقدير الذات المهارية وتعزيز بعض نواتج التعلم فى سباحة الظهر للمبتدئات.

#### هدف البحث :

يهدف هذا البحث إلى التعرف على فاعلية استخدام نموذج أبعاد التعلم لمارزانو على التحصيل المعرفى و تقدير الذات المهارية ومستوى الاداء المهارى لسباحة الظهر للمبتدئات من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية - جامعة الزقازيق من خلال التعرف على :

١- فاعلية نموذج أبعاد التعلم لمارزانو على مستوى تقدير الذات المهارية فى سباحة الظهر لدى المبتدئات من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية - جامعة الزقازيق .

٢- فاعلية نموذج أبعاد التعلم لمارزانو على مستوى التحصيل المعرفى فى سباحة الظهر لدى المبتدئات من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية - جامعة الزقازيق .

٣- فاعلية نموذج أبعاد التعلم لمارزانو على مستوى الأداء المهارى (وضع الجسم - ضربات الرجلين - حركة الذراع اليمنى - حركة الذراع اليسرى - حركات الذراعين - التنفس -

التوافق" السباحة كاملة" ) فى سباحة الظهر لدى المبتدئات من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية - جامعة الزقازيق .

#### فروض البحث :

١- يؤثر نموذج أبعاد التعلم لمارزانو إيجابيا على مستوى تقدير الذات المهارية فى سباحة الظهر لدى المبتدئات من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية - جامعة الزقازيق .

٢- يؤثر نموذج أبعاد التعلم لمارزانو إيجابيا على مستوى التحصيل المعرفى فى سباحة الظهر لدى المبتدئات من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية - جامعة الزقازيق .

٣- يؤثر نموذج أبعاد التعلم لمارزانو إيجابيا على مستوى الأداء المهارى (وضع الجسم - ضربات الرجلين - حركة الذراع اليمنى - حركة الذراع اليسرى - حركات الذراعين - التنفس - التوافق" السباحة كاملة" ) فى سباحة الظهر لدى المبتدئات من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية - جامعة الزقازيق.

#### مصطلحات البحث :

##### نموذج أبعاد التعلم لمارزانو :

هو نموذج تدريس صفى ( عملى ) يتضمن عدة خطوات إجرائية منظمة ومتتابعة ، تحدث تفاعل بين خمسة أنماط متمثلة في اكتساب اتجاهات وإدراكات إيجابية من التعلم ، واكتساب المعرفة الجديدة وتكاملها واتساقها مع المعرفة القائمة فعلاً ، وتعميق المعرفة وتدقيقها للوصول إلى نهايات ونتائج جديدة ، واستخدام المعرفة استخداماً ذا معنى ، وتنمية استخدام العادات العقلية المنتجة والتي تحدث خلال التعلم وتسهم في نجاحه (٥٠ : ٧) .

##### تقدير الذات المهارية :

هى عبارة عن تقدير الطالبة لما تتمتع به من مهارات حركية خاصة ومدى كفايتها وإستعدادها بالنسبة للمهارات الحركية المختلفة التى تشكل فى مجموعها المهارات الحركية الأساسية فى النشاط التخصصى (٣١ : ٦٢٤) .

##### إجراءات البحث:

##### منهج البحث:

أستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة هذا البحث، وذلك بإتباع التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة باستخدام القياسات القبليّة والبعديّة.

##### مجتمع وعينة البحث:

قامت الباحثة بإختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق فى الفصل الدراسى الأول للعام الجامعى ٢٠٢٢/٢٠٢٣م،  
 وبالبالغ عددهن (٩٦٨) طالبة، حيث تم إختيار عدد (٧٠) طالبة كعينة للبحث من المجتمع  
 الأصلى بنسبة مئوية قدرها (٧,٢٣%)، وتم إستبعاد عدد (٢٠) طالبة لإجراء الدراسة الإستطلاعية  
 لتحديد المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للإختبارات قيد البحث، وبذلك أصبحت عينة البحث  
 الأساسية قوامها (٥٠) طالبة تم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداهما مجموعة تجريبية والأخرى  
 مجموعة ضابطة قوام كل منهما (٢٥) طالبة، وجدول (١) يوضح تصنيف عينة البحث.

### جدول (١)

#### تصنيف عينة البحث

النسبة المئوية	العينة الأساسية	العينة الأساسية			مجتمع البحث
		ضابطة	تجريبية	عينة البحث الإستطلاعية	
٧,٢٣ %	٥٠	٢٥	٢٥	٢٠	٩٦٨

#### أسباب إختيار عينة البحث:

- ١- مقرر السباحة من المقررات الأساسية فى الفصل الدراسى الأول على طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق.
- ٢- تقوم الباحثة بتدريس مقرر السباحة لطالبات الفرقة الثانية بالكلية.
- ٣- مجتمع البحث ليس لديه خبرة سابقة بمقرر السباحة.

#### أعدالية توزيع أفراد عينة البحث:

تم حساب أعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في بعض المتغيرات التي قد تؤثر على المتغير التجريبي مثل: معدلات النمو (السن - الطول - الوزن - الذكاء)، وتنمية الذات المهارية، وبعض المتغيرات البدنية (القدرة العضلية للذراعين والرجلين - قوة عضلات الظهر - مرونة مفصلي الكتفين - السرعة الإنتقالية - التوافق)، ومستوى الأداء الفني في سباحة الزحف على الظهر، وتم ذلك بعد إجراء المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للإختبارات قيد البحث، وجدولى (٢)، (٣) يوضحان ذلك.

### جدول (٢)

### إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى المتغيرات قيد البحث

ن = ٧٠

المتغيرات	البيان	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الوسيط	معامل الإلتواء
السن	سنة	١٨,٧٠	٠,٧٩	١٨,٤٠	١,١٤	
الطول	سم	١٦٥,٥٠	٥,١٣	١٦٤,٠٠	٠,٨٨	
الوزن	كجم	٦٢,٩١	٤,٩١	٦١,٧٥	٠,٧١	
الذكاء	درجة	٢٩,٥٠	٥,٢٦	٢٨,٠٠	٠,٨٦	
تنمية الذات المهارية	درجة	٨٨,٧٥	٦,٨٣	٨٨,١١١	٠,٦٧	
التحصيل المعرفي	درجة	١٣,٣١	٣,٣٧٦	١٣	٠,٨٧	
القدرة العضلية للذراعين	متر	٤,٣١	٠,٧٢	٤,٢٠	٠,٥٤	
القدرة العضلية للرجلين	متر	١,٤٨	٠,٢١	١,٤٣	٠,٧١	
قوة عضلات الظهر	كجم	٩٩,٢٥	٥,١٦	٩٨,٠٠	٠,٧٣	
مرونة الكتفين	سم	٣٠,٥٠	٣,٥١	٢٩,٥٠	٠,٨٥	
العدو ٣٠ متر	ثانية	٦,١٧	٠,٦٩	٥,٩٨	٠,٨٣	
التوافق	ثانية	٩,٣٣	٢,١١	٨,٩٩	٠,٤٨	

يتضح من جدول (٢) أن معاملات الالتواء فى معدلات النمو والذكاء تنمية الذات المهارية والمتغيرات البدنية قيد البحث تراوحت ما بين (٠,٤٨ : ١,١٤)، وهى تتحصر ما بين (±٣) مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد العينة فى هذه المتغيرات.

### جدول (٣)

### إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى متغيرات الأداء الفنى فى سباحة الزحف على الظهر قيد البحث

ن = ٧٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الإنحراف	الوسيط	معامل الإلتواء
-----------	-------------	---------	----------	--------	----------------

		المعياري	الحسابي		
٠,٨٣	٢,٠٠	٠,٩٤	٢,٢٦	درجة	الطفو والانزلاق على الظهر
٠,٤٤	٢,٠٠	٠,٨٨	٢,١٣	درجة	ضربات الرجلين
١,٢١	١,٥٠	٠,٩٢	١,٨٧	درجة	حركة الذراع الأيمن
٠,٧٦	١,٥٠	٠,٧٩	١,٧٠	درجة	حركة الذراع الأيسر
٠,٩٧	١,٥٠	٠,٩٦	١,٨١	درجة	حركات الذراعين
٠,٤٥	١,٥٠	٠,٧٤	١,٦١	درجة	التنفس المنتظم
٠,٧٩	١٠,٠٠	٥,٢٣	١١,٣٨	درجة	سباحة الزحف على الظهر

يتضح من جدول (٣) أن قيم معاملات الالتواء في مستوى الأداء الفني في سباحة الزحف على الظهر تراوحت ما بين (٠,٤٤ : ١,٢١) وهي تنحصر ما بين (٣±) مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد العينة في هذه المتغيرات.

### تكافؤ مجموعتي البحث:

قامت الباحثة بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث، وتم ذلك بعد حساب أعتدالية توزيع أفراد عينة البحث، وجدولي (٤)، (٥) يوضحان ذلك.

### جدول (٤)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة معدلات النمو والذكاء و تنمية الذات المهارية والمتغيرات البدنية قيد البحث

قيمة "ت"	المجموعة الضابطة ن = ٢٥		المجموعة التجريبية ن = ٢٥		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	م	ع	م		
٠,٥١	٠,٧١	١٨,٥٠	٠,٦٨	١٨,٦٠	سنة	السن
٠,٥٧	٤,١٣	١٦٤,٣٠	٤,٣٢	١٦٥,٠٠	سم	الطول
٠,٧١	٣,٥٥	٦٢,٠٠	٣,٧١	٦٢,٧٥	كجم	الوزن
٠,١٦	٤,٩٧	٢٩,١٦	٥,١٤	٢٩,٤٠	درجة	الذكاء
١.٣١٦	٤.١٨	٨٨.٢٠	٦.٥٧	٨٨.٧٢	درجة	تنمية الذات المهارية
٠.٤٦٧	٠.٢٣٥	١٣.٥٧	٠.٣٤١	١٣.٣١	درجة	التحصيل المعرفي
٠,٦٤	٠,٥٨	٤,١٩	٠,٦١	٤,٣٠	متر	القدرة العضلية للذراعين
٠,٧٧	٠,١٢	١,٤٢	٠,١٥	١,٤٥	متر	القدرة العضلية للرجلين
٠,٥٥	٤,٧٧	٩٨,٣٥	٤,٩٢	٩٩,١٢	كجم	قوة عضلات الظهر
٠,٣٤	٣,٠٢	٣١,٠٠	٣,١٦	٣٠,٧٠	سم	مرونة الكتفين
٠,٣٢	٠,٥٧	٦,٢٤	٠,٥١	٦,١٩	ثانية	العدو ٣٠ متر



٠,٢٢	١,٨٦	٩,٤٨	١,٩٤	٩,٣٦	ثانية	التوافق
------	------	------	------	------	-------	---------

قيمة "ت" الجدولية مستوى ٠,٠٥ = ٢,٠٢١

يتضح من جدول (٤) عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في معدلات النمو (السن - الطول - الوزن - الذكاء) وتنمية الذات المهارية والمتغيرات البدنية قيد البحث مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.

#### جدول (٥)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات الأداء الفني في سباحة الزحف على الظهر قيد البحث

قيمة "ت"	المجموعة الضابطة ن = ٢٥		المجموعة التجريبية ن = ٢٥		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	م	ع	م		
٠,٣١	٠,٨٩	٢,١٢	٠,٩١	٢,٢٠	درجة	الطفو والانزلاق على الظهر
٠,٥٢	٠,٧٧	٢,٠٠	٠,٨٣	٢,١٢	درجة	ضربات الرجلين
٠,٣٢	٠,٨٣	١,٧٢	٠,٨٩	١,٨٠	درجة	حركة الذراع الأيمن
٠,١٩	٠,٧٠	١,٦٠	٠,٧٤	١,٦٤	درجة	حركة الذراع الأيسر
٠,٤٦	٠,٨٨	١,٦٤	٠,٩١	١,٧٦	درجة	حركات الذراعين
٠,٤٣	٠,٦١	١,٤٨	٠,٦٧	١,٥٦	درجة	التنفس المنتظم
٠,٣٧	٤,٦٨	١٠,٥٦	٤,٩٥	١١,٠٨	درجة	سباحة الزحف على الظهر

قيمة "ت" الجدولية مستوى ٠,٠٥ = ٢,٠٢١

يتضح من جدول (٥) عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الأداء الفني في سباحة الزحف على الظهر مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.

#### أدوات ووسائل جمع البيانات:

قامت الباحثة بتحديد القدرات البدنية الخاصة بسباحة الزحف على الظهر، وكذا تحديد الإختبارات البدنية التي تقيس تلك القدرات حيث تم تصميم إستمارة لإستطلاع آراء الخبراء حول تحديد أهم القدرات البدنية للمهارة قيد البحث وكيفية قياسها ، وتم عرض الإستمارة من خلال المقابلة الشخصية مع الخبراء في مجال السباحة (ملحق ٥)، وقد أرتضت الباحثة بنسبة (٨٠٪) من آراء الخبراء لتحديد القدرات البدنية الخاصة وكيفية قياسها كما يلي:

## أولاً: الإختبارات البدنية قيد البحث: ملحق (٢)

- ١- إختبار دفع كرة طبية (٣كجم) باليدين لأقصى مسافة. لقياس القدرة العضلية للذراعين
- ٢- إختبار الوثب العريض من الثبات. لقياس القدرة العضلية للرجلين
- ٣- إختبار قياس قوة عضلات الظهر بالكيلو جرام. لقياس القوة العضلية للظهر
- ٤- إختبار مرونة مفصلي الكتفين أفقياً. لقياس مرونة مفصلي الكتفين
- ٥- إختبار عدو (٣٠) متر من بداية متحركة. لقياس السرعة الإنتقالية
- ٦- إختبار الدوائر المرقمة. لقياس التوافق

## ثانياً: تقييم مستوى الأداء الفنى لسباحة الظهر: ملحق ( ٣ )

قامت الباحثة بعد الإطلاع على المراجع العلمية فى تعليم السباحة مثل ، وفيقة مصطفى سالم (٢٠٠٠م) (٣٧)، ابوالعلا احمد عبدالفتاح (٢٠٠٤م) (١)، لتحديد الإختبار المهارى لتقييم مستوى الأداء لسباحة الظهر، وتحتوى إستمارة التقييم على عناصر محددة هى (الطفو والانزلاق على الظهر - ضربات الرجلين - حركة الذراع الأيمن - حركة الذراع الأيسر - حركات الذراعين - التنفس المنتظم)، ويتم التقييم عن طريق الملاحظة المقننة للأداء السليم للعناصر الأساسية كما هو موضح بالإستمارة ملحق (٤) عن طريق ثلاث محكمات\* بأخذ متوسط الدرجات لهن حيث أن الدرجة النهائية للإستمارة (٦٠) درجة موزعة كما يلى:

- ١- الطفو والانزلاق على الظهر. (١٠) درجات
- ٢- ضربات الرجلين. (١٠) درجات
- ٣- حركة الذراع الأيمن. (١٠) درجات
- ٤- حركة الذراع الأيسر. (١٠) درجات
- ٥- حركات الذراعين. (١٠) درجات
- ٦- التنفس المنتظم. (١٠) درجات

**تصوير الأداء المهارى :** تم تصوير الأداء المهارى للطالبات بكاميرا فيديو بسرعة ١٢٠ كادر / ث تم وضعها على الجانب الأيسر من حمام السباحة وعلى مسافة ( ٥ ) متر من الحارة التى يتم أداء الطالبة فيها ، واشتمل مجال التصوير على الأداء من البداية إلى النهاية ، وتم عرض تصوير الفيديو على إسطوانة مدمجة لأفراد المجموعتين على (٣) محكمين في مجال السباحة من أعضاء هيئة التدريس والمتخصصين في مجال السباحة ملحق (١) على أن يقوم السادة المحكمين بالتحليل الوصفى وتقييم الأداء المهارى بالدرجات لكل طالبة على حدة بواسطة إستمارة تقييم الأداء المهارى لسباحة الزحف الظهر ملحق (٣) وذلك دون معرفة الخبراء لإنتماء الطالبات إلى أى مجموعة من المجموعتين الضابطة والتجريبية لضمان عامل الحيادية ، مع تحديد درجة كل إختبار بمتوسط درجات الخبراء الثلاثة .

#### **ثالثاً: مقياس تقدير الذات المهارية: (من تصميم الباحثة) ملحق (٦)**

**تحديد عبارات مقياس تقدير الذات المهارية:** استعانت الباحثة بمقياس تقدير الذات المهارية الذى أعده محمد حسن علاوي وعصام الهلالي وتيمور أحمد راغب (٢٩) والخاص بتقدير لاعب الكرة الطائرة للصفات المهارية التي يتمتع بها في ضوء إدراكه لمواطن القوة والضعف في كفايته المهارية الخاصة بكرة الطائرة ، حيث تم تعديل عبارات المقياس وفقاً لطبيعة مقرر السباحة بشكل عام وسباحة الظهر بشكل خاص وبعد إضافة بعض العبارات وحذف بعضها الآخر وإعادة صياغة البعض وبعد عرض المقياس على مجموعة من الخبراء ملحق (٥) تم وضع جميع العبارات في قائمة تحتوي على مقياس خماسي ، وقد روعى عند صياغة العبارات أن يكون البعض إيجابياً والآخر سلبياً حتى لا تجيب الطالبة على العبارات دون تركيز أو تفكير وبالتالي نضمن جدية الطالبة في الإجابة عن المقياس . ويتكون المقياس من (٤٠) عبارة منهم عدد (٣٠) عبارة إيجابية وعدد(١٠) عبارات سلبية ، ويوجد أمام كل عبارة من عبارات المقياس خمسة مستويات للإجابة هي : ( أبداً- نادراً- أحياناً - غالباً - دائماً ) ، وتعطى أوزان الدرجات ( ١-٢-٣-٤-٥ ) للفقرات الإيجابية والعكس صحيح فى الفقرات السلبية وبذلك تكون الدرجة العليا للمقياس (٢٤٠) والصغرى (٤٠) درجة بمتوسط فرضى (١٢٠)

#### **رابعاً: إختبار الذكاء العالى: ملحق (٤)**

قام بوضعه السيد محمد خيرى (١٩٨٩م) (٤) ويتكون هذا الإختبار من (٤٢) سؤالاً من الأسئلة الذهنية التى تبين قدرة المختبر على التفكير (الذكاء)، من خلال قياس القدرات العقلية

المتعددة (القدرة اللغوية - القدرة الحسابية - القدرة على التصور - القدرة على الربط والإستنتاج) وهو صالح لكلا الجنسين والمرحلة السنية المناسبة لتطبيقه فوق (١٧) سنة ، وزمن هذا الإختبار (٣٠) دقيقة.

**خامساً: الإختبار المعرفى لقياس مستوى التحصيل المعرفى لسباحة الزحف على الظهر ملحق (٧) :**

وهو من إعداد الباحثة (٢٠١٤م) (١٤) ويهدف إلى قياس مستوى التحصيل المعرفى لسباحة الظهر ، وقد تم تطبيقه على عينه مماثلة لعينة البحث الحالية ، ويتكون من (٣٠) مفردة موزعة على نوعان من الأسئلة هما "أسئلة الإختيار من متعدد"، أسئلة من نوع الصواب والخطأ ، زمن الإختبار (٢٥) ق ، وقد وقع إختيار الباحثة على هذا الإختبار لإختبارها نفس المرحلة السنية تقريباً ، لحدائته وتمتعه بدرجة مقبولة من الصدق والثبات .

**سادساً: الأجهزة والأدوات المستخدمة فى البحث:**

- جهاز الرستامير لقياس الطول الكلى للجسم بالسنتيمتر .
- ميزان طبي معايير لقياس الوزن بالكيلو جرام.
- جهاز الديناموميتر ذو السلسلة لقياس قوة عضلات الظهر .
- كاميرا فيديو ديجيتال .
- عدد من أجهزة الحاسب الآلي .
- شاشة عرض كبيرة .
- ساعة إيقاف رقمية Stop Watch ١/١٠٠ من الثانية ومزودة بذاكرة .
- شريط قياس مرن معايير لقياس المسافة (لأقرب سم) .
- مسطرة مدرجة لقياس المرونة .
- كرات طبية زنة (٣) كجم .
- حمام سباحة تعليمى وأدوات السباحة المختلفة .

**المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للإختبارات قيد البحث:**

١- المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) لإستمارة تقييم مستوى الأداء :

تم حساب صدق إستمارة تقييم مستوى الأداء الفنى لسباحة الزحف على الظهر بإستخدام الصدق المنطقي، وذلك عن طريق عرض الإستمارة على عدد (٣) من الخبراء فى السباحة ملحق (١) لإبداء الرأى فى مدى مطابقة ومنطقية محتوى الإستمارة لما وضعت من أجله، وقد أشارت النتائج إلى إتفاق المحكمين بنسبة مئوية قدرها (١٠٠٪) مما يشير إلى توافر الصدق المنطقي بشكل كبير لهذه الإستمارة قيد البحث، ولحساب معامل الثبات للإستمارة تم إستخدام تطبيق الإستمارة ثم إعادة تطبيقها مرة أخرى بفارق زمنى قدره (١٠) أيام على أفراد العينة الإستطلاعية، وتم حساب معامل الارتباط بين نتائج التطبيقين الأول والثانى حيث بلغ معامل ثبات الإستمارة (٠,٨٩١) مما يشير إلى ثبات الإستمارة.

## ٢- معامل الصدق Validity:

تم حساب معامل الصدق للإختبارات البدنية والنفسية والعقلية قيد البحث عن طريق صدق التمايز بأسلوب المقارنة بين المجموعة المميزة وهن طالبات بالفرقة الثالثة تخصص سباحة بالكلية عددهن (٢٠) طالبة، والأخرى مجموعة غير مميزة وهى عينة البحث الاستطلاعية وعددهن (٢٠) طالبة من مجتمع البحث، ومن خارج عينة البحث الأساسية، وجدول (٦) يوضح ذلك.

### جدول (٦)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة  
فى الإختبارات البدنية والنفسية والعقلية قيد البحث

قيمة "ت"	المجموعة غير المميزة ن = ٢٠		المجموعة المميزة ن = ٢٠		وحدة القياس	الإختبارات
	ع	م	ع	م		
*٥,١١	٠,٥٤	٤,٢٥	٠,٥١	٥,١٢	متر	القدرة العضلية للذراعين
*٤,١٧	٠,١٢	١,٤٠	٠,١٠	١,٥٥	متر	القدرة العضلية للرجلين
*٦,٣٣	٤,٣٧	٩٨,٥٠	٤,١٩	١٠٧,٣٠	كجم	قوة عضلات الظهر
*٨,٢٣	٢,٢١	٣٠,٨٠	١,٧٣	٢٥,٥٠	سم	مرونة الكتفين
*٤,٥٥	٠,٣٩	٦,٢٤	٠,٣١	٥,٧٢	ثانية	العدو ٣٠ متر
*٢,٢٦	٠,٧٢	٩,٣٩	٠,٥٨	٨,٩١	ثانية	التوافق
*٣,١٩	٣,٩٥	٢٨,٥٠	٣,١٤	٣٢,٢٠	درجة	الذكاء
*٨,٧٤	٢,٤٢	١٣,٥٠	٢,٦١	٢٦,٦٧	درجة	التحصيل المعرفى
*٩,٥١	٥,٢٨	٩٩,٢٠	٤,٦١	٨٣,٩٠	درجة	تقدير الذات المهارية

\* دال عند مستوي ٠,٠٥

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ٢,٠٤٢

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في الإختبارات البدنية والنفسية والعقلية قيد البحث ولصالح المجموعة المميزة مما يشير إلي صدق الاختبارات لما وضعت من أجله.

### ٣- معامل الثبات Reliability:

تم حساب معامل الثبات للإختبارات البدنية والنفسية والعقلية قيد البحث عن طريق تطبيق الإختبارات وإعادة التطبيق Test-Retest على أفراد العينة الاستطلاعية، وعددهن (٢٠) طالبة من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية، وبفارق زمني قدره يومان بين التطبيقين الأول والثاني للإختبارات البدنية، وبفاصل زمني قدره (١٠) أيام للإختبارات النفسية والعقلية ، وذلك في الفترة من ٩/٢٥ إلى ٢٠٢٢/١٠/٥م، و جدول (٧) يوضح ذلك.

### جدول (٧)

#### معامل الثبات في الإختبارات البدنية والنفسية قيد البحث

ن = ٢٠

قيمة "ر"	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الإختبارات
	ع	م	ع	م		
*٠,٨٦١	٠,٤٧	٤,٣٢	٠,٥٤	٤,٢٥	متر	القدرة العضلية للذراعين
*٠,٨٩٤	٠,١٥	١,٤٥	٠,١٢	١,٤٠	متر	القدرة العضلية للرجلين
*٠,٧٧١	٤,٦٢	٩٩,٢٥	٤,٣٧	٩٨,٥٠	كجم	قوة عضلات الظهر
*٠,٨٠٦	٢,١٩	٣٠,٥٠	٢,٢١	٣٠,٨٠	سم	مرونة الكتفين
*٠,٨٩٢	٠,٣٧	٦,٢١	٠,٣٩	٦,٢٤	ثانية	العدو ٣٠ متر
*٠,٨١٥	٠,٦٦	٩,٣١	٠,٧٢	٩,٣٩	ثانية	التوافق
*٠,٧٦٩	٤,١٢	٢٩,٠٠	٣,٩٥	٢٨,٥٠	درجة	الذكاء
*٠,٩٥٤	٢,٥٢	١٣,٦٥	٢,٣٩	١٣,٤٢	درجة	التحصيل المعرفي
*٠,٧٥٢	٥,١٧	٩٨,٥٠	٥,٢٨	٩٩,٢٠	درجة	تقدير الذات المهارية

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤ \* دال عند مستوى ٠,٠٥ \*

يتضح من جدول (٧) وجود إرتباط دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين نتائج التطبيقين الأول والثاني للإختبارات البدنية والنفسية والعقلية قيد البحث مما يشير إلي ثبات الإختبارات عند إجراء القياس.

البرنامج التعليمي بإستخدام نموذج مارزانو لأبعاد التعلم : ملحق (٨)  
- الهدف من البرنامج :

تحسين مستوى تقدير الذات المهارية وتعزيز بعض نواتج التعلم والمتمثلة فى مستوى التحصيل المعرفى والأداء المهارى لسباحة الظهر(قيد البحث) والمقررة على طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية - جامعة الزقازيق من خلال وضع برنامج تعليمي باستخدام نموذج مارزانو لأبعاد التعلم .

### ⊙ الأهداف المهارية:

تحسين مستوى الأداء المهارى والمتمثل في (الطفو والانزلاق على الظهر - ضربات الرجلين - حركة الذراع الأيمن - حركة الذراع الأيسر - حركات الذراعين - التنفس المنتظم - مستوى الأداء المهارى) لدى طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية - جامعة الزقازيق.

### ⊙ الأهداف معرفية:

تزويد الطالبات بالمعارف والمعلومات عن سباحة الظهر (قيد البحث) لرفع مستوى التحصيل المعرفي بحيث تستطيع الطالبة:

- ❖ تفهم التسلسل الحركي للأداء المهارى لسباحة الظهر قيد البحث.
- ❖ تطبيق سباحة الظهر بمستوى جيد مرتبط بالمعلومات المختلفة عن الأداء .
- ❖ تكتسب الطالبة القدرة على الملاحظة والتفكير .

### ⊙ الأهداف الوجدانية:

- تكتسب الطالبة الثقة بالنفس والشعور بالرضا.
- تنمى لدي الطالبة قوة الملاحظة والدقة والفهم والإدراك.
- تتعود الطالبة التعلم بمفردها .

### أسس وضع البرنامج :

- أن يراعى خصائص الطالبات واحتياجاتهن البدنية والنفسية والمهارية .
- أن يتناسب محتوى البرنامج مع قدرات الطالبات .
- أن يتسم بالبساطة والسهولة .
- أن يتناسب محتوى البرنامج مع الهدف الموضوع .
- أن يساعد البرنامج على تحقيق مبدأ التفاعلية بين الطالبات .
- أن يراعى فيه توفير المكان الملائم .
- أن يراعى فيه توفير الإمكانيات المناسبة لتنفيذ البرنامج .
- أن يتميز البرنامج بالتشويق والإثارة من خلال التصميم وعرض المحتوى.
- أن يتيح البرنامج فرص الاشتراك والممارسة لكل الطالبات في وقت واحد.

- أن يراعى مبدأ التدرج في محتوى البرنامج من السهل إلى الصعب، ومن البسيط إلى المركب .
  - أن يتم تقديم المعلومات التي يتضمنها البرنامج التعليمي فى إطار متكامل ومتربط وفعال يستخدم جميع الحواس .
  - أن يتيح البرنامج فرص الإشتراك والممارسة لجميع المتعلمين فى وقت واحد .
  - أن يتميز البرنامج بالتشويق والإثارة .
  - أن يساعد البرنامج على تحقيق مبدأ التفاعلية بين المتعلمين .
  - مراعاة شكل وحجم الصور ومقاطع الفيديو بما يتناسب وحجم الشاشة .
  - أن يتم عرض جميع الصور ومقاطع الفيديو بواسطة الحاسب الألى المتصل بعرض البيانات (Data Show) .
- محتوى البرنامج التعليمى :**

قامت الباحثة بإعداد البرنامج التعليمى باستخدام نموذج أبعاد التعلم لمارزانو حيث إشتمل على (٢٤) وحدة تعليمية لمدة ٨ أسابيع وبواقع ثلاث وحدات تعليمية فى الأسبوع وزمن الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة ، وتتضمن الوحدات التعليمية الجزء الإعدادى ويشمل الأعمال الإدارية (٥) ق والإحماء العام والخاص (١٠) ق ، والجزء الرئيسى ويشمل النشاط التعليمى والنشاط التطبيقى (٧٠) ق ثم الجزء الختامى (٥) ق. وقامت المجموعتين التجريبية والضابطة بإتباع نفس المنهاج التعليمى المتبع ولكن الإختلاف بينهما يكون فى النشاط التعليمى والتطبيقى من الجزء الرئيسى . حيث تم التدريس للمجموعة التجريبية باستخدام نموذج مارزانو لأبعاد التعلم حيث بدأت الباحثة بتنشيط الخبرات التعليمية والمعرفية السابقة للطالبات فى المهارات الأساسية فى السباحة بطرح مجموعة من الاسئلة ذات علاقة بموضوع الوحدة التعليمية التى ستدرس لتثير تفكيرهم وتنشط خبراتهم المعرفية السابقة ثم قامت بتطبيق نموذج مارزانو لأبعاد التعلم على النحو التالى :

**أولاً: تقديم المفاهيم المعرفية والمهارات الحركية :** وفى هذه المرحلة قامت الباحثة بعرض الصور والرسوم التوضيحية والفيديوهات التعليمية على الطالبات من خلال شاشة العرض Data show موصلة بالحاسب الألى الخاص بالباحثة ثم بعد العرض تقوم الباحثة بتوجيه مجموعة من الأسئلة الاستقصائية عما تم رؤيته والهدف من هذه الأسئلة هو استثارة الطالبات وحثهم على التفكير وتنمية القدرات العقلية قدراتهم مهارية ، وتوليد نوع من التوتر المعرفى لدى الطالبات لغرض جمع المعلومات وإكتشاف المفاهيم الخاصة بالتحليل الفنى لسباحة الظهر.

**ثانياً: مرحلة البناء المعرفى:** وفى هذه المرحلة تقوم الباحثة بتوضيح المفاهيم المعرفية عمليا وتوضيح أهميتها فى الأداء الحركى من خلال توضيح الفيديوهات التعليمية والصور والرسوم التوضيحية الخاصة بسباحة الظهر موضوع الوحدة التعليمية مع الشرح المفصل لها أثناء العرض



وبعدہ لتوضیح کیفیة الأداء الصحیح لسباحة الظهر . ويتم العمل فی مجموعات تعاونیة بتقسیم الطالبات إلى خمس مجموعات بواقع (٥) طالبات فی کل مجموعة .

**ثالثا: مرحلة تنمية تقدير الذات المهارية :** تقوم الباحثة بتوجيه الطالبات نحو الأداء المهاری والتمارین التطبيقیة الخاصه بسباحة الظهر من خلال تنفيذ موقف تعليمی يتطلب البحث والإستقصاء والتجرب من قبل الطالبة لإستدعاء مستوى تقدير الذات من خلال إدراكها لمواطن القوة والضعف فی کفایتها المهاریة الخاصة بأجزاء سباحة الظهر قید البحث وإكتشاف الأخطاء وتعديلها مما يساعد فی تنفيذ المطلوب .

**رابعا: مرحلة تقييم الأداء :** تقوم الباحثة بمناقشة الطالبات فیما توصلوا إليه من طرق وأساليب للتوصل إلى حل للموقف التعليمی وطرح بعض الاسئلة للتأكد من البناء المعرفی للمفاهیم والتحلیل الحركی لسباحة الظهر وجمع إجابات الطالبات لكل مجموعہ حول الأسئلة التي تم طرحها عليهن ، وتم عرض هذه الإجابات ، وتمت المناقشة بین الطالبات والباحثة ونتیجہ لهذه المناقشة تم التوصل إلى الأداء الأمثل لسباحة الظهر وتحديد المفاهیم السليمه للتحلیل الحركی لهذه السباحة .

بينما تم التدريس للمجموعة الضابطه بإتباع الإسلوب التقليدي حيث إتبعت الباحثة

الخطوات التالية عند تدريس محتوى المقرر للمجموعة الضابطه :

-قامت الباحثة بشرح عملي ودقيق لأداء المهارة موضوع الدرس .

-قامت الباحثة بعرض سباحة الظهر أمام الطالبات من خلال عمل نموذج.

-قيام الطالبات بأداء المهارة بأنفسهم .

-قيام الباحثة بتصحيح الأخطاء وتوجيه وإرشاد الطالبات للأداء الصحیح .

-قيام الطالبات بأداء المهارة مرة أخرى بعد تصحيح الأخطاء .

-قيام الطالبات بالتدريب على الأداء الصحیح .

التقدم بسباحة الظهر

### القياسات القبليّة:

قبل إجراء القياسات القبليّة قامت الباحثة بتدريس وحدتين تعليميتين لأفراد عينة البحث الأساسیة، وذلك فی الفترة من ٢٠٢٢/١٠/٩م وحتى ٢٠٢٢/١٠/١٣م لكي يصل جميع أفراد العينة إلى مستوى معين تتمكّن الباحثة من خلاله إجراء القياسات القبليّة، ثم قامت الباحثة بإجراء القياسات القبليّة للمجموعتين التجريبيّة والضابطه فی تنمية الذات المهاریة والتحصيل المعرفی

ومستوى الأداء الفنى لسباحة الزحف على الظهر فى الفترة من ١٦/١٠/٢٠٢٢م إلى ١٨/١٠/٢٠٢٢م.

### **تطبيق البرنامج التعليمى المقترح:**

تم تطبيق محتوى البرنامج التعليمى باستخدام إستراتيجية نموذج أبعاد التعلم لمارزانو على أفراد المجموعة التجريبية ملحق (٨) لمدة (٨) أسابيع متصلة بواقع (٢٤) وحدة تعليمية وزمن الوحدة (٩٠ دقيقة) ، وذلك فى الفترة من ٢٠/١٠/٢٠٢٢م وحتى ١٤/١٢/٢٠٢٢م، كما تم إستخدام الطريقة المعتادة مع المجموعة الضابطة، وملحق (٩) يوضح نموذج لوحدة تعليمية بإستخدام الطريقة المعتادة.

### **القياسات البعدية:**

تم إجراء القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى تنمية الذات المهارية والتحصيل المعرفى ومستوى الأداء الفنى لسباحة الزحف على الظهر بنفس ترتيب وشروط القياسات القبلىة خلال الفترة من ١٥/١٢/٢٠٢٢م وحتى ١٨/١٢/٢٠٢٢م.

### **الأساليب الإحصائية المستخدمة:**

وقد تضمنت خطة المعالجة الإحصائية للبيانات الأولية الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابى.
- الإنحراف المعيارى.
- الوسيط.
- معامل الإلتواء.
- معامل الارتباط البسيط.
- إختبار النسب والمعدلات.
- إختبار "ت".

عرض النتائج ومناقشتها :

### جدول (٨)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في مستوى تقدير الذات المهارية والتحصيل المعرفي والأداء المهارى في سباحة الزحف على الظهر

ن = ٢٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة "ت"
		ع	م	ع	م	
تنمية الذات المهارية	درجة	٩٨,٩٢	٥,٣٨	٨٧,٥٢	٤,٧٤	*٧,٣٥
التحصيل المعرفى	درجة	١٣,٣١	٠,٣٤١	٢٨,٦٤	٣,١٤٦	*٨,٨٧١
الطفو والانزلاق على الظهر	درجة	٢,٢٠	٠,٩١	٩,٣٢	٠,٦٩	*٢٥,٩٢
ضربات الرجلين	درجة	٢,١٢	٠,٨٣	٩,٠٠	٠,٧٥	*٢٤,٧١
حركة الذراع الأيمن	درجة	١,٨٠	٠,٨٩	٨,٦٠	٠,٨١	*٢٢,٥٣
حركة الذراع الأيسر	درجة	١,٦٤	٠,٧٤	٨,٤٨	٠,٨٦	*٢٣,١٩
حركات الذراعين	درجة	١,٧٦	٠,٩١	٨,٧٢	٠,٩٥	*٢١,٨٤
التنفس المنتظم	درجة	١,٥٦	٠,٦٧	٨,٩٢	٠,٨٢	*٢٨,٣١
سباحة الزحف على الظهر	درجة	١١,٠٨	٤,٩٥	٥٣,٠٤	٤,٨٨	*٢٤,٦٣

\* دال عند مستوى ٠,٠٥

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٠٦٤

يتضح من نتائج جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في مستوى تقدير الذات المهارية والتحصيل المعرفي والأداء المهارى في سباحة الظهر ولصالح القياسات البعدية .  
وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى فاعلية نموذج أبعاد التعلم لمارزانو والذي تم تنفيذه من خلال البرنامج التعليمى الخاص بسباحة الظهر مما ساهم فى توفير بيئة تعليمية جديدة ساعدت فى استثارة الطالبات للكشف عن المعلومة بأنفسهم من خلال تقديم المفاهيم المعرفية والمهارات الحركية وبناء وتعميق المعرفة بإستخدام الصور والرسوم التوضيحية المرتبطة بالتدرج المهارى للسباحة قيد البحث والتي أوضحت مراحل الاداء المهارى بشكل متسلسل حسب خطوات أداء المهارة وكذلك بعض الفيديوهات التعليمية لسباحة الظهر من قبل سباحين ذو مستوى عالى مما أدى إلى زيادة تعميق وإستيعاب الطالبات لمفردات التحليل الحركى لسباحة الظهر وكذلك زيادة مستوى التحصيل المعرفى لديهن وتوجيهن نحو الأداء الحركى من خلال تنفيذهن لمهام تعليمية تتطلب البحث والإستقصاء والتجريب والإستنتاج من قبل الطالبات لإستدعاء ما تم تنفيذه وعرضه فى المراحل السابقة من الوحدة التدريسية فى البرنامج للتفاعل مع الموقف التعليمى حيث أن اكتساب المعرفة وتكاملها ومساعدة الطالبات على اكتساب المعرفة الجديدة وربطها مع المعرفة السابقة يعد من أهم أسس التعلم، ويتم ذلك من خلال توظيف المعلم لإستراتيجيات تقوم على ربط التعلم الجديد بالتعلم السابق ، وتنظيمها ليصبحا معا جزءا من الذاكرة بعيدة المدى ، ويتفق هذا مع أشار إليه مارزانو (

١٩٩٢ م ) (٤٨) إلى أن تعميق المعرفة وصلها يعتمد على إيجاد المعلومة في الذاكرة ثم إعادة صياغتها وصلها بحيث تتعمق في عقل المتعلم ، كما أن إتاحة الفرصة للطالب للمشاركة في بعض الأنشطة التي تشجعهم على التعليق على المعلومات المعروضة للنقاش بحيث لا تقوم الطالب بالإصغاء العادي ، بل عليهن تطوير مهارات التعامل مع المفاهيم المختلفة وذلك عن طريق قيامهن بتحليل أجزاء سباحة الظهر وتركيبها وتقويمها من خلال المناقشة مع الآخرين ، وطرح الأسئلة المتنوعة ، أو القيام بالأعمال الكتابية ، حيث تهتم الطالبات في أنشطة بالوحدة التعليمية تجربهم على أن يستجيبوا للأفكار والآراء المطروحة ، وكيفية تطبيقها ، ضمن طرق عديدة لتلك المشاركة يساعد بدرجة كبيرة في سرعة فهم وتعلم سباحة الظهر وكذلك زيادة مستوى التحصيل المعرفي لديهن ، ويتفق هذا مع ما أوضحه مارزانو وآخرون ( ٢٠٠٠ م ) ( ٥٢) أن الفكرة الأساسية للإتجاهات الإيجابية نحو التعلم تتمثل في أن إتجاهات الطلبة وإدراكاتهم تؤثر في مقدرتهم على التعلم ، لذا فإن فعالية التعلم لا توتى ثمارها لدى المتعلم إلا بالترسيخ والتنمية للإتجاهات والإدراكات الإيجابية نحو التعلم والتي تتحقق وفق ما حدده بأمرين مناخ التعلم ، والمهام الصفية . كما يتفق مع ما ذكره كلا من ماجدة صالح ، هدى بشير (٢٠٠٥م) (٢٨) ، طلال عبدالله ، محمد خير محمود (٢٠١١م) (٢٠) أن تطبيق نموذج مارزانو لأبعاد التعلم يعمل على إيجاد بيئة تعليمية جديدة وناجحة بفكر متجدد يسهم في إكتساب الطلاب مهارات وعمليات عقلية وتنمية للتفكير من خلال تنظيم بيئة تعلم نشطة تدعم الطالب وتحثه على المناقشة والتفكير والتواصل مع الآخرين كما يعمل على بناء المواقف التعليمية التي تستثير الطالب للتساؤل والبحث والاستقصاء والتجريب للبحث عن الدقة والتوصل إلى نتائج تجعل منهم مفكرين ومنتجين وتحسن من سرعة عمليات التعلم فهي تطور مهارات التفكير المختلفة وتزيد من فهم المواد التعليمية وتكسيهم البحث عن المعرفة والحصول عليها وإكتسابها وتشجيع الطلاب على التفكير على المحاولة والخطأ والتكرار والتكامل بين المعرفة وتطبيقاتها وتوظيفها في المواقف العملية .

وترجع الباحثة وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياس القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في متغير تقدير الذات المهارية (قيد البحث ) لصالح القياس البعدي إلى مساهمة البرنامج التعليمي باستخدام نموذج أبعاد التعلم لمارزانو في إكتشاف القدرات الكامنة لدى الطالبات وإعادة صياغتها بشكل إيجابي مما أدى إلى زياده دافعية الطالبات وطموحاتهم للوصول إلى أعلى المستويات. ويتفق ذلك مع ما أشار اليه جون بريس John Price (٢٠٠٦م) (٤٢) أن مستوى أداء الرياضيين يتأثر إلى حد كبير بمدى ثقتهم في قدرتهم ومواهبهم ، فإذا لم يكن لدى اللاعب الاقتناع والاعتقاد بأنه يمتلك الموهبه في تحقيق الأداء المطلوب منه، والوصول للهدف الذي يسعى إليه، فإنه سوف لا يبذل الجهد والعمل الجادين اللذان يمكنانه من تحقيق الهدف. ويتفق ذلك مع نتائج دراسات كل من ديلي واتكنز وليمز وكورتني وديفيد وديموك ( ٢٠٠١ م ) (٤٠) ، هانت وبييل ( ٢٠٠٢ م ) (٤٢) ، دراسة طلال عبد الله الزغبى ، محمد خير محمود(٢٠١١م) (٢٠) ، دراسة إلهام رجائي عطية (٢٠١٤م) (٦) ، دراسة عثمان القحطاني (٢٠١٤م) (٢٢) ، دراسة فيحاء نايف المومنى وآخرون(٢٠١٥م) (٢٥) أن التعلم باستخدام نموذج أبعاد التعلم لمارزانو تعمل على جذب انتباه وإثارة اهتمام المتعلمين ومساعدتهم على إكتساب الخبرات والمهارات التعليمية والقدرة على حل المشكلات وجعلها باقية الأثر، ومن ثم تتحقق لديه أهدافه من التعلم.

كما ترى الباحثة هذا التحسن في مستوى تقدير الذات المهارية يرجع إلى إكتساب الطالبات المهارات اللازمة للآداء المهارى من خلال فاعلية نموذج أبعاد التعلم لمارزانو فى عملية التعلم والذى ساهم فى تنشيط وتعميق البناء المعرفى لدى الطالبات وطرح الاسئلة الاستقصائية المثيرة للتفكير من خلال مجموعات متعاونة للتشجيع على التفكير والتوصل الى حلول للأسئلة المطروحة عن كيفية الإنتقال الحركى والربط الحركى لسباحة الزحف على الظهر وتحليلها والتعرف على مفرداتها ودقة الربط وتركيب أجزاء السباحة بشكل متسلسل تتطلب القيام بأنشطة إستكشافية تعمل على جذب إنتباه الطالبات وزيادة تركيزهم وعدم شعورهم بالملل ومن ثم تطوير أفكارهم ، واتجاهاتهم لطرح الأسئلة ، والإكثار من التساؤلات ( العلمية ) لتحفيز الطالبات على تقصى المعرفة العلمية وكذلك زيادة مستوى التحصيل المعرفى لديهن ، وتطبيق عمليات التعلم ذاتياً ، وتشجيعهن لطرح مزيد من الأفكار فى حل المشكلات المعروضة عليهن ، وتوفير بيئة تعاونية ساهمت بشكل كبير فى تنمية اكتساب المعرفة والتوصل الى المعرفة الجديدة وتعميقها وصلها، والقيام بعمليات التصنيف والبحث عن أوجه التشابه والاختلاف بين أجزاء السباحة وهذا ما تشير إليه ماريا Maria ( ٢٠٠٠ م ) ( ٤٧ ) أن تقدير الذات هو شعور الفرد بالايجابيه نحو ذاته ويتمثل ذلك فى الكفاءة والقوه والاعجاب بالذات واستحقاق الحب .

ويتفق ذلك مع أشارت إليه دراسة فريمان ( ٢٠٠٣ م ) ( ٤١ ) ، دراسة نائر رشيد حسن ( ٢٠٠٥ م ) ( ١١ ) ، قامت بثينه منصور ( ٢٠٠٧ م ) ( ٩ ) ، ودراسة كانجلو ( ٢٠٠٨ م ) ( ٤٤ ) ، دراسة اصلان المساعد ( ٢٠١٤ ) ( ٥ ) ، ودراسة زينب محمد الإسكندراني ( ٢٠١٤ م ) ( ١٧ ) أن هناك أهمية لتقدير الذات وأنها تعد إدراكا واضحا لجوانب نشاط المتعلم وهى نظره واقعية لمسار عملية التعلم بهدف تصحيح الأخطاء فى الأداء البدني والمهارى ، وأن اللذين يتمتعون بالتقدير الذاتى المرتفع لديهم مستوى عالى من التحصيل المرتفع

وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول للبحث. الذى ينص على توجد فروق دالة احصائيا بين متوسط القياسات القبليه والبعديه للمجموعة التجريبية فى مستوى تقدير الذات المهارية وتعزيز بعض نواتج التعلم فى سباحةالظهر

### جدول (٩)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في مستوى تقدير الذات المهارية والتحصيل المعرفي والأداء المهارى فى سباحة الظهر

ن = ٢٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى	
		ع	م	ع	م
تقدير الذات المهارية	درجة	٨٨.٢٠	٤.١٨	١١٥.٤٥	٢.٨١٦
التحصيل المعرفى	درجة	١٣.٥٧	٠.٢٣٥	٢٢.٥٦	٤.٦٣١
الطفو والانزلاق على الظهر	درجة	٢,١٢	٠,٨٩	٨,٥٦	٠,٧٣
ضربات الرجلين	درجة	٢,٠٠	٠,٧٧	٧,٩٢	٠,٨١
حركة الذراع الأيمن	درجة	١,٧٢	٠,٨٣	٧,٨٠	٠,٨٩
حركة الذراع الأيسر	درجة	١,٦٠	٠,٧٠	٧,٦٨	٠,٨٢
حركات الذراعين	درجة	١,٦٤	٠,٨٨	٧,٨٠	٠,٩١
التنفس المنتظم	درجة	١,٤٨	٠,٦١	٧,٨٨	٠,٧٩
سباحة الزحف على الظهر	درجة	١٠,٥٦	٤,٦٨	٤٧,٦٤	٤,٩٥

\* دال عند مستوى ٠,٠٥

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٠٦٤

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة فى مستوى تقدير الذات المهارية والتحصيل المعرفى والأداء المهارى فى سباحة الزحف على الظهر ولصالح القياسات البعدية.

وترجع الباحثة هذه الفروق إلى أن الطريقة التقليدية المتبعة بإسلوب الأوامر فى التعليم والمتمثلة فى الشرح اللفظى من خلال إعطاء فكرة واضحة عن كيفية الأداء الصحيح ، وكذلك عمل نموذج لسباحة الظهر المراد تعليمها ، ثم تقديم مجموعة من التدريبات المتدرجة من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب ثم تأتى الممارسة والتكرار من جهة الطالبات ، ثم إعطاء التغذية الرجعية من جانب الباحثة وتصحيح الأخطاء أثناء ذلك قد أتاح للطالبات فرصة التعلم بصور سليمة مطابقة للأداء الفنى للمهارة ومن ثم فقد أثرت إيجابياً فى مستوى الأداء لسباحة الظهر وكذلك زيادة مستوى التحصيل المعرفى لديهن . كما أن التعليم بشكل جماعى أثار دافعية الطالبات للتنافس فيما بينهن لإبراز تفوق كل منهن على الأخرى مما جعل أداء كل من الطفو والانزلاق وضربات الرجلين وحركات الذراعين والتنفس والربط والتوافق يتم بصورة أفضل ، حيث تميزت هذه الطريقة بأن

الباحثة هي التي تتخذ القرارات ، وأن دور الطالبات هو الأداء حسب النموذج الذي يقدم أمامهن ويقومون بتقليد النموذج.

وهذا يتفق مع ما بينته ذكية إبراهيم كامل ، نوال إبراهيم شلتوت ، مرفت على خفاجة (٢٠٠٠م) (١٦) أن التدريس بإسلوب الأوامر (الشرح والنموذج) يؤدي إلى زيادة مستوى الفرد نتيجة للممارسة والأداء المتكرر والإسترجاع المباشر للمعلومات أثناء عملية التعلم . كما يتفق هذا مع ما أشار إليه محمد علاوى ، محمد نصر الدين (٢٠٠١م) (٣١) بأن شعور الفرد نحو جسمه يرتبط بثقته بنفسه وفى طريق تعامله مع البيئة المحيطة به وتمتعه بدرجة مرتفعة لتقديره لذاته كما يكون أكثر اجتماعية وألفه مع الآخرين ، كما أن الطريقة التقليدية المتبعة فى عملية التعليم والمتمثلة فى الشرح وأداء نموذج وإعطاء فكرة واضحة عن كيفية الأداء السليم وأداء نموذج للمتعلمين ثم تأتى الممارسة والتكرار من جانب الطالبات والتغذية المرتدة من جانب الباحثة وتصحيح الأخطاء أدى بدوره إلى الارتقاء بالمستوى المهارى لسباحة الظهر قيد البحث بالإضافة إلى أن التعلم بشكل جماعي أثار دافعية الطالبات للتنافس فيما بينهن لإبراز تفوق كل منهن على الأخرى مما جعلهن يؤدين المهارات بأفضل ما يمكن. وهذا يتفق مع ما ذكره أحمد يوسف سعد الدين (٢٠٠٥م) (٢) إلى أهمية الطريقة التقليدية (الشرح اللفظى والنموذج العملى) والتي لا يمكن إغفالها حيث أنها تساهم بطريقة إيجابية فى التعليم ، وكذلك ما أشار إليه محمود عبد الحليم عبد الكريم (٢٠٠٦ م (٣٤) أن أسلوب الأوامر يعد من أساليب التدريس المباشرة ويظهر فى هذا الأسلوب العلاقة المباشرة بين تنبيهات المعلم وإستجابات المتعلمين ، كما أنهم يتعلمون فى هذا الأسلوب من خلال التقليد المتكرر ، ويؤدى كل أفراد المجموعة عملاً متماثلاً وتتفق هذه النتيجة مع ما أوضحه مفتى إبراهيم (٢٠٠٢م) (٣٥) أن مستوى أداء اللاعبين يتوقف على مقدرة المدرب الرياضى اوالمعلم على الشرح الجيد للمهارة الحركية من حيث الوضع الصحيح للجسم كما أن التدريب المستمر على المهارة وتكرار الأداء وتعديله يؤدي إلى تكامل الأجزاء الصغيرة المكونة للمهارة الحركية وترابطها مما يؤثر على الجملة الحركية ككل ويسهم فى تحسين مستوى الأداء.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثانى للبحث. الذى ينص على: "توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى مستوى تقدير الذات المهارية والتحصيل المعرفى والأداء المهارى فى سباحة الظهر لصالح القياس البعدي".

## جدول (١٠)

دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى تقدير

الذات المهارية والتحصيل المعرفي والأداء المهارى فى سباحة الظهر

قيد البحث

قيمة "ت"	المجموعة الضابطة ن = ٢٥		المجموعة التجريبية ن = ٢٥		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	م	ع	م		
*٨.٨٧٩	٢.٨١٦	١١٥.٤٥	١.٣٥٧	٢٣٥.٦٤	درجة	تقدير الذات المهارية
*٩.٤١٢	٤.٦٣١	٢٢.٥٦	٣.١٤٦	٢٨.٦٤	درجة	التحصيل المعرفي
*٣,٧١	٠,٧٣	٨,٥٦	٠,٦٩	٩,٣٢	درجة	الطفو والانزلاق على الظهر
*٤,٨١	٠,٨١	٧,٩٢	٠,٧٥	٩,٠٠	درجة	ضربات الرجلين
*٣,٢٥	٠,٨٩	٧,٨٠	٠,٨١	٨,٦٠	درجة	حركة الذراع الأيمن
*٣,٢٩	٠,٨٢	٧,٦٨	٠,٨٦	٨,٤٨	درجة	حركة الذراع الأيسر
*٣,٤٢	٠,٩١	٧,٨٠	٠,٩٥	٨,٧٢	درجة	حركات الذراعين
*٤,٤٨	٠,٧٩	٧,٨٨	٠,٨٢	٨,٩٢	درجة	التنفس المنتظم
*٣,٨١	٤,٩٥	٤٧,٦٤	٤,٨٨	٥٣,٠٤	درجة	سباحة الزحف على الظهر

\* دال عند مستوى ٠,٠٥

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٠٢١

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين القياسات البعديتين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى تقدير الذات المهارية والتحصيل المعرفي والأداء المهارى فى سباحة الظهر لصالح المجموعة التجريبية .

وترجع الباحثة ذلك إلى أن الطريقة التقليدية من خلال الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي لا تراعى الفروق الفردية بين الطالبات حيث أن هناك بعض الطالبات يتعلمن بطريقة جيدة عن طريق السمع ، والبعض الآخر عن طريق البصر وبعضهم يعتمد على النشاط الحركي والبعض الآخر يعتمد على التفاعل بينه وبين زملائه أو بينه وبين المعلم بينما تطبيق نموذج أبعاد التعلم لمارزانو والذي ساهم فى تنشيط للعمليات العقلية وتوجيه الطالبات نحو القيام بالعديد من الانشطة العقلية كالتحليل والتفسير والتركيب والاستقراء للمهارات الحركية المؤداة وتوجيه الاسئلة الاستقصائية وإستكشافية ومحاولة التفكير وتنمية قدرات العقل للاجابة عليها والتي من شأنها إثارة تركيز الطالبات كل ذلك كان له دور ايجابي فى تحسين مستوى تقدير الذات المهارية وانعكس على مستوى الأداء ومستوى التحصيل المعرفي لديهن و يتفق ذلك مع ما أشار إليه مارزانو ( ١٩٩٣ م (٤٩) إلى أنه لا يكون ما تعلمه الطالبات فى مسيرتهم العلمية ذا معنى إلا إذا تم توظيف هذه المعرفة بحيث تعود عليهن بالفائدة والمنفعة وبما يمكنهم من التمييز بين ما يخدم مصالحهم وبين



ما لا يخدمها ، كما يتفق مع ما ذكره كل من إيمان حسنين ( ٢٠٠٧ م ) ( ٨ ) ويوسف قطامي ( ٢٠٠٥ م ) ( ٣٨ ) أن التعليم بإستخدام نموذج مارزانو يعد إستراتيجية تدريسية متكاملة فهو بمثابة نشاط مستمر يقوم به المتعلم فتولد لديه طاقة ذاتية تجعله مثابرا وتشجعه على الدراسة والتعلم وتنشط لديه القدرة على التفكير بنفسه واكسابه مهارات تجعله قادرا على تحليل نتائج ما قد يتوصل إليه فى سبيل الوصول إلى التعلم وحل المشكلة وإنجاز تلك المهمة ، كما يتفق مع ما قد أوضحتها فيحاء نايف ( ٢٠١٥ م ) ( ٢٥ ) أن إهمال عادات العقل يؤدي إلى تردى فى الناتج التعليمى ، لأن عادات العقل المنتجة ليست امتلاك المعلومات فحسب ، بل هى معرفة كيفية العمل عليها وإستخدامها ، مما يقود إلى إنتاج المعرفة ، ومن العادات العقلية المنتجة المقترحة من الباحثة فى البرنامج التعليمى قيد البحث والذى تم تطبيق نموذج مارزانو من خلاله هى التكامل، والاجتهاد، وحب الاستطلاع ، والإفتتاح على الأفكار الجديدة ، والتشكيك المبنى على المعرفة ، ومهارات الاستجابة الناقدة ، والتمثيل والعدالة ، والتفكير المرن .

**كما ترجع الباحثة** هذه الفروق فى تعزيز بعض نواتج تعلم سباحة الظهر من زيادة التحصيل المعرفى وتحسين مستوى الأداء المهارى إلى تأثير نموذج التعلم لمارزانو وما يحتويه البرنامج من مراحل متنوعة متمثلة فى (تنشيط الخبرات المعرفية - اكتساب المهارات الحركية- بناء وتعميق المعرفة - تنمية مهارات التفكير - تقويم الاداء ) ساعد الطالبات على تنظيم معلوماتهم وترتيبها فى أذهانهم وترسيخها بصورة جيدة مما أسهم فى تذكرها وإستدعائها ، كما أن الربط بين الجانب النظرى والجانب العملى أسهم فى رفع جانب التذكر لدى الطالبات ، والمناقشة والحوار والتفاعل المستمر بين الطالبات والباحثة وبين الطالبات أنفسهن عزز من تثبيت المعلومات لديهن مما ساهم فى عملية إسترجاعها مرة أخرى و زيادة مستوى التحصيل المعرفى لديهن مما جعله ذو فاعلية أفضل من أسلوب التعلم المتبع (التقليدى ) فى العملية التعليمية ، وهذا يتفق مع ما أشارت إليه دراسات كل من ديلى واتكنز ويليمز وكورتنيه وديفيد وديموك ( ٢٠٠١ م ) ( ٤٠ ) ، هانت وبيل ( ٢٠٠٢ م ) ( ٤٢ ) ، دراسة طلال عبد الله الزغبى ، محمد خير محمود ( ٢٠١١ م ) ( ٢٠ ) ، دراسة إلهام رجائى عطية ( ٢٠١٤ م ) ( ٦ ) ، دراسة عثمان القحطانى ( ٢٠١٤ م ) ( ٢٢ ) ، دراسة فيحاء نايف المومنى وآخرون ( ٢٠١٥ م ) ( ٢٥ ) بأن نموذج مارزانو لأبعاد التعلم بيئة تعليمية جديدة تسهم فى إكساب الطلاب مهارات وعمليات عقلية تحسن من سرعة عملية التعلم وفهم للمواد التعليمية .

**كما تعزى الباحثة** تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة فى تقدير الذات المهارية قيد البحث إلى أن نموذج أبعاد التعلم لمارزانو يتيح تقسيم الطالبات الى مجموعات متعاونة تجعل للطالبات دورا إيجابيا من خلال إدراك الطالبات لمواطن القوة والضعف في نفسها مما أدى إلى زيادة قدرتهن على تقييمهن لأدائهن المهارى وتصورهن الإيجابي لأجسامهن أثناء الأداء المهارى ومن ثم جعلهن يتمتعن بدرجة تقدير مرتفعة لذاتهن المهارية وكذلك الاجابة على الاسئلة الإستقصائية التى تثير انتباه الطالبات وتنشط العمليات العقلية لديهن وتعمق الفهم والمعرفة هذا بالإضافة إلى مشاهدتهن للصور والرسوم التوضيحية لخطوات التحليل الفنى لسباحة الزحف على البطن وفيديوهات تعليمية توضح الأداء السليم للسباحة مما ساعد الطالبات على التصور الحركى الصحيح لسباحة الظهر وساهم فى توضيحها لهن خاصة تلك التى تؤدى بسرعة ، كما تتيح للطالبات فرصه كبيرة لإستيعاب المراحل المتتابعة لأداء السباحة من خلال الرؤية الواضحة والوقت

الكافي أثناء مشاهدة أجزاء السباحة مما يساعد على الاهتمام والتركيز وفهم وإستيعاب شكل السباحة ومسار الحركة بها ويوضح لهن المراحل المختلفة والنقاط الفنية بها مما يعمل على تثبيتها ويجعل عملية التعلم سهلة وشيقة مما يكون له عظيم الأثر على تعلمهن سباحة الظهر بصورة جيدة والوصول إلى أفضل مستوى ممكن حيث يعد تقدير الذات من الأبعاد الرئيسية والذي يؤثر ويوجه سلوك الأفراد بشكل كبير سواء إلى الايجابييه او السلبييه فى التعامل مع الذات وقدراتها أو مع الاخرين ، وهذا يتفق مع ما أوضحه بلال الخطيب ( ٢٠٠٤ م ) ( ١٠ ) أن مفهوم الذات يصف الذات بدلاله الأدوار والصفات التى يمتلكها الفرد فهو لا يتضمن وصفا للذات بالإيجابييه أو السلبييه أو تقييما لها بينما تقدير الذات يعتمد على التقويم الذى يجريه الفرد على هذا الوصف للذات. كما يتفق هذا مع ما بيينه أسامة راتب ( ١٩٩٥ م ) ( ٣ ) أنه من الممكن تنمية قيمة و تقدير الذات المهارية لدى الفرد الرياضى عن طريق توفير خبرات النجاح وتجنب خبرات الفشل أثناء الأداء الرياضى والتفسير الصحيح لها ، فإتاحة الفرصة للرياضى لمعرفة مدى تقدمه يؤثر ذلك إيجابياً على جوانب النمو النفسى المتعددة ويتوقع أن يمتد هذا التأثير الايجابى فى مجالات الحياة المختلفة. كما يتفق مع ما ذكره محمد علاوى ( ٢٠٠٢ م ) ( ٣٠ ) أن مفهوم تقدير الذات المهارية لدى الفرد الرياضى يرتبط بالافتتاح الداخلى للرياضى بكفاءته أو جدارته ، ويعتبر من العوامل الهامة التى تساعد الرياضى على فهم ذاته بصورة أكثر وضوحاً وواقعية هو نجاحه فى قدرته على تقييمه لنفسه وتقديره لذاته بصورة موضوعية بعيدة عن التحيز وكذلك قدرته على نقد الذات وإدراك مواطن الضعف لديه . بينما لا تمكن الطريقة التقليدية - الشرح اللفظى وأداء النموذج العملى - بعض الطالبات من متابعة الشرح ومن ثم صعوبة فهم المطلوب منهم ، كما أن هناك من لا يستطيعون رؤية نموذج المهارة بشكل سليم من زوايا مختلفة وبالتالي لا تتضح لهم النواحي الفنية لأداء المهارة بصورة صحيحة ، كما يتفق مع ما أضحه وجيه محجوب ( ٢٠٠١م ) ( ٣٦ ) إلى أن المهارة المتعلمة هى أقل عرضة للفقدان عن طريق تغيير الظروف، وكذلك ما ذكره عبد الحميد شرف ( ٢٠٠٠م ) ( ٢١ ) أن إستخدام وسائل التعلم التكنولوجية المختلفة من ( الصورة - الحركة - الصوت - الفيديو - الحاسوب) فى العملية التعليمية يمكنها من توصيل المعلومة أو الرسالة بصورة أفضل وأسرع للمتعلم وتساعد على تثبيت الخبرات التعليمية لديه وفى نفس الوقت تزيد من فاعلية العملية التعليمية وتجعلها أكثر تشويقاً وبالتالي تحقق الأهداف التعليمية المرجوه ، كما يتفق مع ما أشارليه مارزانو ( ١٩٩٢ م ) ( ٤٨ ) أن التقويم فى نموذج مارزانو يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالوحدة التعليمية وليس من الضروري أفراد كل وحدة تعليمية بقياس كل بعد من أبعاد التعلم ، وهذا ما يتفق مع دراسة دراسة فريمان ( ٢٠٠٣ م ) ( ٤١ ) ، دراسة ثائر رشيد حسن ( ٢٠٠٥ م ) ( ١١ ) ، قامت بئينه منصور ( ٢٠٠٧ م ) ( ٩ ) ، ودراسة كانجلو ( ٢٠٠٨ م ) ( ٤٤ ) ، دراسة اصلان المساعيد ( ٢٠١٤ ) ( ٥ ) ، ودراسة زينب محمد الإسكندراني ( ٢٠١٤ م ) ( ١٧ ) على أن إدراك الفرد لمواطن القوة والضعف فى نفسه أدى إلى زيادة قدرته على تقييمه لأدائه المهارى وتصوره الإيجابي لجسمه أثناء الأداء المهارى ومن ثم جعله يتمتع بدرجة تقدير مرتفعة لذاته المهارية .

وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الثالث.الذى ينص على: "توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى مستوى تقدير الذات المهارية والتحصيل المعرفى والأداء المهارى فى سباحة الظهر لصالح المجموعة التجريبية".

الاستخلاصات والتوصيات :

أولاً: الاستخلاصات :

فى ضوء أهداف البحث وفروضه وفى حدود عينة البحث واستنادا إلى المعالجات الإحصائية وما أشارت إليه من نتائج أمكن استخلاص الآتى :

١- تأثير نموذج أبعاد التعلم لمارزانو فى تطوير مستوى تقدير الذات المهارية فى سباحة الظهر للمجموعة التجريبية .

٢- تأثير نموذج أبعاد التعلم لمارزانو فى تعزيز بعض نواتج التعلم فى سباحة الظهر للمجموعة التجريبية .

٣- الأسلوب التقليدى (الشرح اللفظى وأداء النموذج العملي) له تأثير ايجابى فى مستوى تقدير الذات المهارية فى سباحة الظهر للمجموعة الضابطة .

٤- الأسلوب التقليدى (الشرح اللفظى وأداء النموذج العملي) له تأثير ايجابى فى تعزيز نواتج التعلم فى سباحة الظهر للمجموعة الضابطة.

٥- ساهم نموذج أبعاد التعلم لمارزانو بصورة أكثر ايجابية من الأسلوب التقليدى فى تطوير مستوى تقدير الذات المهارية وتعزيز بعض نواتج التعلم فى سباحة الظهر .

٦- مقياس تقدير الذات المهارية الذى أعدته الباحثة له معاملات صدق وثبات عالية ويصلح لقياس مستوى تقدير الذات المهارية لطالبات الفرقة الأولى فى سباحة الظهر على وجه الخصوص .

التوصيات:

١- استخدام نموذج أبعاد التعلم لمارزانو فى تعليم أنواع السباحة الأخرى بكليات التربية الرياضية .

- ٢- إستخدام مقياس تقدير الذات المهارية الذى أعدته الباحثة في قياس مستوى تقدير الذات المهارية فى سباحة الظهر بكليات التربية الرياضية .
- ٣- إدراج نموذج أبعاد التعلم لمارزانو ضمن محتوى مقرر طرق التدريس بكليات التربية الرياضية .
- ٤- الاهتمام بمواكبة الأساليب الحديثة فى تدريس مقررات التربية الرياضية بصفة عامة ومقرر السباحة بصفة خاصة.
- ٥- تدريب القائمين بالتعليم على كيفية بناء برامج أبعاد التعلم لمارزانو فى المقررات الدراسية المختلفة سواء العملية أو النظرية .
- ٦- إجراء دراسات مماثلة بإستخدام أساليب جديدة مبتكرة على طالبات كليات التربية الرياضية

### المراجع العربية والأجنبية:

#### أولاً: المراجع العربية:

- ١- أبو العلا أحمد عبد الفتاح ١٩٩٤ م : تدريب السباحة للمستويات العليا، دار الفكر العربى، القاهرة .
- ٢- أحمد يوسف سعد الدين ٢٠٠٥ : تأثير استخدام الوسائل الفائقة على تعليم سباحة الصدر للأطفال المبتدئين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان .
- ٣- أسامة كامل راتب ١٩٩٥ م : " علم النفس الرياضى "، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٤- أسماء محمد سالم العمارى ٢٠١١ م : أثر إستخدام كل من التعليم الشكلى والإدراكى على إكتساب الأداء الجيد فى سباحة الزحف على البطن للمبتدئين ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية .
- ٥- اصلان المساعيد ٢٠١٤ م : " تقدير الذات وعلاقته بدافعيه التعلم لدى طلاب كليه العلوم التربويه في جامعه ال البيت في ضوء بعض المتغيرات " مجله المناره للبحوث والدراسات - الاردن .
- ٦- إلهام رجائى عطية ٢٠١٤ م : " فاعلية توظيف برنامج الكورت فى تنمية أبعاد التعلم لمارزانو فى مادة العلوم لدى طالبات الصف السابع الاساسى " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة الزهر ، غزة .

- ٧- إيمان حسنين محمد ٢٠٠٧ م : " فاعلية نموذج أبعاد التعلم فى تنمية مهارات التفكير لدى طلاب المرحلة الثانوية فى مادة علم الاجتماع ، مجلة القراءة والمعرفة ، مصر .
- ٨- بشينه منصور ٢٠٠٧ م : " تقدير الذات وعلاقته بمركز السيطرة " مجله كليه الاداب العدد ٧٩ جامعه بغداد - العراق .
- ٩- بلال الخطيب ( ٢٠٠٤ ) : معايير تقدير الذات للاعمار ١٣ - ١٧ سنة علي مقياس مطور للبيئة الاردنيه ، رساله دكتوراه غير منشوره ، جامعه الاردنيه ، عمان - الاردن .
- ١٠- ثائر رشيد حسن ٢٠٠٥ م : تقدير الذات البدنية والمهارية وعلاقته بدقة أداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة ، مجلة التربية الرياضية ، المجلد الرابع عشر ، العدد الثاني ، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى .
- ١١- حمدى فايد عبد العزيز ٢٠٠٣ م : " تقويم مراحل الأداء التعليمية بفصول تعليم السباحة بمركز خدمة البيئة وتنمية المجتمع بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ،
- ١٢- خالد محمد سليمان كردى ٢٠١٠ م : تأثير برنامج مقترح باستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية على تعلم سباحة الزحف على البطن لدى طلاب كلية التربية البدنية والرياضية بجامعة الحديدة-الجمهورية اليمنية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة أسيوط ، كلية التربية الرياضية .
- ١٣- رضا محمد ابراهيم سالم ٢٠١٤ م : فاعلية استخدام الصور فائقة التداخل المدعمة بالإشارات فى تعلم سباحة الزحف على الظهر للصم البكم ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق
- ١٤- ذكية إبراهيم كامل ، نوال إبراهيم شلتوت ، مرفت على خفاجة ٢٠٠٠ م : " أساسيات في تدريس التربية الرياضية " ، مطبعة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية .
- ١٥- زينب محمد الإسكندراني ٢٠١٤ م : بناء مقياس لتقدير الذات المهارية في التعبير الحركي الحديث ، المؤتمر العلمي الأول لقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركي " استراتيجيات التطوير وجودة الأداء رؤية مستقبلية " ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة الزقازيق .
- ١٦- سعد عبد الجليل محمد يوسف ٢٠٠٦ م : تأثير إستخدام أسلوبى التعلم التعاونى والإتقان على الجانب المعرفى والمهارى لسباحة الزحف على البطن لطلبة قسم التربية الرياضية ، جامعة الأزهر ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة طنطا ، كلية التربية الرياضية .
- ١٧- شيرين يحيى زكريا المهدي ٢٠٠٥ م : تأثير إستخدام كل من الأسلوب التعاونى والتنافسى على جوانب التعلم لرياضة السباحة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة المنوفية ، كلية التربية الرياضية بمدينة السادات .
- ١٨- طلال عبد الله الزغبى ، محمد خير محمود السلامات ٢٠١١ م : " اثر إستخدام إستراتيجية مبنية على نموذج مارزانو لأبعاد التعلم لطلبة المرحلة الأساسية العليا فى منطقة

- السلط فى تحصيلهم للمفاهيم الفيزيائية وتنمية مهارات التفكير الناقد واتجاهاتهم نحو الفيزياء ، المجلة التربوية ، العدد ٩٨ ، المجلد ٢٥ .
- ١٩- عبد الحميد شرف ٢٠٠٠ م : تكنولوجيا التعليم فى التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة .
- ٢٠- عثمان على القحطانى ٢٠١٤ م : " فاعلية برنامج إثرائى قائم على نموذج أبعاد التعلم لمارزانو لمادة الجبر فى تنمية عادات العقل المنتج لدى الطلاب المتفوقين فى الصف الثانى متوسط بالمملكة العربية السعودية " ، بحث منشور ، المجلة العربية لتطوير التفوق ، العدد الثامن ، المجلد الخامس .
- ٢١- عزة كمال بدر عبد العال ٢٠١٢ م : " تأثير برنامج تعليمى باستخدام التمرينات الغرضية على مستوى أداء سباحة الزحف على البطن" ، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط .
- ٢٢- عصام حلمى ٢٠٠٠ م : تاريخ وتعليم التكنيك الحديث فى السباحة، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- ٢٣- فيحاء نايف المومنى وآخرون ٢٠١٥ م : " أثر نماذج التخطيط القائمة على نموذج أبعاد التعلم لمارزانو فى الاستيعاب المفاهيمى للمفاهيم العلمية لدى طالبات الصف الثامن الاساسى فى الاردن" ، بحث منشور ، كلية العلوم الربوية ، المجلد ٤٢ ، العدد الأول ، جامعة اليرموك .
- ٢٤- ماجدة صالح ، هدى بشير ٢٠٠٥ : "استخدام نموذج أبعاد التعلم فى تنمية المهارات والمفاهيم المرتبطة ببعض الخبرات التعليمية المتطلبة لطفل الروضة " ، مجلة دراسات فى المناهج وطرق التدريس ، العدد ١٠٧
- ٢٥- مایسة محمد عفيفى ٢٠٠٦م: "فاعلية استخدام الهيبرميديا على تعلم سباحة الزحف على الظهر للطالبات المبتدئات"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق.
- ٢٦- ماشى بن محمد الشمري ٢٠١١م: "١٠١ إستراتيجية فى التعلم النشط"، الإدارة العامة للتربية والتعليم بمنطقة حائل (بنين)، المملكة العربية السعودية.
- ٢٧- محمد حسن علاوى ١٩٩٨ م : موسوعة الإختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ٢٨- محمد حسن علاوى ٢٠٠٢ م : " علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية " ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٢٩- محمد حسن علاوى ، محمد نصر الدين رضوان ٢٠٠١ م : " اختبارات الأداء الحركى " ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٣٠- محمد حسن علاوى ، محمد نصر الدين رضوان ٢٠٠١ م : الإختبارات المهارية والنفسية فى المجال الرياضي ، دار الفكر العربى ، القاهرة .

٣١- محمد على أحمد القط ٢٠٠٠ م : السباحة بين النظرية والتطبيق ، مكتب العيزي للكمبيوتر، الزقازيق .

٣٢- محمود عبد الحليم عبد الكريم ٢٠٠٦ م : ديناميكية تدريس التربية الرياضية ، مركز الكتاب ، القاهرة .

٣٣-مفتى إبراهيم حماد ٢٠٠٢ م : "التدريب الرياضى التربوى"،مؤسسة المختار للنشر والتوزيع، القاهرة .

٣٤- وجيه محجوب جاسم (٢٠٠١م) : نظريات الاكتساب والتطور الحركى ، عمان ، دار وائل للطباعة والنشر، الاردن.

٣٥- وفيقة مصطفى سالم ١٩٩٧ م : الرياضات المائية أهدافها - طرق تدريسها - تدريبها - أساليب تقويمها ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .

٣٦- يوسف محمود قطامى ، أميمة محمد عمور ٢٠٠٥ م : عادات العقل والتفكير النظرية والتطبيق ، دار الفكر ، عمان ، الأردن .

ثانيا : المراجع الأجنبية:

37- Crowley's . 2004 : learn to swim simplicity way . swimming technique , vol. 41 . no. 2, July / September.

38- Daley, B. J., Watkins, K., Williams, S. W., Courtenay, B., Davis, M., & Dymock, D. (2001). Exploring in a technology-enhanced environment. Educational Technology & Society, 4(3), 126- 138 .  
[http://www.ifets.massey.ac.nz/periodical/vol\\_3\\_2001/daley.html](http://www.ifets.massey.ac.nz/periodical/vol_3_2001/daley.html)

39- Frieman, S. 2003 : The relationship between anxiety and self perceived Competence in children, Dissertation Abstracts, 63(9), 497-A .

40- Hant, E. & Bell, S. 2002 : The effect on achievement and attitude of standard tex book consistent with learning model. "Diss. ABS .Int., vol (74),No(10),3690 .

41-John C. Price 2006 : Martial Arts and Cognitive Psychology: Toward Further Research in the Cognitive Aspects of Martial Arts Capella University.

42-Kanuoglou 2008 : Achievement in Physucal education and eslfconcept of Greet students in grades 5 nd 6;Percebt Mot skills 2008 Aug;107(1):65-9.

43-Keivin Juba 2001 : S58imming for fitness, Black, London .

- 44–Maglisho, E.W 1993 : Swimming even faster , May field publishing company, California .
- 45–Maria, K. and Harnish, D.L, (2000): Self –Esteem in children, British Journal of Education Psychology, pp229–242, (70)
- 46– Marzano, R. 1992 : A Different Kind of Classroom:Teaching with Dimensions of Learning. Alexandria,VA : Association for Supervision and Curriculum Development,(ERIC), ED 350 086.
- 47– Marzano, R.et.el. 1993 : Integrating Instructional Programs through Dimensions of Learning. Educational Leadership. 47 (5), 68– 103.
- 48– Marzano,R. 2006 : Transforming class room grading Alexandria ,VA:ASC.
- 49– Marzano , R., and Kendal , J. (1995), The systematic Identification and Articulation of Content Standards and Benchmarks. Aurora, Colorado: Mid–Continent Regional Educational Lab,(ERIC),ED 403 308.
- 50– Marzano, Robert J; Pickering, Debra J 2000 : A different kind of classroom: Teaching with dimensions of learning, translated by Jaber Abdel Hamid, Safa Alasr, and Nadia Sharif. Cairo, Dar Kebaa for printing, publishing, and distribution.
- 51– Marzano, R., Pickering, D., and McTighe, J. (1993), Assessing student outcomes: performanceassessment using the Dimensions of Learning model.Alexandria Va: Association for Supervision and Curriculum Development, (ERIC), ED 461 665.