فعالية برنامج تعليمي بإستخدام الهيبرميديا علي تعلم سباحة الزعانف لدى للمبتدئين

دكتور/ احمد حمدى فتحى محمد
مدرس بكلية التربية الرياضية
جامعة الزقازيق

أولا : المقدمة

تعتبر تكنولوجيا التعليم أحد أهم التطبيقات الحديثة المستخدمة لتطوير التعليم في مجالاته ومراحله المختلفة وتهدف تكنولوجيا التعليم إلي إعداد المعلم الكفء وتدريبه على أستخدام الأجهزة والآلات الحديثة أستخداماً صحيحاً بالإضافة إلي تزويده بالمعلومات الشاملة لجميع عناصر العملية التعليمية من أهداف ومحتوي وطرق وأستراتيجيات تدريس ووسائل تعليمية وطرق التقويم، كما تتيح للمتعلم أفضل أساليب طرق الحصول على المعرفة فتكنولوجيا التعليم تعتمد على التفكير وتسير في مراحل منظمة يعيشها كل متعلم أثناء سعيه إلي الحصول على المعرفة وأكتساب خبرات جديدة ترفع من شأنه وتنمي ذاته.
(25 : 14)

ويشير ضياء **زاهر وكمال أسكندر (2004م)** إن التكنولوجيا ومستحدثاتها لها من الإمكانات ما يسمح بتطوير أساليب ومحتوى وأدوات التعليم والتدريب، وتحرير نظم التعليم والتدريب من سيطرة الآليات التقليدية عليها إلى الأنفتاح على تحقيق أهدافها النوعية والكمية معاً، خاصة إذا تحقق الألتحام بين التعليم والتدريب بإنسانيتهما والتكنولوجيا بآلياتها المتطورة. (49 : 9)

تكنولوجيا التعليم

مفهوم تكنولوجيا التعليم:

لقد شاع في الآونة الأخيرة أستخدام مصطلح التكنولوجيا في كافة الأوساط الأكاديمية والشعبية، وقد عرف هذا المصطلح في كثير من المصادر العربية بلفظ "التقنية" إلا أن كلمة تكنولوجيا Technology مركبة من مقطعين هما Techno وهى كلمة يونانية وتعنى حرفة أو صنعة، والمقطع الآخر هو Logy ويعنى علم ، وعلى هذا يكون المعنى الإجمالي الذى يمكن إستخلاصه من ذلك هو "علم الحرفة " أو "علم الصنعة " ولذلك فإن مصطلح " التكنولوجيا " أو " التقنية " يشير إلى العلم الذى يهتم بتحسين الأداء وإتقانه في أثناء الممارسة أو التطبيق العملي. (67 : 26)

ويشير **ميشل اريل Micelle Arail (2004م)** أن الهيبرميديا تعد من أكثر التقنيات التعليمية تطوراً فهي تتضمن دمج أشكال متنوعة من الوسائل التي يمكن التحكم بها من خلال الحاسب الآلي، والميزة الأساسية لهذه التكنولوجيا هي الدرجة العالية لتفاعل المتعلم مع مصادر عديـدة للمعلومات، أن الهيبرميديا أو الوسائل الفائقة تشير إلى النموذج النظري الذى تقوم عليه الوسائط المتعددة فالهيبرميديا إحدى طرق التصميم في برامج الوسائط المتعددة وهى عبارة عن كتلة من المعلومات تتضمن النص بالإضافة إلى المواد الصوتية والمرئية. (5 : 32)

ثانيا : مشكلة البحث:

لقد أحدثت التطورات التقنية الأخيرة تغييرا في كثير من المفاهيم التربوية السائدة وبناء المناهج الدراسية والبرامج التعليمية ، بل ظهر من ينادى بمراجعة الشكل القائم للعملية التعليمية في ظل وجود نظم المعلومات السريعة، ونظم الاتصال عبر الأقمار الصناعية، والمالتيميديا والهيبرميديا، والصفوف والمعامل الأفتراضية وما إلى ذلك من مفاهيم تقنية جديدة، وضرورة الأستفادة من الإمكانات التي تتيحها تكنولوجيا التعليم وأستخدامها بطريقة منهجيه منظمة في تصميم بيئات تعليمية مختلفة وفعالة في عملية تعليم المهارات الحركية المختلفة في الأنشطة الرياضية المختلفة وتصميمها بطريقة تتمشى مع حاجات المتعلمين وخصائصهم. (15 : 18)

ومما لاشك فيه أن السباحة من الأنشطة المفضلة لدي معظم أفراد المجتمع، ويعتبر الهدف الأساسي للسباحة هو أن يقطع السباح مسافات محددة في أقل زمن ممكن، ولتحقيق هذا الهدف فإنه لا سبيل لذلك إلا بأداء جيد يتفق مع المبادئ الفنية والتشريحية وكذلك التعليم والتدريب المنتظم علي أسس علمية سلمية مع تصحيح ما قد يطرأ من أخطاء تعوق الأداء الفني السليم. (1 : 86)

ويشير **محمد حسين (2009م)** أن البرامج التعليمية في السباحة في المجال التربوي أو التعليمي تعتمد على الطريقة المباشرة التقليدية والتي يقوم فيها المعلم بشرح المهارة المتضمنة في المناهج وعرضها من خلال نموذج أو أحد المتعلمين المتميزين في الأداء أما تدريس الجانب النظري فإنه يعتمد على الإلقاء والتلقين والحفظ وبالرغم من وجود بعض المزايا في هذه الطريق إلا أنها تحد من دور المتعلم وتفاعله داخل الوحدة التعليمية وبالتالي لا يؤدى الغرض المنشود في تحقيق الأهداف التربوية والمعرفية والمهارية والوجدانية وتحقيق التعلم الفعال المرجو من هذه البرامج . (19 : 55)

ومن خلال خبرة الباحث في مجال تعليم السباحة لاحظ أن الأساليب المستخدمة في تعلم سباحه الزعانف المزدوجة للمبتدئين تؤدي الي عدم وصول المبتدئين الى المستوى المهارى المطلوب بالرغم من الجهد المبذول مع هؤلاء المبتدئين ، وقد افترضت هذه الأساليب في المبتدئين تساويهم في المستوي المهاري ، كما تعتمد علي مصدر واحد للمعرفة وهو الشرح من جانب المعلم يتبعه عرض النموذج حيث أن بعض المبتدئين لا يستطيعون رؤيه النموذج بشكل واضح من زوايا مختلفة وبالتالي لا يتضح لهم النواحي الفنية بصورة سليمة ويكون دورهم هو الاستماع وأداء ما يلقى عليهم من المعلم دون أدني مشاركة فعلية للمبتدئين ، وقد يكون هذا النموذج خاطئا مما يؤدى الى انتقال الأداء المهاري بصورة سلبية مما يصعب معه تصحيح الاخطاء في المرحلة التدريبية التالية.

ولذا فإن البحث الحالي هو محاولة لتجريب تقنية جديدة من التقنيات التكنولوجية الحديثة والتي يمكن من خلالها تقديم محتوى برنامج تعليمي باستخدام الحاسب الألي يعمل علي دمج الفيديو والنصوص المكتوبة والمؤثرات الصوتية والرسومات الخطية والصور الثابتة والمتحركة لكل مرحلة من مراحل تعلم سباحة الزعانف المزدوجة وصولاً الي التعليم الأمثل بأسلوب جديد يغلب عليه عامل الجاذبية والتشويق والإثارة وتقديم تصور ذهني كامل للمهارة للمتعلمين مما يساعد علي سرعة التعلم ، وذلك من خلال بناء وتصميم وإنتاج برمجية كمبيوتر تعليمية معدة بتقنية الوسائط الفائقة (الهيبرميديا) ومعرفة تأثيرها على تعلم سباحة الزعانف المزدوجة للمبتدئين .

رابعا : هدف البحث.

يهدف البحث إلى تصميم برنامج تعليمي بإستخدام الوسائط الفائقة علي تعلم سباحة الزعانف المزدوجة للمبتدئين.

خامسا : فروض البحث.

في ضوء أهداف البحث يضع الباحث الفروض التالية:

1- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية ولصالح القياسات البعدية في تعلم سباحة الزعانف المزدوجة للمبتدئين.

2- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة ولصالح القياسات البعدية في تعلم سباحة الزعانف المزدوجة للمبتدئين.

3- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية في تعلم سباحة الزعانف المزدوجة للمبتدئين.

مصطلحات البحث:

1- الهايبرميديا Hypermedia:

هذا المصطلح يعبر عن ظاهره تقنيه جديده تسمح للمتعلم بالتحكم والاقتراب من العديد من الوسائل بواسطه الحاسب الالى وتزويد المتعلم ببيئه تعليميه مشبعه بالوسائط التعليميه التى تساعد على توحيد اشكال المعلومات من مصادر متنوعه فى نظام واحد ،وهو ذالك النظام الذى يمكن التحكم فيه بواسطه الحاسوب ويتضمن هذا النظام العديد من الوسائط مثل الصور المتحركه والتسجيلات الصوتيه والبيانات الرقميه والافلام والصور الفتوغرافيه واشرطه الفيديو لمساعده المتعلم على انجاز الاهداف المتوقعه منه عندما يتوصل الى المعلومات التى يحتاج اليها من خلال التدريب الذاتى. (33)

2- تكنولوجيا التعليم Instructional Teachlogy:

هو تنظيم متكامل بضم العناصر التاليه (الانسان، الاله، الافكار، الاراء، اساليب العمل والاداره) بحيث تعمل جميعها داخل اطار واحد. (35-6)

3- سباحة الزعانف:

تعد سباحة الزعانف المزدوجة أقرب ما يكون لشكل واسلوب أداء سباحة الزحف علي البطن ولكن بواسطة إرتداء زعانف مزدوجة في القدمين. (34)

4- المبتدئ:

الفرد الذى يمارس نوع من معين من أنواع الأنشطة الرياضية وليس له خبرة سابقة بممارسة هذا النشاط .

الدراسات السابقة:

1- قام **هانى احمد (2012م) (28) بدراسة بعنوان " تأثير إستخدام الهيبرميديا على تعلم بعض مهارات كرة اليد لتلاميذ المدارس الإعدادية الرياضية "** هدفت الدراسة إلى محاولة تصميم برنامج تعليمي معد بأسلوب الهيبرميديا للتعرف على تأثير استخدام الهيبرميديا على تعلم بعض مهارات كرة اليد لتلاميذ المدارس الإعدادية الرياضية، شارك فالدراسة 36 تلميذ تم أستخدام المنهج التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة، وكانت أهم النتائج أن برمجية الكمبيوتر التعليمية المعدة بأسلوب الهيبرميديا كانت أكثر تأثيرا على مستوى تعلم مهارات كرة اليد قيد البحث من الطريقة التقليدية المتبعة ..

2- قام **طارق مصطفى (2015م) (12) بدراسة بعنوان " تأثير أستخدام الوسائط الفائقة على جوانب تعلم بعض المهارات الاساسية في رياضة كرة القدم لطلاب كلية التربية الرياضية بجامعة الازهر"**.هدفت الدراسة إلى تصميم برمجية تعليمية بأستخدام أسلوب الوسائط الفائقة (الهيبرميديا) ومعرفة تأثيرها علي مستوى التحصيل المعرفي للمعلومات المرتبطة ببعض مهارات كرة القدم قيد البحث، شارك فالدراسة 100 طالب تم أستخدام المنهج التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة، وكانت أهم النتائج توجد فروق دالة احصائية بين متوسطي القياسين البعديين لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في مستوي التحصيل المعرفي لبعض المهارات الأساسية في رياضة كرة القدم قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية.

3- قام **طاهر حسن (2015م) (13) بدراسة بعنوان " فاعلية منظومة تعليمية مبرمجة مقترحة بأسلوب الهيبرميديا على التحصيل المعرفي والمهارى فى الكرة الطائرة لطلبه التربية البدنية والرياضة "** هدفت الدراسة الى اعداد منظومة تعليمية مبرمجة مقترحة بأسلوب الهيبرميديا والتعرف علي تأثيرها على التحصيل المعرفي والمهارى فى الكرة الطائرة لطلبه التربية البدنية والرياضة، شارك فالدراسة 30 طالب تم استخدام المنهج التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة، وكانت اهم النتائج فاعلية المنظومة التعليمية المبرمجة التجريبية المقترحة في التحصيل المعرفي والمهارى في الكرة الطائرة لطلبه التربية البدنية والرياضة.

4- **قام أحمد محمد (2017م) (4) بدراسة بعنوان " تأثير أستخدام الوسائط فائقة التداخل علي تعلم مسابقة دفع الجلة لتلاميذ المرحلة الإعدادية "** هدفت الدراسة الى بناء وتصميم برمجية تعليمية تحتوي علي مسابقة دفع الجلة بإستخدام الوسائط الفائقة لتلاميذ الصف الثالث الإعدادي، شارك فالدراسة 34 تلميذ تم استدام المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث، وكانت اهم النتائج استخدام البرنامج التعليمي باستخدام البرمجية التعليمية المعدة بتقنية الوسائط الفائقة أظهر تأثيراً إيجابياً على تعلم مراحل الأداء والمستوي الرقمي لمسابقة دفع الجلة لتلاميذ الصف الثالث الإعدادي.

إجراءات البحث.

أولا : منهج البحث.

أستخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك لملائمته لطبيعة هذا البحث، وقد أستعان بالتصميم التجريبي لمجموعتين أحداهما تجريبية والأخرى ضابطة.

ثانيا : مجتمع وعينة البحث.

يمثل مجتمع البحث المبتدئين في سباحة الزعانف المزدوجة بنادى الشرقية الرياضى للعام 2019م، حيث بلغ عددهم (40) مبتدئ، وقام الباحث بأختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من المبتدئين في سباحة الزعانف المزدوجة بنادى الشرقية الرياضى في المرحلة السنية (11 : 14) سنة، حيث بلغ عدد العينة الأساسية (30) مبتدئ وقد تم تقسيمهم إلي مجموعتين أحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل مجموعة (15) مبتدئ، بالإضافة إلى عينة الدراسة الاستطلاعية وعددهم (10) مبتدئين من نفس مجتمع البحث، ليصبح إجمالي العينة الكلية (40) مبتدئ (العينة الأساسية، العينة الأستطلاعية)، وجدول (1) يوضح **توصيف عينة البحث.**

أسباب اختيار العينة.

- يسهل علي الباحث تطبيق البحث لتواجد عينة البحث في حمام السباحة كما أن لديهم خبرات تمكنهم من إستخدام الحاسب الآلي والتعامل معه.
- الفهم الواعي من إدارة النادي لموضوع البحث وتيسير الإجراءات المختلفة وخاصة أثناء تطبيق البرنامج التعليمي بتقنية الوسائط الفائقة وأثناء إجراء قياسات البحث.

جدول (1)
توصيف عينة البحث

مجتمع البحث		عينة الدراسة الأساسية				عينة الدراسة الاستطلاعية	
		المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة			
العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%
40	100	15	20.51	15	20.51	10	15.30

- تجانس عينة البحث في المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث:
- تم حساب معامل الألتواء بدلالة كل من المتوسط الحسابى والوسيط والأنحراف المعيارى لعينة البحث في المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث، والجدول رقم (2) يوضح ذلك.

جدول (2)
التوصيف الإحصائى للعينة الكلية في المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث
ن= (40)

م	المتغيرات			وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	العمر الزمني			سنة	12.24	12.35	0.36	0.92-
2	ارتفاع الجسم			سم	153.61	152.5	4.28	0.78
3	وزن الجسم			كجم	53.6	52.5	3.94	0.84
4	القوة العضلية للرجلين والظهر		قوة الرجلين	كجم	47.78	49.00	12.77	0.29-
			قوة الظهر	كجم	60.55	62.00	11.96	0.36-
5	مرونة مفصل القدم	القدم اليمنى	اماماً	درجة	55.55	52.50	7.54	1.21
			خلفاً	درجة	26.08	23.00	8.42	1.10
			يمين	درجة	60.35	58.50	11.05	0.50
			شمال	درجة	67.73	69.50	9.94	0.53-
		القدم اليسرى	اماماً	درجة	64.10	65.00	7.43	0.36-
			خلفاً	درجة	21.93	21.50	5.12	0.25
			يمين	درجة	64.43	61.00	11.10	0.93
			شمال	درجة	57.68	59.50	9.72	0.56-
6	ثني الجذع للأمام من الجلوس			سم	8.14	8	0.54	0.78
7	الجري الزجزاجى 3×4.75م			ثانية	11.75	11.45	0.87	1.02
8	ثنى الذراعين كاملا من الانبطاح			عدد	18.82	18	2.62	0.64
9	غطسة البدء			درجة	4.37	4.5	0.43	0.91-
10	ضربات الرجلين			درجة	4.69	4.5	0.56	1.02
11	حركة الذراعين			درجة	4.95	4.75	0.82	0.72
12	التنفس			درجة	4.58	4.75	0.75	0.68-
13	التوافق			درجة	3.69	3.50	0.6	0.95

يتضح من جدول (2) أن قيم معاملات الألتواء لأفراد عينة البحث الكلية قد تراوحت بين (- 0.91 : 1.02) وقد أنحصرت هذه القيم ما بين (± 3) ، مما يشير إلى أعتدالية توزيع العينة في متغيرات النمو والأختبارات البدنية ومستوى الأداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة.

التكافؤ بين مجموعتي البحث:

قام الباحث بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) بحساب دلالة الفروق في متغيرات النمو، والاختبارات البدنية، ومستوى الاداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة، كما يتضح في جدول (3).

جدول (3)
دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات النمو والمتغيرات البدنية ومستوى الاداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة

م	المتغيرات			وحدة القياس	المجموعة التجريبية ن = 10		المجموعة الضابطة ن = 10		قيمة (ت) المحسوبة
					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	العمر الزمني			سنة	12.17	0.32	12.31	0.39	0.81-
2	ارتفاع الجسم			سم	154.27	4.61	152.79	4.17	0.73
3	وزن الجسم			كجم	52.75	3.19	53.86	3.95	0.68-
4	القوة	قوة الرجلين		كجم	47.85	14.31	47.70	3.53	0.07
5		قوة الظهر		كجم	60.30	9.39	60.80	3.98	0.21
	مرونة مفصل القدم	القدم اليمنى	اماماً	درجة	55.45	8.69	55.56	2.98	0.05
			خلفاً	درجة	25.25	8.06	26.90	3.09	0.83
			يمين	درجة	60.65	10.85	60.05	2.84	0.23
			شمال	درجة	67.80	8.38	67.65	2.98	0.07
		القدم اليسرى	اماماً	درجة	64.15	8.62	64.05	2.76	0.05
			خلفاً	درجة	21.75	4.98	22.10	2.95	0.26
			يمين	درجة	64.60	11.98	64.25	2.61	0.12
			شمال	درجة	57.70	12.05	57.65	3.00	0.02
			اماماً	درجة	55.45	8.69	55.56	2.98	0.05
6	ثني الجذع للأمام من الجلوس			سم	8.27	0.59	8.09	0.51	0.73
7	الجري الزجزاجى 3×4.75م			ثانية	11.53	0.74	11.86	0.92	0.87
8	ثنى الذراعين كاملا من الانبطاح المائل			عدد	18.41	2.38	18.20	2.84	0.68
9	غطسة البدء			درجة	4.46	0.47	4.31	0.39	0.83
10	ضربات الرجلين			درجة	4.61	0.52	4.79	0.67	0.66
11	حركة الذراعين			درجة	5.12	0.8	4.8	0.74	0.87
12	التنفس			درجة	4.45	0.71	4.78	0.87	0.92
13	التوافق			درجة	3.79	0.68	3.58	0.53	0.87

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05 ودرجات حرية 18 = 2.101

يتضح من جدول (3) عدم وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى 0.05 بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات النمو والأختبارات البدنية ومستوى الاداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة ، مما يشير إلي تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.

وسائل وأدوات وأجهزة جمع البيانات:

أستمارات جمع البيانات:

قام الباحث بتصميم الأستمارات التالية لتسجيل البيانات الخاصة بعينة البحث :

1-أستمارة تسجيل القياسات في متغيرات النمو الأساسية (أرتفاع الجسم- وزن الجسم- العمر الزمني مرفق (5)

2- أستمارة تسجيل قياسات المبتدئين في الأختبارات البدنية. مرفق (5)

3- أستمارة تسجيل قياسات المبتدئين في مستوى الأداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة. مرفق (6)

الأدوات والأجهزة المستخدمة:

- جهاز رستاميتر لقياس الطول (سم) .

- ميزان طبي لقياس الوزن (كجم) .
- ساعة إيقاف Stop Watch لقياس الزمن لأقرب 0.01 ثانية .
- شريط قياس الأطوال (سم) ، مسطرة (سم) مدرجة لقياس المرونة ، كرات طبية.
- جهاز الديناموميتر
- منقلة مجليشكو
- زعانف زوجية Fins .

المتغيرات والأختبارات البدنية: مرفق (4)

1- أختبار ثنى الجذع من الجلوس لقياس (المرونة).
2- أختبار الجري الزجزاجى 3×4.75م لقياس (الرشاقة) .
3- أختبار لقياس مرونة مفصل القدم باستخدام منقلة مجليشكو (المرونة).
4- أختبار قوة عضلات الظهر والرجلين (القوة).
5- أختبار ثنى الذراعين كاملا من الانبطاح المائل لقياس (التحمل).

الأختبارات المهارية:

1- غطسة البدء
2- ضربات الرجلين
3- حركة الذراعين
4- التنفس
5- التوافق

الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بعدد من الإجراءات للتأكد من مدى مناسبة الأختبارات قيد البحث والتى أسفر عنها ما أشارت إليه المراجع والأبحاث والدراسات العلمية، فقد أجرى الباحث هذه الدراسة على عينة من نفس مجتمع البحث وخارج عينة الدراسة الأساسية، وهذا يعد أمراً من الأمور الهامة لضمان الدقة في النتائج المستخرجة من قياسات عينة الدراسة الأساسية، وتم إجراء الدراسة على عينة قوامها (10 مبتدئين) يومى الاربعاء والخميس2 – 2019/10/3م من نفس مجتمع البحث.

أهداف الدراسة:

1- التأكد من تدريب المساعدين وكذلك توضيح طبيعة الأدوار التى يكلف بها المساعدين أثناء تطبيق محتوى الوحدات التعليمية.
2- أكتشاف نواحى القصور والضعف والعمل على تلاشى الأخطاء المحتمل ظهورها أثناء إجراء الدراسة الأساسية وعلى الصعوبات التى قد تواجه الباحث عند تنفيذ البحث.
3- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة.
4- مدى ملائمة التدريبات قيد البحث لعينة البحث.
5- تحديد الزمن اللازم لعملية القياس، وكذلك الزمن الذى يستغرقه كل مبتدء لكل أختبار على حده، وذلك لتحديد المدة المستغرقة في تنفيذ الأختبارات والقياسات.
6- ترتيب سير الأختبار قيد البحث لعينة البحث.

تطبيق تجربة البحث:

1- هدف البرنامج.

تعليم المبتدئين في سباحة الزعانف المزدوجة بنادى الشرقية الرياضى

2- أغراض البرنامج:

تتمثل أغراض البرنامج فى:-

- التعرف على المعلومات والمعارف الخاصة بكل مهارة من المهارات.
- أكساب المبتدىء القدرة على تحليل الأداء الصحيح للمهارات قيد البحث.
- أن يتمكن المبتدىء من أداء المهارات كما شاهدها بصورة جيدة وصحيحة.
- أن يتعلم المبتدىء كيفية أداء المهارات بشكل صحيح.
- أن يتعرف المبتدىء على النقاط الفنية للأداء لأى مهارة من المهارات قيد البحث.

- أن يكتسب المبتدىء معلومات ومعارف عن التدريبات المستخدمة من أجل تنمية المهارات لديه.
- أن يكتسب المبتدىء الثقة والأعتماد على النفس.
- أن تنمى لدى المبتدىء الدافعية والأقبال على التعلم الذاتى.

3- أسس وضع البرنامج:

حرص الباحث على مراعاة مجموعة من الأسس العلمية عند تصميم البرنامج وهى كالاتى:

- أن يراعى خصائص النمو للمرحلة السنية التى سوف يطبق عليها البرنامج.
- أن يتناسب محتوى البرنامج مع اهدافه.
- أن تتميز البرنامج بالبساطة والسهولة والبعد عن التعقيد.
- أن يساعد على تحقيق مبدأ التفاعلية بين المبتدئين والبرنامج.
- أن يراعى توافر المكان والأمكانيات المناسبة لتنفيذ البرنامج.
- أن يراعى عوامل الأمن والسلامة حرصا على سلامة المبتدئين.
- أن يكون البرنامج فى مستوى قدرات المبتدئين.
- أن يكون البرنامج بعيدا عن الملل ويجذب أنتباه المبتدئين لموضوع البحث.
- أن يراعى البرنامج أشباع حاجة المبتدئين من الحركة والنشاط.
- أن يحقق الشعور بالسعادة والتجديد عن الأسلوب التقليدى.
- أن يراعى الفروق الفردية بين المبتدئين.
- أن يحقق محتوى البرنامج تكامل شخصية المبتدئين من حيث علاقتها بذاته وعلاقتها بزملاءه.**(20)**

4- تحديد الأنشطة التعليمية (إستراتيجية التدريس):

تضمنت البرمجية نوعان من الأنشطة التعليمية (وذلك للمجموعة التجريبية) نوع يقوم به المعلم والأخر يقوم به المتعلم بغاية تحقيق أهداف البرمجية وهما:

أ- أنشطة يقوم بها المعلم:

1. قبل البدء فى تدريس البرمجية يقوم بتوضيح مكونات جهاز الكمبيوتر وكيفية إستخدامه وإستخدام ملحقاته وكيفية العمل بالبرمجية والطريقة التى تعمل بها والفكرة التى تقوم عليها.
2. أثناء تدريس البرمجية يقوم بملاحظة المبتدئين أثناء التعلم والقيام بتوجيههم نحو القيام بالأنشطة التعليمية ومتابعة تقدمهم وتصحيح أخطائهم التنفيذية والإجابة على التساؤلات التى قد تثار أثناء إستخدامهم البرمجية.
3. بعد الإنتهاء من تدريس البرمجية يتم تكليف المبتدئين بالقيام بالأداء المطلوب والذى يتمثل فى الخطوات التعليمية المتدرجة من البسيط إلى المركب ومن السهل إلى الصعب وتحديد أخطاء المتعلمين وتوجيههم نحو إصلاح هذه الأخطاء بمساعدة البرمجية.

ب- أنشطة يقوم بها المتعلم:

1- تتمثل أنشطة المتعلم فى إستخدامه للبرمجية وإجاباته عن أسئلة التقويم المتضمنه بها ثم ممارسته للمهارات عمليا داخل ميدان العمل التطبيقى. (71:27)

6- تقويم البرنامج:

قام الباحث بنوعين من التقويم هما:

1- التقويم الداخلى :

تقويم الخبراء :

بعد الإنتهاء من إعداد البرنامج فى صورته الأولية قام الباحث بالتعرف على :

- مدى مناسبة الأهداف العامة للبرنامج.
- مدى مناسبة أسلوب عرض المحتوى للمبتدئين.
- مدى صلاحية البرنامج للتطبيق.

وكانت نتيجة إستطلاع الرأى كما يلى:

- موافقة جميع الخبراء على مناسبة الأهداف العامة للبرنامج.
- تكبير الإطار الذى يوجد به الفيديو عند تشغيله حتى تكون الرؤية واضحة.

- **الدراسة الأساسية.**
- **القياس القبلي.**

قام الباحث بإجراء القياس القبلي لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة للمتغيرات قيد البحث وذلك يوم الاحد الموافق 2019/10/13م وذلك طبقا للمواصفات وشروط الأداء الخاصة بكل أختبار مع توحيد القياسات والقائمين بعملية القياس ووقت القياس للمجموعتين التجريبية والضابطة وذلك للتأكد من تكافؤ مجموعتي البحث في هذه القياسات .

تطبيق البرنامج التعليمي المقترح. **مرفق (9)**

قام الباحث بتطبيق البرنامج التعليمي المعد بتقنية الوسائط الفائقة (الهيبرميديا) في صورته النهائية علي المجموعة التجريبية، وتم تطبيق البرنامج التعليمي التقليدي (الشرح والنموذج) على المجموعة الضابطة، وذلك في المدة من يوم السبت الموافق 2019/10/19م إلى يوم الخميس الموافق 2019/12/19م، وبواقع (3) وحدات تعليمية أسبوعيا، وبلغ زمن الوحدة التعليمية (60) دقيقة بإجمالي زمن (18) ساعة.

القياسات البعدية.

قام الباحث بعد الأنتهاء من المدة المحددة لتنفيذ البرنامج المقترح والبرنامج التقليدي بإجراء القياس البعدي وفق المتغيرات الخاصة بكل مجموعة من مجموعتي البحث بنفس الشروط والمواصفات التي تمت في القياس القبلي، وذلك لضمان دقة وسلامة البيانات وذلك يوم السبت الموافق 2019/12/21م، حيث تم تفريغ البيانات في جداول معدة لذلك تمهيدا لمعالجتها إحصائيا.

سابعا : المعالجات الإحصائية.

بعد جمع البيانات وتسجيل القياسات المختلفة للمتغيرات التي استخدمت في هذا البحث، تم إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لتحقيق الأهداف والتأكد من صحة الفروض بأستخدام القوانين الإحصائية وكذلك الحاسب الآلي بأستخدام البرنامج الإحصائي **"SPSS"** وتم حساب ما يلي:

- المتوسط الحسابى.
- الأنحراف المعياري.
- الوسيط.
- معامل الالتواء.
- أختبار (ت).

عرض ومناقشة النتائج :

جدول (4)
دلالة الفروق بين متوسطي القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في مستوى الاداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة
ن = 10

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت) المحسوبة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	غطسة البدء	درجة	4.48	0.47	6.69	0.85	*6.83
2	ضربات الرجلين	درجة	4.61	0.52	7.31	0.88	*7.92
3	حركة الذراعين	درجة	5.12	0.9	8.17	0.96	*6.95
4	التنفس	درجة	4.46	0.71	7.36	0.83	*7.96
5	التوافق	درجة	3.78	0.68	6.32	0.89	*6.80

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05 ودرجات حرية 9 = 2.262 * دالة

يتضح من جدول (4) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية لصالح القياسات البعدية في مستوى الأداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة قيد البحث.

ويعزي الباحث هذه الفروق المعنوية بين متوسطي القياسات القبلية والبعدية في مستوى الأداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة للمجموعة التجريبية إلى فاعلية البرنامج التعليمي بأستخدام البرمجيـة التعليمية المعدة بتقنيـة الهيبرميديا والتي خلقت بيئة تعليمية جيدة من خلال التنظيم والتنسيق مما يساعد علي تركيز الانتباه من خلال إشراك جميع حواس المبتدئ وأستثارة دوافعه وفقاً لرغبته وقدراته مما دفع المبتدئ للشعور بذاته وكذلك إعطائه دوراً إيجابياً أثناء التعليم مما ساعد علي أستغلال ما لديه من قدرات وإمكانات إبداعية خلاقة.

وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه **محمد سعد واخرون (2001م)** الى أنه لا يمكن إحداث تغيير في المبتدىء أثناء تعليم المهارات الحركية بدون خلق بيئة تعليميه مناسبه، وهذا لا يتحقق إلا من خلال أستخدام تكنولوجيا التعليم التي تعمل على خلق تلك البنيه، والتي يستطيع المتعلم من خلالها أن يكون خبرته التعليمية عن طريق تعلمه كيفيه أستخدام كافه مصادر المعرفة والوسائل التكنولوجية الحديثة المساعدة لكى يصل إلى المعلومة بنفسه. (24 : 20)

وتشير **وفيقة سالم (2007م)** إلي أن أستخدام تكنولوجيا التعليم يساعد علي تحفيز حواس المتعلم بشكل كبير فهو يعتمد على المداخل الحسية للمتعلم حيث يخاطب حاسة السمع والبصر واللمس بالإضافة إلى عنصر الحركة لديه وبالتالي فهو يساعد على تحسين كفاءة هذه الحواس للمتعلم، كما تشير إلى أن إعادة وأسترجاع المعلومات داخل برنامج الوسائط مع إمداد المتعلم بتغذية راجعة بتعزيز فورى يعتمد على سرعة المتعلم الذاتية ووفقاً لقدراته الشخصي . (272-270 : 27)

ويتفق ذلك نتائج دراسة كلاً من **هاني أحمد (2012م) (28) ، صبري فتحي (2013م) (10)، مجدي رشاد (2013م) (18) ، احمد رمضان (2015م) (3) ، طارق مصطفي (2015م) (12)**، والتي أشارت إلي أن أستخدام برامج الوسائط الفائقة والحـاسب الألي لها تأثير إيجابي علي تحسـن مستوي تعلم المهـارات المختلفة.

جدول (5)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في مستوى الاداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة ن = 10

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت) المحسوبة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	غطسة البدء	درجة	4.32	0.39	5.59	0.74	*4.56
2	ضربات الرجلين	درجة	4.79	0.68	6.03	0.82	*3.49
3	حركة الذراعين	درجة	4.8	0.74	6.27	0.86	*3.88
4	التنفس	درجة	4.78	0.86	6.08	0.89	*3.15
5	التوافق	درجة	3.57	0.53	5.06	0.82	*4.58

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05 ودرجات حرية 9 = 2.262 * دالة

يتضح من جدول (5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة لصالح القياسات البعدية في مستوى الأداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة قيد البحث.

ويعزي الباحث هذه الفروق المعنوية بين متوسطي القياسات القبلية والبعدية في مستوى الأداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة قيد البحث للمجموعة الضابطة إلى أن الطريقة التقليدية (المعتادة) تقوم علي الشرح اللفظي والمعلومات المرتبطة وأداء نموذج لسباحة الزعانف المزدوجة وتصحيح الأخطاء من قبل المعلم والممارسة والتكرار من جهة المتعلم وهذا بلا شك يوفر ويساعد المتعلم علي تكوين الصورة الواضحة لتلك المهارات وتساعد باستمرار علي أن تكون لدي المتعلم قدر من المعرفة وفرصة جيدة للتعلم مما يؤثر بدور إيجابي علي تعلم سباحة الزعانف المزدوجة.

ويشير **حسن أحمد (2008م)** أن قيام المعلم بعمل نموذج مع شرح المهارة وعرض صورة لها فان هذا يعد من أفضل الطرق في تعليم المهارات، وان درجة أداء اللاعبين للمهارة تتوقف علي مقدرة المعلم علي الشرح الجيد الدقيق لفن أداء المهارة من حيث صحة الأوضاع. (94: 7)

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كلا من **مايسة محمد (2006م) (17)، مصطفي السيد (2011م) (24)، هشام يسري (2011م) (29)، احمد طلعت (2012م) (2)، حسين عبد السلام (2012م) (8)،** حيث أشاروا إلى أن الطريقة التقليدية المتبعة مع المجموعة الضابطة والتي تعتمد علي الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي أدت إلي استيعاب المتعلم للمهارات الحركية ومراحل الاداء وتعلمها بشكل إيجابي وتحسن القياسات البعدية عن القبلية.

جدول (6)
دلالة الفروق بين متوسطي القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الاداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية ن = 10		المجموعة الضابطة ن = 10		قيمة (ت) المحسوبة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	غطسة البدء	درجة	6.69	0.85	5.59	0.74	*3.09
2	ضربات الرجلين	درجة	7.31	0.88	6.03	0.82	*3.37
3	حركة الذراعين	درجة	8.17	0.96	6.27	0.86	*4.67
4	التنفس	درجة	7.36	0.83	6.08	0.89	*3.33
5	التوافق	درجة	6.32	0.89	5.06	0.82	*3.29

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05 ودرجات حرية 18 = 2.101 * دالة

يتضح من جدول (6) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية في مستوى الاداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة قيد البحث.

ويعزي الباحث هذه الفروق المعنوية بين متوسطي القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الاداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة قيد البحث إلى فاعلية البرنامج التعليمي باستخدام البرمجيـة التعليمية المعدة بتقنيـة الوسائط الفائقـة (الهيبرميديا) والتي تتضمن سهولة عرض ودقة تناول المعلومات والمعارف المرتبطة بسباحة الزعانف المزدوجة مما ساعد علي إثارة أهتمام المبتدئين وتحفزهم على بذل الجهد في التعلم وعدم شعورهم بالملل حيث أن البرنامج يمد المبتدئين بالخبرات من خلال تنفيذ البرمجية التعليمية ، كما أن البرمجية التعليمية عملت علي إشراك جميع حواسهم في العملية التعليمية وكذلك إعطائهم دوراً إيجابياً أثناء التعلم مما ساعد على فهم كل مرحلة من مراحل المبتدئين وتعلمها بسهولة وبالتالي تحسن مستوي أدائهم .

وفى هذا الصدد يشير **محمد سعد واخرون (2001م)** إلى أن تقسيم الموقف التعليمي يؤدى إلى زيارة فرص النجاح وتقليل الاستجابة الخاطئة مما يؤدى إلى تجنب سلبية المتعلمين وزيادة مشاركتهم الإيجابية في اكتساب الخبرة وفقاً لسرعتهم الذاتية ووفقاً لقدارتهم وإمكانياتهم واستعدادهم للعمل في الوقت المناسب لهم وأداء كل تمرين وتكراره وفقاً لما يحتاجه يجعله يشعر بالاطمئنان والتركيز في الأداء. (77: 20)

ويشير **هوفستتر Hofstetter (2005م)** أن المتعلمين يتذكرون 20% مما يشاهدونه و30% مما يسمعونه ولكنهم يتذكرون 50% مما يسمعونه ويشاهدونه بينما يتذكرون أكثر من 80% مما يشاهدونه متزامنا مع التعليق الصوتي، ويضيف علي ذلك قائلاً أن أستخدام التكنولوجيا في التدريس والتعلم تسهل التعلم لمختلف عناصر المحتوي الدراسي والعلاقات بينهما ومتطلبات تعلمها، وتجعل ما يتعلمه المتعلم ذا معني وذلك لأرتباط هذه التكنولوجيا ببيئة التعلم المفرد. (122: 30)

جدول (7)
نسب التحسن بين متوسطي القياسات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الاداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة		
			القياس القبلي	القياس البعدي	نسبة التحسن %	القياس القبلي	القياس البعدي	نسبة التحسن %
1	غطسة البدء	درجة	4.48	6.69	49.33	4.32	5.59	29.40
2	ضربات الرجلين	درجة	4.61	7.31	58.57	4.79	6.03	25.89
3	حركة الذراعين	درجة	5.12	8.17	59.57	4.8	6.27	30.63
4	التنفس	درجة	4.46	7.36	65.02	4.78	6.08	27.20
5	التوافق	درجة	3.78	6.32	67.19	3.57	5.06	41.74

أظهرت نتائج جدول (7) نسب التحسن بين متوسطي القياسات القبلية والبعدية لكلا من المجموعتين التجريبية والضابطة وذلك في مستوى الاداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة بنسب متفاوتة.

ويعزي الباحث إلى أن المجموعة التجريبية حققت نسبة تحسن أعلي من المجموعة الضابطة في مستوى الاداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة نتيجة الي التأثير الإيجابي للمحتويات الخاصة للبرنامج التعليمي باستخدام البرمجيــة التعليمية المعدة بتقنيـة الوسائط الفائقــة (الهيبرميديا) بخطواتها المتتابعة والمتدرجة من السهل الي الصعب ومن البسيط الي المركب ساهمت بصورة واضحة في إتقان المبتدئ لمستوى الاداء المهارى لسباحة الزعانف المزدوجة.

أما بالنسبة للبرامج المتبعة "التقليدية" تتخذ أشكال تقليدية حيث تحتوى على قدر كبير من عدم التخطيط للمحتوى التعليمي بالإضافة إلى أفتقارها لإتباع الأسلوب العلمي الحديث في التعليم وعدم مراعاتها لخصائص وقدرات المتعلمين المبتدئين، ومن أكبر المآخذ على التعليم التقليدي المتبع الآن أنه لا يهتم بمراعاة المرحلة السنية، وعدم أستخدام الأساليب الحديثة في التعليم والبرامج المقننة الموضوعة لرفع مستوى المبتدئين .

ويشير **عبد الحميد شرف (2000م)** أن أستخدام تكنولوجيا التعليم بأشكالها المختلفة والمتعددة يزيد من فاعلية درس التربية الرياضية حيث يجد كل تلميذ ما يناسبه ويتماشى مع قدراته وإمكانياته واستعداداته فهناك (الرسوم المتحركة - الصور المسلسلة - النصوص- الصور المسلسلة - الصور المتحركة - الفيديو - الفيديو بالعرض البطيء) يختار منها المتعلم ما يريد، وذلك يزيد من فاعلية التعلم وأيضاً يسمح باستخدام كل إطار بصورة منفردة وبذلك فإن برنامج الوسائط الفائقة قادر على التقدم بمستوى المتعلمين وبشكل الأداء الصحيح للمهارة. (15 : 53)

ويشير **محمد سعد زغلول وآخرون (2001م)** أن أسلوب الوسائط الفائقة يعتبر واحداً من صور تكنولوجيا التعليم الحديثة في مجال تعليم مهارات الأنشطة الرياضية، حيث يعد منظومة تعليمية تتفاعل تفاعلاً وظيفياً من خلال برنامج تعليمي لتحقيق أهداف محددة، وتقوم هذه الوسائل على تنظيم متتابع محكم يسمح لكل متعلم أن يسير في البرنامج التعليمي وفق خصائصه المميزة، وأن يكون نشيطاً وإيجابياً طول فترة مروره به. (20 : 104)

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كلا من **مايسة محمد (2006م) (17) ، مصطفي السيد (2011م) (24) ، هشام يسري (2011م) (29) ، احمد طلعت (2012م) (2) ، حسين عبد السلام (2012م) (8)**، حيث أشاروا إلى أن المجموعة التجريبية المتبعة لبرامج التعلم باستخدام الوسائط الفائقة والحاسب الألي حققت نسبة تحسن أعلي من المجموعة الضابطة والمتبعة للبرنامج التقليدي في كل رياضة علي حدة .

الأستخلاصات والتوصيات :

اولا : الأستخلاصات:

من واقع البيانات والمعلومات التى توصل اليها الباحث وفى ضوء المعالجات الاحصائية لهذه البيانات، وفى نطاق أهداف وفروض البحث توصل الباحث للأستنتاجات الأتية:

1- أسهم البرنامج التعليمى باستخدام أسلوب الهيبرميديا على تحسين المستوى الفنى لتعلم سباحة الزعانف لدى المبتدئين قيد البحث لافراد المجموعة التجريبية.

2- الطريقة التقليدية (الشرح اللفظى وأداء النموذج) ساهمت بطريقة إيجابية فى تعلم سباحة الزعانف لدى المبتدئي.

3- المجموعة التجريبية تفوقت على المجموعة الضابطة فى نسب تقدم القياس البعدى عن القياس القبلى فى سباحة الزعانف.

ثانيا : التوصيات:

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

1- إجراء المزيد من البحوث التجريبية باستخدام تقنية الوسائط الفائقة (الهيبرميديا) في وحدات السباحة للارتقاء بالعمليات التعليمية والتدريبية على الوجه الاكمل ومواكبة للتطور الحادث بالدول المتقدمة .

2- استخدام الاختبارات والقياسات قيد البحث والاستفادة منها في تقويم المبتدئين وذلك لما أثبتته نتائج هذه الدراسة .

3- العمل علي أن تتضمن برامج إعداد معلمي السباحة استخدام الاستراتيجيات التعليمية الحديثة في تعليم المهارات المختلفة في مجال التربية الرياضية .

المراجع العربية:

1- أسامة كامل راتب : " تعليم السباحة "، ط 3 ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999م .
2- أحمد طلعت أحمد : " تأثير الوسائط فائقة التداخل على المستوى المهارى والمعرفي في الكرة الطائرة لطلاب كلية التربية الرياضية "، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة ، 2012م
3- احمد رمضان عبد الحكم : " تأثير برمجية تعليمية باستخدام الوسائط الفائقة على مستوى المهارات الحركية الاساسية لتلاميذ المعاهد الازهرية بالقليوبية "، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بنها، 2015م
4- أحمد محمد البنا : " تأثير أستخدام الوسائط فائقة التداخل علي تعلم مسابقة دفع الجلة لتلاميذ المرحلة الإعدادية "، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الزقازيق، 2017م .
5- أحمد محمد خاطر، علي فهمي البيك : "القياس في المجال الرياضي "، دار الكتاب الحديث، القاهرة، 2005م .
6- احمد يوسف سعد الدين : "تاثير استخدام الوسائل الفائقة على تعليم سباحة الصدر للاطفال المبتدئين"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان. (2005م)
7- حسن أحمد شحاتة : " المناهج الدراسية بين النظرية والتطبيق "، الطبعة الثالثة، الدار العربية للكتاب، القاهرة، 2008م .
8- حسين عبد السلام محمد : تأثير استخدام الاجهزة التقنية في تطوير بعض متغيرات الانطلاق وتعلم الوثب الطويل لدى طلبة المرحلة الاعدادية "، مجلة التربية الرياضية، المجلد 24، الجزء الأول، صفحه 228 -247، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، العراق، 2012م .
9- زاهر أحمد زاهر : " تكنولوجيا التعليم "، الجزء الثاني، المكتبة الأكاديمية، القاهرة، 1997م .
10- صبري فتحي عبد الباري : " تأثير استخدام الوسائط الفائقة علي تعلم بعض المهارات المندمجة في كرة القدم للصم والبكم "، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة السادات، 2013م .
11- ضياء الدين زاهر ، كمال يوسف إسكندر : التخطيط لمستقبل تكنولوجيا التعليم في النظام التربوي"، مقالة تربوية، مؤسسة الخليج العربي، القاهرة، 2004م .
12- طارق مصطفي عصمت : تأثير استخدام الوسائط الفائقة على جوانب تعلم بعض المهارات الاساسية في رياضة كرة القدم لطلاب كلية التربية الرياضية بجامعة الازهر ،رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بنها، 2015م
13- طاهر حسن الطاهر : " فاعلية منظومة تعليمية مبرمجة مقترحة بأسلوب الهيبرميديا على التحصيل المعرفي والمهارى في الكرة الطائرة لطلبه التربية البدنية والرياضة " ، مجلة الرياضة المعاصرة، المجلد 27، صفحه 397-430، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، العراق، 2012م .
14- عاطف السيد أحمد : " تكنولوجيا التعليم والمعلومات واستخدام الكمبيوتر والفيديو في التعليم والتعلم "، مطبعة رمضان، الإسكندرية، 2003م .
15- عبد الحميد شرف : " تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية "، الطبعة الثانية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2000م .
16- علي فهمي البيك، عماد الدين عباس أبو زيد : " المدرب الرياضي في الألعاب الجماعية، تخطيط وتصميم البرامج والأحمال التدريبية (نظريات وتطبيقات)"، منشأة المعارف، الإسكندرية، 2003م .
17- مايسة محمد عفيفي : " فاعلية إستخدام الهيبرميديا على تعلم سباحة الزحف على الظهر للطالبات المبتدئات "، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق، 2006م .

18- مجدي محمد رشاد : " تأثير استخدام الوسائط الفائقة في تحسن أداء بعض مهارات المصارعة الرومانية للناشئين "، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، 2013م .
19- محمد حسين محمد : :" تدريس السباحة في مناهج التربية الرياضية "، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2009م .
20- محمد سعد زغلول، مكارم أبو هرجه، هاني سعيد : " تكنولوجيا التعليم وأساليبها في التربية الرياضية" ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2001م .
21- محمد سعد زغلول ، مصطفى السايح : " تكنولوجيا إعداد معلم التربية الرياضية "، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، 2004م .
22- محمد صبحى حسانين (2001) : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة، دار الفكر العربي، الجزء الأول، الطابعة الرابعة، القاهرة.
23- محمود إسماعيل الهاشمي : "التمرينات والأحمال البدنية "، مركز الكتاب الحديث، القاهرة، 2015م
24- مصطفي السيد علي : " تأثير استخدام الوسائط الفائقة علي تعلم بعض المهارات الهجومية والدفاعية في الكرة الطائرة "، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، 2010م .
25- مصطفي عبد السميع محمد ، محمد لطفي جاد ، صابر عبد المنعم محمد : " الاتصال والوسائل"
26- وفيقة مصطفي سالم: : " تكنولوجيا التعليم والتعلم في التربية الرياضية "، منشاة المعار ، الإسكندرية ، 2001م .
27- وفيقة مصطفى سالم : " تطبيقات تكنولوجيا التعليم وتفعيل العملية التعليمية في التربية البدنية والرياضية "، الكتاب الثاني، منشأة المعارف، الإسكندرية، 2007م .
28- هاني أحمد صبرى : " تأثير إستخدام الهبير ميديا على تعلم بعض مهارات كرة اليد لتلاميذ المدارس الإعدادية الرياضية "، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الزقازيق ، 2012م .
29- هشام يسري أحمد : " تأثير استخدام الهيبرميديا على تعلم بعض مهارات ألعاب القوى بالمرحلة الإعدادية "، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان ، 2011م.

المراجع الاجنبية:

30- Hof Stetter F : : " Multimedia Literacy ", New York, Mc Grqw-Hill, 2005
31- Lehman, Irvine, Meehrens and William : Measurement and Evaluation in Education and Psychology Eye: University Book House (2003)
32- Micelle Arail : : " Integrating Hypermedia to class room instate " , developing anon undertaking style, center for publicans and Administration, germane, California State, University Beach, p.p.I.g,2004.

المواقع الالكترونية:

33- http://www.macromedia.com
35- http://www.alittihad.aeldetails.phpsid=2011.american swimming coachesas sociation.(asca), at 19/6/2017, 10.30PM

ملخص البحث

إن أستخدام التقنيات التعليمية الحديثة وتطويعها في التعليم أصبح أمرا يجب مسايرته لمعالجة مشكلات تعلم المهارات الحركية، حيث أن أستخدام هذه التقنيات تساعد في الوصول الى جودة العملية التعليمية من خلال تقديم المثيرات الجديدة التي تعمل على تنشيط أستجابات المتعلم ومساعدته على أستدعاء الخبرات والمفاهيم السابقة وأستخدامها أستخداما واعيا للوصول إلى أفضل الطرق الصحيحة للأداء السليم.

ومما لاشك فيه أن السباحة من الأنشطة المفضلة لدي معظم أفراد المجتمع، ويعتبر الهدف الأساسي للسباحة هو أن يقطع السباح مسافات محددة في أقل زمن ممكن، ولتحقيق هذا الهدف فإنه لا سبيل لذلك إلا بأداء جيد يتفق مع المبادئ الفنية والتشريحية وكذلك التعليم والتدريب المنتظم علي أسس علمية سلمية مع تصحيح ما قد يطرأ من أخطاء تعوق الأداء الفني السليم.
ويشير محمد حسين (2009م) أن البرامج التعليمية في السباحة في المجال التربوي أو التعليمي تعتمد على الطريقة المباشرة التقليدية والتي يقوم فيها المعلم بشرح المهارة المتضمنة في المناهج وعرضها من خلال نموذج أو أحد المتعلمين المتميزين في الأداء أما تدريس الجانب النظري فإنه يعتمد على الإلقاء والتلقين والحفظ وبالرغم من وجود بعض المزايا في هذه الطريق إلا أنها تحد من دور المتعلم وتفاعله داخل الوحدة التعليمية وبالتالي لا يؤدى الغرض المنشود في تحقيق الأهداف التربوية والمعرفية والمهارية والوجدانية وتحقيق التعلم الفعال المرجو من هذه البرامج