

المقدمة ومشكلة البحث :

أصبحت المستحدثات التكنولوجية تلعب دوراً هاماً فى معطيات العملية التعليمية كنتيجة للتطور التكنولوجى المستمر ، والزيادة المطردة فى الخبرات الإنسانية ، إذ إنعكس أثر التطور التكنولوجى بصورة عامة ، وعلى تكنولوجيا التعليم بصورة خاصة ، وهو الأمر الذى أدى إلى إستخدام إستراتيجيات محددة للتعليم بصورة تحقق الأهداف التعليمية التى ترتبط بصورة واضحة بالمتعلم لكى ينشط ويتفاعل ويكتشف ويمارس ويؤدى ، وأن ينحصر دور المعلم فى التوجيه والإرشاد ومعاونة المتعلم على توفير مصادر التعلم وتحديد الأهداف.

ويشير **زكى محمد حسن (١٩٩٨)** أهمية تقديم المهارة للمتعلم بصورة جيدة وإعطائه تصور محدد للمهارة باستخدام حاسة السمع والبصر ، ومن الممكن أن يتم ذلك بواسطة الصور والأفلام والنماذج لاستعمال حاسة البصر ، وتقدم له الشرح لاستغلال حاسة السمع ، ويكون التركيز على الإتقان المهارى مع الاهتمام بالتوقيت العام للمهارة ، ويجب على المتعلم أن يكون هدفه أن يتعلم الحركات الضرورية الرئيسية ، وأن يتخلى عن الحركات غير الضرورية التى يميل فيها إلى تقليد الكبار .(٢٧: ٣٠)

ويعتبر الموديول الذاتى الإيجابى **Positive self_Modeling** أحد أشكال التعليم بالملاحظة والأداء المصاحب ، ويطلق عليه **دوريك Dorick (١٩٩٩)** المراجعة الإيجابية الذاتية **Positive self_Review (P.S.R)** والذي يقدم فيه السلوك المعدل فقط أو الأداء الفائق إلى المتعلم ، ويتم حذف الأداء غير الصحيح.(٢٥: ٢٣ - ٣٥)

ويتفق كل من: **هالى ويل Halli Well (٢٠٠٢)**، و**برادلى Bradly (٢٠٠٤)** أن الموديول الذاتى الإيجابى أو المراجعة الإيجابية الذاتية تساهم فى زيادة الكفاية الذاتية ، وتطوير مستوى الأداء ، كما أن الموديول الذاتى الإيجابى يختلف عن النموذج العادى فى أن النموذج العادى يتم فيه الأداء المهارى من خلال المعلومات المأخوذة عن الخصائص المرتبطة بالمهارة وذلك على عكس الموديول الذاتى الإيجابى ، والذي يحصل فيه المتعلم فقط على معلومات عن المهارة ، ولكن يرى نفسه يؤدى بطريقة جيدة ، وتشتمل الخطوات المتبعة فى تنفيذ أسلوب الموديول الذاتى فى اختيار أفضل أداء من بين عدة محاولات وعرضها على المتعلم بعد تصويرها بجهاز المسجل المرئى فى الفترة السابقة للأداء أكثر من مرة ثم الأداء الفعلى للمهارة وتكرار هذا العمل عدة مرات فى

تتابع ثم إعادة التقييم ، وتكرار الخطوات السابقة حتى يمكن للطالب المتعلم الوصول إلى أفضل أداء يمكن القيام بها. (٢٦ : ٢٧٧)، (٢٢ : ١٩٥)

ويتفق كل من : محمد سعد زغلول وآخرون (٢٠٠١) ، فتح الباب عبد الحليم سيد (٢٠١٠) على أنه يمكن الاستفادة من تكنولوجيا التعليم في المجال الرياضي ، وخاصة الحاسب الآلي في قدرته على أن يقدم معلومات فورية عن استجابة المتعلم سواء صحيحة أو خاطئة وأيضا أنه وسيلة للمقارنة بين الحركات الفردية للمتعلم بحركات الأبطال المتخصصين في نفس المهارة أو الرياضة كما يعتبر وسيلة من وسائل التحليل الحركي للمهارات واكتشاف الأخطاء وأيضا يساعد في بناء وتطوير التصور الحركي عند التعلم من خلال عمليات العرض ثم استخدام عائد المعلومات (التغذية الراجعة) يكون له التأثير الإيجابي في بناء وتطوير القصور الحركي ، وتحسين مواصفات الأداء وسرعة التعلم. (١٤ : ٢٣)، (١١ : ٦١)

وتنتشر صعوبات التعلم لدي قطاع عريض من المتعلمين الذين يتمتعون بمستوي عادي - وقد يكون مرتفعاً - من حيث القدرات والامكانيات الجسمية والعقلية ، إلا أن معدل تحصيلهم يكون منخفض ، وهو ما يطلق عليه التباعد الواضح بين قدراتهم ، ومستوى التحصيل ، ومن ثم لا يتوقع منهم وما يؤديه بالفعل ، وهو ما قد يؤدي بغير المتخصصين إلى تفسير هذه الصعوبات - على نحو خاطئ - بأنها مظهر من مظاهر تدني الاستعدادات النفسية والعقلية ، أو الخلط بينهما وبين التأخر التعليمي ، وذلك دون اتخاذ الإجراءات الكفيلة بالتشخيص الدقيق للمشكلة ، واتباع استراتيجية تدريسية علاجية مناسبة. (٢ : ٧)

وتكمن الخطورة في مشكلة صعوبات التعلم في كونها "صعوبات خفية" فالأفراد الذين يعانون من صعوبات التعلم يكونون عادة أسوياء ، ولا يلاحظ المعلم أو الأسرة أية مظاهر غريبة تستوجب تقديم معالجة خاصة بحيث لا يجد المعلمون ما يقدمونه لهم إلا نعتهم بالكسل واللامبالاة أو التخلف أو الغباء، وتكون النتيجة الطبيعية لمثل هذه الممارسات تكرار الفشل والرسوب ، وبالتالي التسرب من المؤسسات التعليمية. (٣١)

ويعرف السيد سليمان (٢٠٠٥) صعوبات التعلم بأنها "الأفراد الذين يظهرون تناقضاً تعليمياً بين قدرتهم العقلية العامة ، ومستوى إنجازهم الفعلي ، وذلك من خلال ما يظهر لديهم من اضطرابات في عملية التعلم". (٢ : ١٢)

ويتفق كل من : حامد زهران (٢٠٠٣)، محمد حسن علاوي (٢٠٠٧) على أن القلق من أهم الانفعالات النفسية التي تعيق عملية التعلم ، وتؤثر سلباً في قابلية الطلاب لتعلم أو ممارسة السباحة مما يؤثر في أدائهم ، ومن ثم على المستوى المعرفي والفني ، لكون السباحة رياضة تؤدي في المجال المائي ، وفي الوضع الأفقي ، وأن الفرد يمارسها في وسط له خصائصه ، لذا تختلف ردود أفعال الطلاب عند تعلم السباحة ، إذ أن ارتفاع مستوى القلق قد يدفع معظم الطلاب الذين يعانون منه إلى الأداء بصورة سيئة ، ولذا يسبب إحباطاً ويدفعه إلى التهرب من الدروس العملية ، ومحاولة تجنب الإشتراك الفعلي فيها والانسحاب من ممارستها. (٦ : ٢٥٥)، (١٣ : ٣٧٥)

وتعد سباحة الصدر من السباحات المفضلة فى السباحة الترويحية، والإنقاذ والغوص فى الماء، ولكنها من السباحات الصعبة نظراً لصعوبة التوافق بين الذراعين والرجلين، كما أن مقاومة الماء فيها أثناء أداؤها يكون كبير مما يعوق حركة تقدم الجسم للأمام، وخاصة إذا بدأ الفرد فى تعلم هذه السباحة أثناء المرحلة الجامعية ، ويأتى الدور الفعال للمعلم فى هذه المرحلة من توضيح لأهمية السباحة ، ومدى إمكانية تعلمها بسهولة وخلق علاقة بينه وبين المتعلم يسودها الثقة ، وإبعاد المتعلم عن المواقف التى تثير عامل الخوف ، والإنطباعات الخاطئة عن السباحة. (١٥ : ١٢٦)، (٤٨ : ١٦)

هذا وقد حظيت مشكلة صعوبات التعلم بإهتمام عدد قليل من الباحثين فى مجال التربية الرياضية مثل دراسة كل من : هوجيندومرن وإليسا Hoogendoorn & Elisa (٢٠٠٤) (٢٧) ، محمد فكرى سيد أحمد (٢٠٠٩) (١٧) ، أحمد السيد الحبشى (٢٠١٣) (١) وبعد الإطلاع على الدراسات المرتبطة تبين للباحثة أنه لا توجد دراسة علمية واحدة حاولت علاج صعوبات التعلم فى سباحة الصدر من خلال برنامج تعليمى باستخدام الموديول الذاتى الإيجابى.

كما أنه من خلال خبرة الباحثة العلمية والعملية فى تدريس مقرر السباحة لطالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية - جامعة مدينة السادات ، والمشاركة فى الإختبارات العملية بالكلية لاحظت أن بعض الطالبات يتحسن مستواههن ، والبعض الآخر تقل نسبة تحسنهن بالرغم من تساوي الظروف التعليمية ، وكذلك وجدت نسبة كبيرة من الطالبات لا تستطيعن أداء سباحة الصدر بنجاح أثناء الاختبارات العملية الأمر الذى إستدعى انتباه الباحثة ، وهذا الأمر يشير إلى أن عملية التعلم تعترضها بعض الصعوبات تعوق سيرها، وقد يرجع السبب فى ذلك إلى أسلوب التدريس المتبع (التعلم بالأوامر) ، والذى يعتمد على الشرح اللفظى والنموذج العملى للمهارة دون أدنى مشاركة فعالة من الطالبات فى الموقف التعليمى، أو قد يكون عدم مراعاة الفروق الفردية وإهمال ذاتية المتعلمة ، وزيادة حالة قلق تعلم السباحة والخوف من الماء مما يؤدى إلى وجود صعوبات فى عملية تعلم سباحة الصدر.

وبناءً على ذلك رأت الباحثة وضع برنامج تعليمى مقترح باستخدام الموديول الذاتى الإيجابى لتعليم سباحة الصدر للطالبات ذوات صعوبات التعلم ، وبذلك تعتبر هذه الدراسة رائدة ، وغير مسبوقه فى مجال تعليم طرق السباحة لطالبات كليات التربية الرياضية.

أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى التعرف على :

- ١- صعوبات التعلم بإجراء اختبار تشخيصى لتحديد الصعوبات ومصادر الأخطاء فى سباحة الصدر للطالبات ذوات صعوبات التعلم أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة.

٢- فاعلية الموديول الذاتى الإيجابى فى خفض حالة قلق تعلم السباحة وتحسين مستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر لدى الطالبات ذوات صعوبات التعلم.

٣- فاعلية التدريس بالطريقة التقليدية (التعلم بالأوامر) فى خفض حالة قلق تعلم السباحة وتحسين مستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر لدى الطالبات ذوات صعوبات التعلم.

٤- الفروق بين فاعلية التدريس بكل من الموديول الذاتى الإيجابى والطريقة التقليدية فى خفض حالة قلق تعلم السباحة وتحسين مستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر لدى الطالبات ذوات صعوبات التعلم.

فروض البحث:

١- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية (الموديول الذاتى الإيجابى) فى حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر لصالح القياس البعدى.

٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة (التعلم بالأوامر) فى حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر لصالح القياس البعدى.

٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر لصالح المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث:

التدريس العلاجي Remedial Teaching :

هو " أسلوب تدريسى يصمم ويبني ليعالج مواطن الضعف في تعلم الطالب في موضوع من موضوعات، ويعتمد نجاح التدريس العلاجي علي عدة عوامل منها : أسلوب المعلم ، أسلوب التشخيص، المواد التعليمية المستخدمة، ودافعية الطالب للتعلم". (٢٤ : ١٣٧)

الموديول الذاتى الإيجابى Positive self_Modeling :

هو "رؤية المتعلم لنفسه يؤدي الأداء الصحيح بعد حذف الأداء الخاطيء". (٢٨ : ٣١٢)

حالة القلق Anxiety:

هى " الحالة الإنفعالية غير السارة التى يدركها المبتدئ كشيء ينبعث من داخله وترتبط بالتوتر الداخلى والشعور بالخوف وتوقع الخطر ، أو أنه رد فعل يقوم به الشخص حينما تغزو عقله قوى وخيالات غير معقولة صادرة من اللاشعور". (١٣ : ٣٧٩)

صعوبات التعلم Learning Disabilities :

هم "الأفراد الذين يظهرون تناقضاً تعليمياً بين قدرتهم العقلية العامة ومستوى إنجازهم الفعلي ، وذلك من خلال ما يظهر لديهم من إضطرابات فى عملية التعلم، وأن هذه الإضطرابات من المحتمل أن تكون مصحوبة أو غير مصحوبة بخلل ظاهر فى الجهاز العصبى المركزى بينما لا ترجع أضطرابات التعلم لديهم إلى التخلف العقلى أو الحرمان الثقافى أو التعليمى أو الإضطراب الانفعالى الشديد". (٢ : ١٢)

الدراسات المرتبطة:

١- دراسة ماك كولاخ Mack Cullgh (٢٠٠٢)(٢٨) أستهدفت التعرف على فاعلية الموديول الذاتى الإيجابى فى تحسين مستوى أداء مهارة الإرسال من أعلى فى الكرة الطائرة، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي ، وتكونت عينة البحث من عدد (٥) طلاب بالمرحلة الجامعية ، ومن أهم النتائج : يؤثر الموديول الذاتى الإيجابى تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء مهارة الإرسال من أعلى فى الكرة الطائرة.

٢- دراسة عماد الدين سيد حسب الله (٢٠٠٤)(١٠) أستهدفت التعرف على تأثير النموذج الذاتى الإيجابى على مستوى التحصيل الحركى والمعرفى للجملة الحركية الحرة فى التمرينات، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي ، وتكونت عينة البحث من عدد (١٠٠) طالباً بالفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بنين - جامعة الزقازيق ، ومن أهم النتائج : يؤثر النموذج الذاتى الإيجابى تأثيراً إيجابياً على مستوى التحصيل الحركى والمعرفى للجملة الحركية الحرة فى التمرينات.

٣- دراسة نادية عبد القادر (٢٠٠٤)(١٩) أستهدفت التعرف على فاعلية تنمية بعض المهارات النفسية باستخدام النموذج الذاتى الإيجابى على مستوى أداء بعض بدايات عارضة التوازن ، وأستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، وتكونت عينة البحث من عدد (٤٥) طالبة بالفرقة الثالثة تخصص جمباز بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق ، ومن أهم النتائج: فاعلية استخدام النموذج الذاتى الإيجابى فى تحسين بعض المهارات النفسية ومستوى أداء بعض بدايات عارضة التوازن.

٤- دراسة هوجيندومرن وإليسا Hoogendoorn & Elisa (٢٠٠٤)(٢٧) أستهدفت التعرف على صعوبات التعلم الحركى لدى الأطفال خلال دروس التربية البدنية لمعالجتهم طبقاً للمستوى المهارى ، وأستخدم الباحثان المنهج التجريبي على عينة قوامها (١٨) طالباً بالصف السادس ، وأشارت نتائج البحث إلى أن أسلوب التدريس العلاجى له تأثير إيجابى دال إحصائياً فى الإرتقاء بمستوى الأداء المهارى لأفراد عينة البحث.

٥- دراسة محمد فكرى سيد أحمد (٢٠٠٩)(١٧) أستهدفت التعرف على تأثير التدريس الفردى الإرشادى بإستخدام الكتيب المبرمج لعلاج صعوبات التعلم فى مهارة التصويب من السقوط فى كرة اليد، وأستخدم

الباحث المنهج التجريبي ، وأشتملت عينة البحث على عدد (٣٦) طالباً بالفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين - جامعة الزقازيق ، ومن أهم النتائج : تفوق أفراد المجموعة التجريبية (التدريس الفردي الإرشادي باستخدام الكتيب المبرمج) على أفراد المجموعة الضابطة (الطريقة التقليدية) في مستوى أداء التصويب من السقوط في كرة اليد للطلاب ذوي صعوبات التعلم.

٦- دراسة أحمد السيد الحبشى (٢٠١٣)(١) أستهدفت التعرف على تأثير استخدام أسلوب التدريس العلاجي على تعلم السباحة لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم ، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي ، وأشتملت عينة البحث على عدد (١٢) طالباً بالفرقة الثانية كلية التربية الرياضية - جامعة بنها ، ومن أهم النتائج : وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في مستوى أداء سباحة الزحف على البطن للطلاب ذوي صعوبات التعلم لصالح القياس البعدي.

٧- دراسة أمل محمود ربيع (٢٠١٦)(٤) أستهدفت التعرف على فاعلية استخدام الموديول الإيجابي على تعلم بعض مهارات التمرينات الإيقاعية للصم والبكم ، وأستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، وتكونت عينة البحث من عدد (١٢) تلميذة من الصم والبكم ، ومن أهم النتائج : يؤثر الموديول الإيجابي تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء بعض مهارات التمرينات الإيقاعية للصم والبكم.

إجراءات البحث :

منهج البحث :

أستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، وذلك لمناسبته لطبيعة البحث وتصميم تجريبي لمجموعتين (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة) مستخدمة القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة.

مجتمع وعينة البحث :

قامت الباحثة بإختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية من بين الطالبات الراسبات في الإختبار التطبيقي لسباحة الصدر بالفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية - جامعة مدينة السادات بالفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ٢٠١٦/٢٠١٧ ، والبالغ عددهن (٢٨) طالبة راسبة في الإختبار التطبيقي لسباحة الصدر بالفصل الدراسي الأول (مجتمع البحث)، وقد بلغ عدد عينة البحث الأساسية (١٨) طالبة بنسبة مئوية (٦٤.٢٩%) تم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداهما مجموعة تجريبية أستخدمت أسلوب الموديول الذاتي الإيجابي وقوامها (٩) طالبات ، والأخرى مجموعة ضابطة أستخدمت الطريقة التقليدية وقوامها (٩) طالبات ، كما تم الإستعانة بعدد (١٠) طالبات من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية كعينة أستطلاعية للتأكد من المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للإختبارات قيد البحث.

شروط إختيار عينة البحث الأساسية:

- ١- جميع أفراد عينة البحث خاضعات لمقرر دراسى واحد عملياً ونظرياً.
 - ٢- أفراد عينة البحث سبق لهم دراسة مقرر السباحة ولم يجتزن الإختبار التطبيقى.
 - ٣- قام أفراد عينة البحث بحضور جميع المحاضرات وعدم التغيب.
- وجدول (١) يوضح تصنيف عينة البحث.

جدول (١)
توصيف عينة البحث

النسبة المئوية	العينة الأساسية		عينة إستطلاعية	مجتمع البحث عدد الطالبات الراسبات عملياً فى سباحة الصدر بالفصل الدراسى الأول
	ضابطة	تجريبية		
٦٤.٢٩%	٩	٩	١٠	٢٨

إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث :

قامت الباحثة بحساب إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى بعض المتغيرات التى قد تؤثر على المتغير التجريبي وهى : معدلات النمو (العمر الزمنى - الطول - الوزن - الذكاء) وحالة قلق تعلم السباحة ، ومستوى أداء سباحة الصدر، وجدولي (٢)،(٣) يوضحان ذلك.

جدول (٢)

إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى معدلات النمو(العمر الزمنى

، الطول ، والوزن ، والذكاء) وحالة قلق تعلم السباحة

ن = ٢٨

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابى	الإنحراف المعيارى	الوسيط	معامل الإلتواء
العمر الزمنى	سنة	٢٠.٩٠	٠.٧٤	٢٠.٧٠	٠.٨١
الطول	سم	١٦٨.٨٥	٦.٩١	١٦٧.٥٠	٠.٥٩
الوزن	كجم	٦٤.٤٠	٥.٢٣	٦٣.٢٥	٠.٦٦
الذكاء	درجة	٢٩.٥٠	٥.٧٧	٢٨.٠٠	٠.٧٨
حالة القلق من السباحة الصورة (أ)	درجة	٤٨.٨٢	٤.٩١	٤٧.٥٠	٠.٨١
حالة القلق من السباحة الصورة(ب)	درجة	٤٦.٠٠	٥.١٤	٤٥.٠٠	٠.٥٨

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الإلتواء لمعدلات النمو (العمر الزمنى - الطول - الوزن - الذكاء) وحالة قلق تعلم السباحة تنحصر ما بين (± 3) مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى هذه المتغيرات.

جدول (٣)
إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في مستوى
الأداء الفني لسباحة الصدر

ن = ٢٨

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الإلتواء
وضع الجسم	(٣) درجات	١.٩٥	١.٣٧	١.٥٠	٠.٩٩
حركات الذراعين	(٥) درجات	١.٣٦	١.١٢	١.٠٠	٠.٩٦
حركات الرجلين	(٤) درجات	١.١٨	٠.٩١	١.٠٠	٠.٥٩
عملية التنفس	(٣) درجات	٠.٩٦	٠.٧٦	١.٠٠	٠.١٦
التوافق	درجتان	٠.٨٩	٠.٦٩	٠.٧٥	٠.٦١
مجموع إستمارة التقييم	(١٧) درجة	٦.٣٤	٣.٨٢	٥.٢٥	٠.٨٦

يتضح من جدول (٣) أن جميع قيم معاملات الإلتواء لمستوى الأداء الفني لسباحة الصدر تتحصر ما بين (± 3) مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث الأساسية في هذه المتغيرات.

تكافؤ مجموعتي البحث:

قامت الباحثة بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) في المتغيرات السابقة، وجدولي (٤)، (٥) يوضحان ذلك.

جدول (٤)
دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة
في معدلات النمو وحالة قلق تعلم السباحة

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية ن = ٩		المجموعة الضابطة ن = ٩		قيمة "ت"
		ع	م	ع	م	
العمر الزمني	سنة	٢٠.٥٠	٢٠.٧٠	٠.٦٩	٠.٥٣	٠.٦٥
الطول	سم	١٦٨.٠٠	١٦٥.٨٩	٥.٠٢	٤.٩٢	٠.٨٥
الوزن	كجم	٦٣.٢٢	٦٤.٥٠	٤.٩٧	٥.٤٩	٠.٤٩
الذكاء	درجة	٢٩.٠٠	٢٩.٥٦	٥.١١	٥.٣٢	٠.٢١
حالة القلق من السباحة الصورة (أ)	درجة	٤٨.٤٤	٤٧.٦٧	٤.٦٣	٤.٥٨	٠.٣٣
حالة القلق من السباحة الصورة (ب)	درجة	٤٦.٥٦	٤٥.٢٢	٤.٩٢	٥.٠٢	٠.٥٤

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٢٠

يتضح من جدول (٤) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في معدلات النمو (العمر الزمني - الطول - الوزن - الذكاء) وحالة قلق تعلم السباحة مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.

جدول (٥)
دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة
في مستوى الأداء الفني لسباحة الصدر

قيمة "ت"	المجموعة الضابطة ن = ٩		المجموعة التجريبية ن = ٩		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	م	ع	م		
٠.٢٣	٠.٩٧	١.٨٩	٠.٩٥	١.٧٨	درجات (٣)	وضع الجسم
٠.٣٦	٠.٩١	١.٢٢	٠.٨٧	١.٠٦	درجات (٥)	حركات الذراعين
٠.٣٩	٠.٨٨	١.١٧	٠.٨٦	١.٠٠	درجات (٤)	حركات الرجلين
٠.١٤	٠.٧٤	٠.٩٤	٠.٧١	٠.٨٩	درجات (٣)	عملية التنفس
٠.٣٤	٠.٦٧	٠.٨٩	٠.٦٢	٠.٧٨	درجتان	التوافق
٠.٣٨	٣.٢٩	٦.١١	٣.٠٤	٥.٥١	درجة (١٧)	مجموع إستمارة التقييم

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٢٠

يتضح من جدول (٥) عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الأداء الفني لسباحة الصدر مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.

أدوات جمع البيانات:

وتنقسم إلى ما يلي:

أولاً : إستمارة تقييم مستوى الأداء الفني لسباحة الصدر :

تم تصميم إستمارة لتقييم مستوى الأداء الفني لسباحة الصدر كإختبار تشخيصي (ملحق ١) لتحديد مستوى الأداء الفني للطالبات ، ومعرفة أين تكمن الصعوبات في أداء سباحة الصدر، في ضوء ما جاء بالمراجع المتخصصة (١٥)، (١٦)، (٢١) وتم عرض الاستمارة على مجموعة من أساتذة السباحة (ملحق ٢) لإبداء الرأي وتحديد مدى صلاحيتها ، وقد قامت الباحثة بتعديل توزيع الدرجات على ميزان التقدير طبقاً لما أشار إليه الخبراء ، وبذلك أصبحت الإستمارة صالحة لتقييم مستوى الأداء الفني في سباحة الصدر.

ثانياً : تقييم مستوى الأداء الفني لسباحة الصدر :

تم تقييم مستوى الأداء المهارى من خلال إستمارة تقييم خاصة بسباحة الصدر إعداد وريقة سالم (١٩٩٧) (٢١) حيث تتضمن مفرداتها مراحل الأداء الفني لسباحة الصدر، وتم عرضها على خبراء في مجال السباحة لإجراء التعديلات اللازمة بما يتناسب وعينة البحث وكذلك لوضع الدرجة الكلية للإستمارة (ملحق ١) وتوزيع هذه الدرجة على كل مفردة من مفردات الإستمارة ، فكانت الدرجة الكلية هي (١٧) درجة ، وكل مفردة درجة واحدة ثم قامت لجنة تحكيم مكونة من ثلاثة محكمات* ملحق (٣) بتقييم مستوى الأداء للطالبات قبل وبعد التجربة.

ثالثاً : مقياس حالة القلق من السباحة : ملحق (٤)

أعد مقياس حالة القلق محمد حسن علاوى (١٩٩٨) ويشتمل المقياس على صورتين (أ) ، (ب) وتتكون كل صورة من (٢٤) عبارة ، ويجب الفرد على كل عبارة طبقاً لاتجاهاته وشعوره نحوها على مقياس ثلاثي التدرج (نعم - غير متأكد - لا) والدرجات العالية على كل صورة توضح زيادة القلق من السباحة ومن الماء ، ويصلح المقياس للتطبيق على الجنسين ، ويراعى كتابة قائمة الاتجانات نحو السباحة كعنوان للصورة (أ) ، وكتابة قائمة المعتقدات الشخصية نحو السباحة، ونحو الماء كعنوان للصورة (ب). (١٢ : ٢٩١)

رابعاً : إختبار الذكاء العالى : ملحق (٥)

أعد هذا الإختبار السيد محمد خيرى (٢٠٠٠)(٣) بهدف قياس القدرة العقلية العامة (الذكاء) وهو صالح للتطبيق لكلا الجنسين ولجميع الأعمار السنوية وخاصة المرحلة الجامعية.

خامساً : الأجهزة والأدوات المستخدمة فى البحث:

- جهاز الرستامير لقياس الطول الكلى للجسم.
- ميزان طبى معاير لقياس الوزن.
- كاميرا تصوير ديجيتال.
- أجهزة حاسب آلى وشاشة عرض.
- ساعة إيقاف وصافرة.
- حمام سباحة ٢٥ X ١٢.٥ م بأدواته.

الدراسة الاستطلاعية الأولى :

تم إجراء الدراسة الإستطلاعية الأولى على عينة قوامها (١٠) طالبات من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية ، وذلك فى الفترة من ٢٠١٧/٢/٥ وحتى ٢٠١٧/٢/١٢ ، وأستهدفت التعرف على المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) لإستمارة التقييم ، وإختبار الذكاء العالى ، ومقياس حالة قلق تعلم السباحة قيد البحث.

المعاملات العلمية(الصدق - الثبات) للإختبارات قيد البحث :

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

تم حساب صدق إستمارة تقييم مستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر بإستخدام الصدق المنطقى ، حيث قامت الباحثة بعرض الإستمارة على عدد (٣) من المتخصصين فى السباحة (ملحق ٢) لإبداء الرأى فى مدى مطابقتها ومنطقية محتوى الإستمارة لما وضعت من أجله، وقد أشارت النتائج إلى إتفاق المحكمين بنسبة مئوية قدرها (١٠٠%) مما يشير إلى توافر الصدق المنطقى لهذه الإستمارة قيد البحث، ولحساب معامل الثبات للإستمارة تم إستخدام تطبيق الإستمارة ثم إعادة التطبيق مرة أخرى بفارق زمنى قدره (٧) أيام على أفراد العينة الإستطلاعية ، فى الفترة من ٢٠١٧/٢/٥ وحتى ٢٠١٧/٢/١٢ وتم حساب معامل الارتباط بين نتائج التطبيقين الأول والثانى حيث بلغ معامل ثبات الإستمارة (٠.٨٢٩) مما يشير إلى ثبات الإستمارة.

ثانياً : المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) لإختبار الذكاء ومقياس حالة القلق :

قامت الباحثة بحساب معامل الثبات لإختبار الذكاء العالى ، ومقياس حالة قلق تعلم السباحة بطريقة تطبيق الإختبار ثم إعادة تطبيقه بفواصل زمني قدره (٧) أيام بين التطبيق الأول والثاني ، وتم حساب معامل الارتباط بينهما ، ولحساب معامل الصدق للإختبارات تم عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات (الصدق الذاتي)، وجدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)
المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) لإختبار الذكاء
ومقياس حالة قلق تعلم السباحة

ن = ١٠

الصدق الذاتي	قيمة "ر"	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الاختبارات
		ع	م	ع	م		
٠.٨٧١	*٠.٧٥٩	٥.٢٧	٣٠.٥٠	٥.٦١	٢٩.٧٠	درجة	الذكاء العالى
٠.٨٤٩	*٠.٧٢٢	٥.٤١	٤٧.٢٠	٥.٩٤	٤٨.٥٠	درجة	حالة القلق من السباحة الصورة (أ)
٠.٨٥٥	*٠.٧٣١	٤.٩٩	٤٥.٤٠	٥.٣٧	٤٦.٢٠	درجة	حالة القلق من السباحة الصورة(ب)

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢ * دال عند مستوى ٠.٠٥ *

يتضح من الجدول (٦) وجود ارتباط دال إحصائياً عند ٠.٠٥ بين التطبيقين الأول والثاني لإختبار الذكاء العالى، ومقياس حالة قلق تعلم السباحة، وبلغ معامل الصدق الذاتي للإختبار الذكاء العالى (٠.٨٧١) ، ومقياس حالة قلق تعلم السباحة (٠.٨٤٩ - ٠.٨٥٥) مما يشير إلى صدق وثبات الإختبارات عند التطبيق.

البرنامج التعليمى باستخدام الموديول الذاتى الإيجابى:

أهداف البرنامج التعليمى:

- ١- تحديد صعوبات التعلم ومصادر الأخطاء الفنية فى سباحة الصدر.
- ٢- تطوير مستوى الأداء الفنى فى سباحة الصدر.
- ٣- خفض حالة قلق تعلم السباحة.

أسس وضع البرنامج التعليمى :

- ١- تحديد صعوبات التعلم ومصادر الأخطاء الفنية فى سباحة الصدر.
- ٢- ملائمة محتوى البرنامج لمستوى وقدرات أفراد عينة البحث (طالبات ذوات صعوبات التعلم).
- ٣- مراعاة تصوير الطالبات أثناء تنفيذ الجزء التعليمى والتطبيقى بالدرس الأول ثم حذف الأداء الغير صحيح ، وعرض الأداء الصحيح بالدرس الثانى قبل تنفيذ الجزء التعليمى والتطبيقى.

٤- مراعاة تقديم الموديول الذاتى الإيجابى بالحاسب الآلى والذى يوضح النواحي الفنية الصحيحة لكل خطوة لتلاشى الأخطاء وتصحيحها.

٥- أن يتناسب محتوى البرنامج مع الأدوات والإمكانات اللازمة لتنفيذ البرنامج.

٦- أن يتميز محتوى البرنامج بالتنوع والسهولة والبساطة.

محتوى البرنامج التعليمى المقترح :

تم تحديد صعوبات التعلم فى سباحة الصدر من خلال تطبيق إستمارة تقييم مستوى الأداء فتمكنت الباحثة من تحديد الصعوبات لدى أفراد المجموعة التجريبية تلخصت فيما يلى :

- المبالغة فى رفع أو خفض الرأس.

- المبالغة فى إثناء الفخذين وتباعد الركبتين.

- خروج القدم من سطح الماء.

- الشد فى عمق كبير داخل الماء.

- سقوط المرفقين.

- الشد بذراع أقوى من الأخرى.

- ضعف التوافق بين حركات الذراعين والرجلين.

- صعوبة التنفس نتيجة إنخفاض الرأس.

ثم قامت الباحثة بإعداد خطة علاجية مقترحة لذوات صعوبات التعلم فى سباحة الصدر من خلال إتباع أسلوب الموديول الذاتى الإيجابى ، وأشتملت على ما يلى:

١- عرض فيديو للأداء المثالى لسباحة الصدر بمراحلها المختلفة بواسطة جهاز الحاسب الآلى على الطالبات ، والتعليق عليه وشرح النواحي الفنية من قبل الباحثة ، وذلك لمدة (١٥)ق.

٢- قيام أفراد المجموعة التجريبية بتنفيذ المراحل الفنية لسباحة الصدر مع التصوير بالفيديو لأداء طالبات المجموعة التجريبية فى الجزء التعليمى والتطبيقى بالدرس الأول ثم حذف الأداء الخاطىء والإبقاء على الأداء الصحيح كموديول ذاتى إيجابى للطالبة.

٣- عرض الفيديو للأداء الصحيح كموديول ذاتى إيجابى للطالبة بواسطة جهاز الحاسب الآلى على الطالبات قبل البدء فى تنفيذ الجزء التعليمى والتطبيقى بالدرس التالى ، وقد لجأت الباحثة لتكرار العرض عندما لاحظت زيادة فى الأخطاء الفنية عند أداء سباحة الصدر.

٤- تصوير أداء كل طالبة فى سباحة الصدر ، ثم الإنتقال لصالة العرض (حيث كانت داخل حمام السباحة) لتشاهد كل طالبة أدائها ، ومن ثم معرفة أخطائها مع استخدام العرض البطئ والتثبيت للصورة للمشاهدة.

٥- تكرار الأداء من قبل الطالبات مع التركيز أثناء الأداء على إصلاح الأخطاء التى ظهرت فى الأداء الفنى لسباحة الصدر إلى أن تم الإنتهاء من فترة التطبيق.

٦- تم تحديد محتويات الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية فى (١٦) وحدة تعليمية بواقع وحدتين تعليميتين فى الأسبوع ، وذلك لمدة (٩) أسابيع ، وزمن الوحدة التعليمية (١٢٠) دقيقة مقسمة كما يلى:

مشاهدة الموديول الذاتى الإيجابى وتلقى الرجوع	١٥ق
للتهيئة البدنية	١٠ق
للاعداد البدنى الخاص	٢٠ق
للجزء التعليمى والتطبيقى	٧٠ق
للجزء الختامى	٥ق

٧- تم توحيد الزمن للوحدة التعليمية ومحتوى الوحدات والامكانات المادية والبشرية بين المجموعة التجريبية والتي تستخدم أسلوب الموديول الذاتى الإيجابى ، والمجموعة الضابطة والتي تستخدم الطريقة التقليدية ، وكان الاختلاف الوحيد بين المجموعتين هو أسلوب التدريس المقترح فقط.

القياسات القبليّة:

تم إجراء القياسات القبليّة للمجموعتين التجريبية والضابطة فى الفترة من ٢٠١٧/٢/١٤ إلى ٢٠١٧/٢/١٥ فى حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفنى فى سباحة الصدر.

تطبيق البرنامج التعليمى المقترح :

قامت الباحثة بتنفيذ محتوى البرنامج التعليمى باستخدام أسلوب الموديول الذاتى الإيجابى (ملحق ٦) على أفراد المجموعة التجريبية، وذلك فى الفترة من ٢٠١٧/٢/١٦ وحتى ٢٠١٧/٤/١٩ على مدى (٩) أسابيع متصلة بواقع وحدتين تعليميتين فى الأسبوع الواحد زمن الوحدة (١٢٠) دقيقة بإجمالى (١٦) وحدة تعليمية ، بينما أتبعَت المجموعة الضابطة الطريقة التقليدية (التعلم بالأوامر) وملحق (٧) يوضح نموذج لوحدة تعليمية أسبوعية.

القياسات البعدية :

قامت الباحثة بإجراء القياسات البعدية لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في الفترة من ٢٣/٤/٢٠١٧ إلى ٢٤/٤/٢٠١٧ في حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفني في سباحة الصدر بنفس ترتيب وشروط القياسات القبلية أجريت به القياسات القبلية.

أساليب التحليل الإحصائي:

تم معالجة البيانات إحصائياً باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي. Mean
- الإنحراف المعياري. Standard Deviation
- الوسيط. Median
- معامل الإلتواء. Skewness
- معامل الارتباط البسيط. Correlation Coefficients
- إختبار "ت". T.Test
- نسب التحسن. Progress Ratios

عرض ومناقشة النتائج :

أولاً : عرض النتائج:

جدول (٧)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية
في قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفني لسباحة الصدر

ن = ٩

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		قيمة "ت"
		ع	م	ع	م	
وضع الجسم	(٣) درجات	١.٧٨	٠.٩٥	٢.٨٩	٠.٤٧	*٣.٢٥
حركات الذراعين	(٥) درجات	١.٠٦	٠.٨٧	٤.٠٠	٠.٥٩	*٨.١١
حركات الرجلين	(٤) درجات	١.٠٠	٠.٨٦	٣.٤٤	٠.٥٤	*٦.٣٧
عملية التنفس	(٣) درجات	٠.٨٩	٠.٧١	٢.٦٧	٠.٥١	*٥.٢٩
التوافق	درجتان	٠.٧٨	٠.٦٢	١.٨٩	٠.٤٦	*٣.١٢
مجموع إستمارة التقييم	(١٧) درجة	٥.٥١	٣.٠٤	١٤.٨٩	٢.١٧	*٧.٣٩
حالة القلق من السباحة الصورة (أ)	درجة	٤٨.٤٤	٤.٦٣	٣٩.٤٤	٤.٢١	*٤.٢٧
حالة القلق من السباحة الصورة(ب)	درجة	٤٦.٥٦	٤.٩٢	٣٥.٧٨	٤.٥٧	*٤.٦١

* دال عند مستوي ٠.٠٥

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٢.٣٠٦

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفني لسباحة الصدر لصالح القياس البعدى.

جدول (٨)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة
فى قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر

ن = ٩

قيمة "ت"	القياس البعدى		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	م	ع	م		
*٢.٣٨	٠.٥١	٢.٣٣	٠.٩٧	١.٨٩	درجات (٣)	وضع الجسم
*٥.٩٦	٠.٤٨	٣.٢٢	٠.٩١	١.٢٢	درجات (٥)	حركات الذراعين
*٣.٧٢	٠.٥٥	٢.٥٦	٠.٨٨	١.١٧	درجات (٤)	حركات الرجلين
*٣.٥١	٠.٤٩	٢.١١	٠.٧٤	٠.٩٤	درجات (٣)	عملية التنفس
*٢.٤٦	٠.٤٤	١.٣٣	٠.٦٧	٠.٨٩	درجتان	التوافق
*٣.٩١	٢.١٢	١١.٥٥	٣.٢٩	٦.١١	درجة (١٧)	مجموع إستمارة التقييم
٠.٧٢	٤.١٦	٤٦.٠٠	٤.٥٨	٤٧.٦٧	درجة	حالة القلق من السباحة الصورة (أ)
٠.٩١	٤.٣١	٤٣.١٧	٥.٠٢	٤٥.٢٢	درجة	حالة القلق من السباحة الصورة (ب)

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٣٠٦ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين القياس القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة فى مستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر لصالح القياس البعدى، فى حين لا توجد فروق دالة إحصائياً فى حالة قلق تعلم السباحة.

جدول (٩)

دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبيتين والضابطة
فى قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر

قيمة "ت"	المجموعة الضابطة ن = ٩		المجموعة التجريبية ن = ٩		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	م	ع	م		
*٢.٢٩	٠.٥١	٢.٣٣	٠.٤٧	٢.٨٩	درجات (٣)	وضع الجسم
*٢.٩١	٠.٤٨	٣.٢٢	٠.٥٩	٤.٠٠	درجات (٥)	حركات الذراعين
*٣.٢٤	٠.٥٥	٢.٥٦	٠.٥٤	٣.٤٤	درجات (٤)	حركات الرجلين
*٢.٢٤	٠.٤٩	٢.١١	٠.٥١	٢.٦٧	درجات (٣)	عملية التنفس
*٢.٤٨	٠.٤٤	١.٣٣	٠.٤٦	١.٨٩	درجتان	التوافق
*٣.١٢	٢.١٢	١١.٥٥	٢.١٧	١٤.٨٩	درجة (١٧)	مجموع إستمارة التقييم
*٣.١٤	٤.١٦	٤٦.٠٠	٤.٢١	٣٩.٤٤	درجة	حالة القلق من السباحة الصورة (أ)
*٣.٣٣	٤.٣١	٤٣.١٧	٤.٥٧	٣٥.٧٨	درجة	حالة القلق من السباحة الصورة (ب)

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٢٠ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبيتين والضابطة فى حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر لصالح المجموعة التجريبية.

جدول (١٠)
نسب تحسن القياس البعدي عن القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة
في قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفني لسباحة الصدر

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		ن = ٩
	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	
وضع الجسم	١.٧٨	٢.٨٩	١.٨٩	٢.٣٣	٢٣.٢٨%
حركات الذراعين	١.٠٦	٤.٠٠	١.٢٢	٣.٢٢	١٦٣.٩٣%
حركات الرجلين	١.٠٠	٣.٤٤	١.١٧	٢.٥٦	١١٨.٨٠%
عملية التنفس	٠.٨٩	٢.٦٧	٠.٩٤	٢.١١	١٢٤.٤٧%
التوافق	٠.٧٨	١.٨٩	٠.٨٩	١.٣٣	٤٩.٤٤%
مجموع إستمارة التقييم	٥.٥١	١٤.٨٩	٦.١١	١١.٥٥	٨٩.٠٣%
حالة القلق من السباحة الصورة (أ)	٤٨.٤٤	٣٩.٤٤	٤٧.٦٧	٤٦.٠٠	٣.٦٣%
حالة القلق من السباحة الصورة (ب)	٤٦.٥٦	٣٥.٧٨	٤٥.٢٢	٤٣.١٧	٤.٧٥%

يتضح من جدول (١٠) تفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة في نسب تحسن القياس البعدي عن القبلي في حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفني لسباحة الصدر.

ثانياً: مناقشة النتائج:

أ- مناقشة النتائج للفرض الأول:

بملاحظة نتائج الجدول (٧) يتضح وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي ٠.٠٥ بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفني لسباحة الصدر لصالح القياس البعدي.

وترجع الباحثة التحسن في حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفني لسباحة الصدر إلى فاعلية البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب الموديول الذاتي الإيجابي ، والذي روعي فيه تشخيص صعوبات التعلم من خلال تقييم مستوى أداء سباحة الصدر ، ومن ثم وضع مجموعة من الإجراءات التعليمية لعلاج صعوبات التعلم ، حيث تم تصوير أداء كل طالبة والوصول إلى الموديول الذاتي الإيجابي لكل من (وضع الجسم - حركات الذراعين - حركات الرجلين - عملية التنفس - التوافق) بعد حذف الأداء الخاطيء من خلال إستخدام بعض وسائل تكنولوجيا التعليم ، بالإضافة إلى وضع مجموعة من الخطوات التعليمية المتدرجة من البسيط إلى المركب لمعالجة تلك الأخطاء الفنية الأمر الذي إنعكس إيجابياً على خفض حالة قلق تعلم السباحة وتحسين مستوى الأداء الفني لسباحة الصدر ، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه نيلسون **Nielson** (٢٠٠٤) أن إستخدام أسلوب تصوير الأداء وإعادة عرضه على المتعلمين للتعرف على مواطن القوة والضعف في الأداء المهاري يساعد بشكل كبير في تطوير الأداء الحركي. (١٢٧:٣٠)

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من: ماك كولاخ **Mack Cullgh** (٢٠٠٢) (٢٨)، عماد الدين سيد حسب الله (٢٠٠٤) (١٠)، نادية عبد القادر (٢٠٠٤) (١٩)، هوجيندومرن وإيسا **Hoogendoomrn & Elisa** (٢٠٠٤) (٢٧)، محمد فكرى سيد أحمد (٢٠٠٩) (١٧)، أحمد السيد الحبشى (٢٠١٣) (١)، أمل

محمود ربيع (٢٠١٦) (٤) على فاعلية البرامج التعليمية باستخدام الموديول الذاتي الإيجابي فى تحسين مستوى الأداء الحركى لدى المتعلمين ذوى صعوبات التعلم.

وفى هذا الصدد يشير كوبر Cooper (٢٠٠٣) أن البرامج التعليمية الموجهة إلى الطلاب ذوى صعوبات التعلم تزيد من معدل التحصيل الحركى والإنتاجية للمتعلم من خلال التذكر الحركى لما تم فى الموقف التعليمى لإصلاح الأخطاء الفنية فى الأداء الحركى. (٢٣: ١١٥)

ويضيف مصطفى السايح محمد (٢٠٠٤) أن التدريس بواسطة الكمبيوتر يرتبط بتنظيم البرامج ذات الطابع التفاعلى ، والتي تقدم المعلومات بواسطة الصور والصوت والحركة فى أشكال متتابعة كى تزيد معرفة المتعلم وفهمه لموضوع الدرس ، ومن ثم يكون المتعلم رقيب على نفسه أثناء عملية التعليم ، وربط أسلوب التدريس بمساعدة الكمبيوتر التعليمى يساعد فى تحسين معالجة المعلومات للطلاب ، وهو ما يعرف بالتغذية الراجعة (١٨: ١٢٢).

وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الأول والذي ينص على : " توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية (الموديول الذاتى الإيجابي) فى حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر لصالح القياس البعدى".

ب- مناقشة النتائج للفرض الثانى:

أشارت نتائج جدول (٨) إلى وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى مستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر لصالح القياس البعدى ، فى حين لا توجد فروق دالة إحصائياً فى حالة قلق تعلم السباحة.

وترجع الباحثة التحسن فى مستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر لأفراد المجموعة الضابطة إلي وجود المعلمة ، وقيامها بتقديم الشرح اللفظى المبسط لمراحل الأداء الفنى لسباحة الصدر ، كما قامت بعرض نموذج عملى عدة مرات حتى التأكد من مشاهدة جميع الطالبات للنموذج العملى للمهارة قيد البحث ، وتعليم الطالبات من خلال تدريبات مبسطة ثم تدريبات أكثر تعقيداً ، بالإضافة إلى قيام المعلمة بتصحيح الأخطاء الفنية للطالبات مما أثر إيجابياً على مستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر فى حين لم تتحسن حالة قلق تعلم السباحة نتيجة تأخر إمداد الطالبة بالتغذية الراجعة مباشرة بعد الأداء فأصبح العمل يتم بشكل روتينى.

وفى هذا الصدد تشير كل من : ناهد محمود ونيللى رمزى (١٩٩٨) ، سامية فرغلى ونادية عبد القادر (٢٠٠٢) أن الطريقة التقليدية (التعلم بالأوامر) فى تدريس المهارات الحركية للتلاميذ بدرس التربية الرياضية تتيح الفرصة للمتعلم للتعلم من خلال عرض نموذج عملى للمهارة ، وتقديم الشرح اللفظى المبسط من قبل المعلم ليقوم المتعلم بمحاكاة ما شاهده فهو بذلك دوره سلبي ومتلقى فقط وغير نشط. (٧٥:٢٠)، (١٦٣:٨)

وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الثانى جزئياً والذي ينص على : " توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة (التعلم بالأوامر) فى حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر لصالح القياس البعدى".

ج- مناقشة النتائج للفرض الثالث:

أظهرت نتائج جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر ولصالح المجموعة التجريبية.

كما أسفرت نتائج جدول (١٠) عن تفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة فى نسب تحسن القياس البعدى عن القبلى فى حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر.

وتعزى الباحثة تفوق أفراد المجموعة التجريبية علي أفراد المجموعة الضابطة في القياسات البعدية ونسب تحسن القياس البعدى عن القبلى فى حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر إلى فاعلية البرنامج التعليمى باستخدام أسلوب الموديول الذاتى الإيجابى القائم على إستخدام وسائل تكنولوجيا التعليم من خلال تصوير أداء الطالبات بكاميرا فيديو وحذف الأداء الخاطيء ثم عرض الأداء الصحيح لكل طالبة وإمداد كل طالبة بالتغذية الراجعة بعد كل أداء ، ومراعاة الفروق الفردية بين الطالبات والتدرج فى الخطوات التعليمية والتدريبات من البسيط إلى المركب ، بينما أكتفت المجموعة الضابطة بالتعلم من خلال إتباع الطريقة التقليدية ، والقائمة على الشرح اللفظى لجوانب المهارة ، وتقديم النموذج العملى من قبل المعلمة ، ودور الطالبة سلبى أى أنها تؤدي ما تشاهده فقط ، الأمر الذى أدى إلى تفوق المجموعة التجريبية علي المجموعة الضابطة فى حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر ، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه نيلسون **Nielson** (٢٠٠٤) أن التحصيل الحركى يتحسن بشكل ملموس عند إستخدام الإختبارات التشخيصية لصعوبات التعلم الحركى ، ومن ثم وضع البرامج التعليمية العلاجية لهذه الصعوبات حيث يحتفظ المتعلم بما تعلمه لفترة زمنية طويلة.(٢٩:١٢)

وتضيف كل من : **إيلين وديع (١٩٩٦)**، **عفاف عبد الكريم (١٩٩٨)** أن طريقة عرض النموذج المصور بالفيديو ومشاهدة المتعلمين لأدائهم يساعد على متابعة مكونات المهارة مما يؤدي إلى سرعة تعلمها بدرجة عالية من الإتقان والجودة.(١٩٤:٥)،(١٦٤:٩)

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من: **ماك كولاخ Mack Cullgh (٢٠٠٢)**(٢٨)، **عماد الدين سيد حسب الله (٢٠٠٤)**(١٠)، **نادية عبد القادر (٢٠٠٤)** (١٩)، **هوجيندومرن وإليسا Hoogendoorn & Elisa (٢٠٠٤)** (٢٧)، **محمد فكرى سيد أحمد (٢٠٠٩)** (١٧) ، **أحمد السيد الحبشى (٢٠١٣)**(١)، **أمل**

محمود ربيع (٢٠١٦) (٤) على فاعلية البرامج التعليمية باستخدام الموديول الذاتي الإيجابي في تحسين مستوى الأداء الحركي لدى المتعلمين ذوي صعوبات التعلم مقارنة بأسلوب التعلم بالأوامر.

هذا الصدد يشير محمد على القط (٢٠٠٠)(١٦) أن استخدام الوسائل التكنولوجية من العوامل الهادفة بالعملية التعليمية حيث أنها جزءاً هاماً للارتقاء بتعليم مهارات السباحة، حيث أنها تساعد المتعلم على اكتساب المهارات الحركية اكتساباً كاملاً ، وتساعد على التغلب على عامل القلق والخوف من الماء وتعلم السباحة ، واختصار الزمن المخصص لكل مرحلة تعليمية، وتسهيل إمكانية تعلم الحركات الصعبة.

وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الثالث والذي ينص على : " توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفني لسباحة الصدر لصالح المجموعة التجريبية".

الإستخلاصات:

في ضوء إجراءات البحث وحدود العينة الأساسية والتحليل الإحصائي تم التوصل إلى الإستخلاصات التالية:

- ١- يؤثر البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب الموديول الذاتي الإيجابي تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) على حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفني لسباحة الصدر للطالبات ذوات صعوبات التعلم.
- ٢- يؤثر استخدام الطريقة التقليدية تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) على مستوى الأداء الفني لسباحة الصدر للطالبات ذوات صعوبات التعلم في حين ليس لها تأثير على حالة قلق تعلم السباحة.
- ٣- أسلوب الموديول الذاتي الإيجابي أكثر فاعلية من الطريقة التقليدية في الإرتقاء بحالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفني لسباحة الصدر للطالبات ذوات صعوبات التعلم.
- ٤- تفوق المجموعة التجريبية علي المجموعة الضابطة في نسب تحسن القياس البعدي عن القبلي في حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفني لسباحة الصدر للطالبات ذوات صعوبات التعلم ، حيث تراوحت نسب التحسن ما بين (٢٢.٨٢% - ٢٧٧.٣٦%) للمجموعة التجريبية ، بينما تراوحت نسب التحسن للمجموعة الضابطة ما بين (٣.٦٣% - ١٦٣.٩٣%).

التوصيات:

بناءً على ما أسفرت عنه نتائج البحث ، وما ترتب عليه من إستخلاصات ، توصي الباحثة بما يلي :

- ١- ضرورة استخدام أسلوب الموديول الذاتي الإيجابي لما له من تأثير فعال في تحسين حالة قلق تعلم السباحة ومعالجة نقاط الضعف لدى الطالبات ذوات صعوبات التعلم في سباحة الصدر بكلية التربية الرياضية - جامعة مدينة السادات.

- ٢- عقد الدورات التدريبية لأعضاء هيئة التدريس والمعاونين بالكلية حول كيفية اكتشاف الطالبات اللاتي تعانين من صعوبات في التعلم للمهارت والجوانب المختلفة في مقرر السباحة.
- ٣- إجراء المزيد من الدراسات العلمية حول أسلوب الموديول الذاتي الإيجابي والتي تعمل على إتقان الجوانب المختلفة لطرق السباحة الأخرى.
- ٤- إجراء دراسات حول البرامج العلاجية الأخرى والتي تعمل على تحسين نوعية المخرجات التعليمية في مقرر السباحة.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- ١- أحمد السيد الحبشى (٢٠١٣): "تأثير استخدام اسلوب التدريس العلاجى على تعلم السباحة لدى الطلاب ذوى صعوبات التعلم"، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بنها.
- ٢- السيد عبد الحميد سليمان (٢٠٠٥): صعوبات التعلم تاريخها - مفهومها - تشخيصها - علاجها ، ط٢، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- ٣- السيد محمد خيرى (٢٠٠٠): إختبار الذكاء العالى (تعليمات وتطبيقات)، ط٢، دار النهضة العربية ، القاهرة.
- ٤- أمل محمود ربيع (٢٠١٦): "فاعلية إستخدام الموديول الإيجابى على تعلم بعض مهارات التمرينات الإيقاعية للصم والبكم"، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة الزقازيق.
- ٥- إيلين وديع فرج (١٩٩٦) : خبرات فى الألعاب للصغار والكبار، منشأة المعارف ، الإسكندرية.
- ٦- حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٣) : دراسات فى الصحة النفسية والإرشاد النفسى ، عالم الكتاب ، القاهرة.
- ٧- زكى محمد حسن (١٩٩٨): الكرة الطائرة " استراتيجيات تدريبات الدفاع والهجوم "، منشأة المعارف ، الإسكندرية.
- ٨- سامية فرغلى ، نادية عبد القادر (٢٠٠٢): التدريس والتدريب الميدانى فى التربية الرياضية ، مكتبة دار الحكمة ، الإسكندرية.
- ٩- عفاف عبد الكريم (١٩٩٨): طرق التدريس فى التربية الرياضية، منشأة المعارف الإسكندرية.
- ١٠- عماد الدين سيد حسب الله (٢٠٠٤): "تأثير النموذج الذاتى الايجابى على مستوى التحصيل الحركى والمعرفى للجملة الحركية الحرة فى التمرينات"، مجلة علوم فنون الرياضة ، المجلد (٢٠)، العدد (٣)، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان.
- ١١- فتح الباب عبد الحليم سيد (٢٠١٠): الكمبيوتر فى التعلم ، ط٢ ، عالم الكتب ، القاهرة.
- ١٢- محمد حسن علاوى (١٩٩٨): موسوعة الإختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
- ١٣- محمد حسن علاوى (٢٠٠٧) : مدخل علم النفس الرياضى ، ط٧ ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
- ١٤- محمد سعد زغلول ، مكارم حلمى أبو هرجة ، هانى سعيد عبد المنعم (٢٠٠١): تكنولوجيا التعليم وأساليبها فى التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

- ١٥- محمد على القط (١٩٩٩): المبادئ العلمية للسباحة، دار القيس للطباعة والنشر، القاهرة.
- ١٦- محمد على القط (٢٠٠٠): السباحة بين النظرية والتطبيق، مكتب العزيزى للكمبيوتر، الزقازيق.
- ١٧- محمد فكرى سيد أحمد (٢٠٠٩): "تأثير التدريس الفردى الإرشادى بإستخدام الكتيب المبرمج لعلاج صعوبات التعلم فى مهارة التصويب من السقوط فى كرة اليد"، مجلة علوم وفنون الرياضة ، المجلد (٣٣)، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة حلوان.
- ١٨- مصطفى السايح محمد (٢٠٠٤): المنهج التكنولوجى وتكنولوجيا التعليم والمعلومات فى التربية الرياضية ، دار الوفاء ، الاسكندرية.
- ١٩- نادية عبد القادر (٢٠١٤) فاعلية تنمية بعض المهارات النفسية باستخدام النموذج الذاتي الايجابي على مستوى أداء بعض بدايات عارضة التوازن"، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، المجلد (٤٢)، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان.
- ٢٠- ناهد محمود ونبلى رمزى (١٩٩٨): طرق التدريس فى التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٢١- وفيقة مصطفى سالم (١٩٩٧): "الرياضات المائية - طرق تدريسها - أسس تدريبها - أساليب تقويمها"، منشأة المعارف، الإسكندرية.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 22-Bradly,R., (2004) :Theuse of goals tetting positive slfe_modeling to Enfance Self_Efficacy and performance of the Baskat-Ball free throw shat.,Vn pulished Doctoral Dissentation,Univarsity of Mary land,College Bark.
- 23-Cooper, E.,(2003) :Teaching and Learning Physical Education in Secondary Schools, Wm . C. Brown, Company Publishers .
- 24-Davison, G. , & Neale, J.,(2007) "Abnormal Psychology: An Experimental Clinical Approach", 3 rd.ed., New York, JohnWiley & sons, Inc.
- 25-Dowrick, P., (1999) : Areivw of self-modeling and Related inter vention,. Applied preventive Psychology,23-35.
- 26-Halli Well,W., (2002) : Providing sport Psychology consuntant services in professional Hockey, the sport psychologist,4,3,6g-377.

27-Hoogendoorn-elisa (2004):Children with movement difficulties perceive teachers to treat students in physical education differently according to skill level,Dissertation Abstracts International.

28-Mack Cullgh (2002) : Self-Modeling ,seeing your self performe Influences Psychological Responces and Physical performance, I M A,pa Ioannov,M Goudas, Y theodorakes (Eds) 10 th world congress of sport psycholgy.

29-Nielson, K., (2004) : The Effects of Video- Cueing Selected Teaching Behavior in Physical Education Classes, Journal of Teaching in Physical Education ,Vol.,61.

30-Nielson, R., (2004): The Effect of Reciprocal Style on Student Teachers in Teaching Physical Education, Merrill Pubishing Company Columbus, London.

ثالثاً: موقع على الشبكة الدولية للمعلومات:

31-<http://www.Sahaara.com/Vb/Showthread.Php=27323>.

ملخص البحث

فاعلية الموديول الذاتى الإيجابى فى خفض حالة قلق تعلم السباحة وعلاج صعوبات التعلم فى سباحة الصدر

أستهدف البحث التعرف على الفروق بين فاعلية التدريس بكل من الموديول الذاتى الإيجابى والطريقة التقليدية فى خفض حالة قلق تعلم السباحة وتحسين مستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر لدى الطالبات ذوات صعوبات التعلم، وأستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة قوامها (١٨) طالبة من الطالبات ذوات صعوبات التعلم بالفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات تم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداهما مجموعة تجريبية والأخرى مجموعة ضابطة قوام كل منهما (٩) طالبات، ومن أدوات البحث : مقياس حالة قلق تعلم السباحة - إختبار الذكاء العالى - إستمارة تقييم مستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر - البرنامج التعليمى باستخدام الموديول الذاتى الإيجابى.

الأساليب الإحصائية المستخدمة : المتوسط الحسابى - الإنحراف المعياري - الوسيط - معامل الإلتواء - معامل الارتباط البسيط - إختبار "ت" - نسب التحسن.

ومن أهم النتائج:

- ١- يؤثر البرنامج التعليمى بإستخدام أسلوب الموديول الذاتى الإيجابى تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) على حالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر للطالبات ذوات صعوبات التعلم.
- ٢- يؤثر إستخدام الطريقة التقليدية تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) على مستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر للطالبات ذوات صعوبات التعلم فى حين ليس لها تأثير على حالة قلق تعلم السباحة.
- ٣- أسلوب الموديول الذاتى الإيجابى أكثر فاعلية من الطريقة التقليدية فى الإرتقاء بحالة قلق تعلم السباحة ومستوى الأداء الفنى لسباحة الصدر للطالبات ذوات صعوبات التعلم.

Research Summary

The effectiveness of the positive self-model in reducing the anxiety of learning Swimming and the treatment of learning difficulties in breast swimming

Dr.,:Walaa Mohammed Kamel Al Abd.

Research aimed to identify the differences between the effectiveness of teaching both module self-positive traditional way in reducing anxiety learn to swim and improve performance technical swimming chest level of female students with learning difficulties, the researcher used the experimental method on a sample of 18 female students of female students with learning difficulties, the band third Faculty of Physical Education, University of Sadat city, has been divided into two groups, one experimental group and a control group and the other strength of each (9) students, and research tools: scale anxiety learn to swim - high IQ test - performance Evaluation form thousand level Z swimming chest - the educational program by using module self-positive.

The most important results are:

- 1- The educational program using the positive self-model method has a statistically significant positive effect at (0.05) level on the swimming learning anxiety and the technical performance of chest swimming for students with learning disabilities.
2. The use of the traditional method has a statistically significant positive effect (0.05) on the level of technical performance of chest culture for students with learning disabilities, while it has no effect on the swimming learning anxiety.
3. Positive self-affirmative technique is more effective than the traditional method of raising the state of anxiety of swimming learning and the technical performance of swimming chest for students with learning difficulties.