



أثر ممارسة بعض الأنشطة الترويحية علي القيم الخلقية لدي ناشئي السباحة

أ.م.د. / أحمد محمد هاشم د / محمد جودة قنديل

الباحث / إبراهيم حسن إبراهيم شوري

مقدمة البحث Research Introduction

يعد التدريب الرياضي عملية تتكامل فيها تنمية وتطوير المتغيرات البدنية والمهارية والقدرات الخطئية والسمات والمهارات النفسية وإكساب القيم الخلقية وتعتبر رياضة السباحة أحد أنماط الأنشطة التي تسعى إلى تنمية هذه المتغيرات ، ولقد شغل موضوع القيم اهتمام كثير من الفلاسفه والمفكرين منذ طفولة الإنسان فالصدق والمساواة والإخلاص قيم أخلاقية ، والمال والتجارة قيم إقتصادية والحرية وتقرير المصير والاستغلال قيم سياسية ، والفنون قيم جمالية ، فهذه القيم وغيرها تدفع الانسان إلى تغيير واقعة وحاله الراهن إعراباً عن ضيقه به ، وتطلعاً إلى الكمال المنشود.

وتعتبر هذه الدراسة مرتبطة بالأخلاق كقيمة ، فالأخلاق في اللغة تعني السجية والطبع والعادة ، ويمكن التعرف على علم الأخلاق بأنه البحث عن المبادئ وترتيبها واستنباطها والكشف عن أهميتها للحياة مع بيان الواجبات التي يلتزم بها الإنسان.

ويؤكد محمد حسن علاوي (٢٠٠٢م) على أهمية القيم الخلقية حيث إنها تلعب دوراً رئيسياً في تشكيل الشخصية الرياضية وتسهم بدرجة كبيرة في الارتقاء بمستوى قدرات الفرد واستعداداته ، وقد أثبتت البحوث والشواهد أن اللاعبين يفتقرون إلى السمات الخلقية والإرادية يظهرون بمستوى يقل عن مستوى قدرتهم الحقيقية ، كما يسجلون نتائج أقل من المستوى المتوقع بالرغم من حسن إعدادهم في النواحي البدنية والمهارية والخطئية ، فالفرد الذي يفتقر إلى الروح الرياضية أو الولاء للفريق أو الكفاح في سبيل الفوز لن يستطيع مهما بلغت قدراته البدنية والفنية تحقيق الأداء المتميز ؛ نظراً لأن هذه القيم تؤثر بصورة مباشرة في مستوى الشخصية ككل. (٥ : ١٦٧)

ويعد الترويح احد المجالات التي تساعد في بناء شخصية الطفل وذلك بما تمنحه من فرص للتعبير عن ذاته وقدراته وابداعاته كما أن مجال الترويح غني بالانشطة التي تشبع حاجة الطفل الملحة للحركة والتأمل والتفكير والابداع والتي يكتسب من خلال ممارستها اللياقة البدنية والنفسية والفسولوجية



والمهارية وفي هذا يشير محمد الحماحي وعائدة عبد العزيز إلى أن الترويج يزود الطفل بالخبرات والمعلومات بطريقة تلقائية. (٦ : ١٢)

وترتبط هذه الدراسة بممارسة بعض الأنشطة الترويحية وتأثيرها على ناشئي السباحة كمجال له أهدافه ومبادئه وقيمه ، وتهدف إلى تمكين اللاعبين من الاعتماد على جهودهم في التدريب وتطوير شخصياتهم من جميع الجوانب بصورة متكاملة تساعد على اكتساب السلوك القويم بالعلم والمعرفة.

مشكلة البحث Research Problem

يشير بلال عبد العزيز بدوي (١٩٩٩م) إن الأحداث التي يمر بها المجتمع المصري ما هي إلا نتاج طبيعي للقيم السائدة به ، وتوجه الشباب للمخدرات والسرقة والاعتصاب والاعتقال فهي مؤشر لخلل في النسق القيمي بالمجتمع وأيضاً خلل في دور المؤسسات التربوية التي لها أكبر الأثر على توجيه الفتية والشباب في سلوكهم. (٢ : ٤)

ومن خلال ممارسة الباحث لرياضة السباحة وعمله كمدرّب في العديد من الأندية الكبرى لاحظ وجود مشكلة كبيرة تواجه مجتمع السباحين ألا وهي عدم وجود إطار قيمي صحيح يسعى إلى ظهور الرياضة عامة والسباحة خاصة بالمظهر اللائق وهذه المشاكل تنحصر في :
عدم وجود احترام للسباحين بعضهم ببعض أو بالمدرّبين ، عدم احترام اللاعب للحكم ، تناول العقاقير المنشطة والمكملات الغذائية المحذورة بهدف المكسب ، التدخين ، عدم تماسك الجماعة.

- مشكلة تصدع الفريق الرياضي واتجاه بعض اللاعبين للتمارين الخصوصية بما يسمى (البرايغت) مما يجعل اللاعب ليس لديه انتماء ولا يشعر بالقيمة المعنوية للنادي واحترام النادي مما يؤثر ذلك على نتائج النادي فنجد أن السباح يبذل قصارى جهده في السباقات الفردية ولكن لا يهتم ولا يبذل جهد في سباقات التتابع والتي هي في الأساس روح الفريق وهو الذي يجتمع فيه سباحي النادي وهو الجانب الاجتماعي لرياضة السباحة فلا يهتم السباح بهذا النوع من السباقات نظراً لعدم إنتمائه للإطار القيمي للفريق.

- محاولة احباط باقي السباحين لفوزه هو ، فيقوم ببعض الحيل التي تؤثر سلبياً على حماس باقي الزملاء بهدف الفوز بمفرده في البطولة.



- تحولت السباحة في الأونة الأخيرة إلى حرب هدفها الفوز فقط واختفت المعاني السامية للرياضة ككل ورياضة السباحة بوجه خاص.

مما أثار الباحثين للعمل مجتهدين في حل هذه المشكلة بإدماج برامج التدريب للسباحين ببعض الأنشطة الترويحية التي من خلالها يحاول زيادة انتماء السباحين لأنديتهم وتفعيل التعاون بين السباحين بعضهم ببعض وزرع إطار قيمي من خلال تنشئة اجتماعية سليمة في ظل الرعاية النفسية المقننة للسباحين محاولاً الاجابة على تحقيق أهداف البحث.

ويشير محمد حسن علاوي (٢٠٠٦م) إلى أن الكثير من المدربين يركزون كل اهتمامهم نحو تنمية مختلف القدرات ، ولا يهتمون الاهتمام الكافي بتنمية وتطوير السمات الخلقية الأمر الذي يخالف مبدء النمو الشامل للشخصية ، وينتج عنه أفراد ضعاف الخلق والإرادة. (٥ : ١٦٧)

ومن خلال ملاحظة الباحثين لعدم وجود اهتمام بتنمية القيم الخلقية من المدربين وأولياء الأمور واعتمادهم فقط على المهارات الأساسية والسباحة بشكل عام ، وهذا ما أشارت إليه تلك الأبحاث التي تؤكد اعتماد المدربين في العمل على اتجاهات تقليدية في التدريب الرياضي ، والتي تؤدي إلى ضعف الأداء التدريبي مما يقلل من سرعة السباح نحو تحقيق الأهداف ، والذي يؤدي إلى استهلاك معدلات كبيرة من الوقت والجهد ، مما يستوجب ضرورة أن يتجه المدربين نحو الأساليب التدريبية المعاصرة والحديثة حتى يتمكن من تطوير رياضة السباحة لسباحي الناشئين وتحقيق اعلى مستوى ممكن من الإنجاز على مختلف المستويات المحلية والإقليمية والدولية.

ومن خلال الدراسات المرجعية العديدة الأخرى التي تناولت موضوع القيم الخلقية مثل دراسة

د. بلال عبد العزيز بدوي (١٩٩٩م) بعنوان " بناء مقياس للقيم الخلقية لممارسي النشاط الكشفي " حيث أكدت هذه الدراسات أن هناك نقص وغياب لتطبيق الأنشطة الترويحية في التدريب الرياضي في المؤسسات الرياضية وربطه بالجانب الخلقى والنقص الكبير في وجود المختصين بهذا المجال وكان من نتائجها لزوم وحتمية الاهتمام بالقيم الأخلاقية للعلو والسمو بالرياضة . كما ان هناك الكثير من المؤسسات تعجز عن تطبيق خططها السنوية كاملة بسبب نقص في خبرات المدربين حيث ان اعتماد بعض المدربين على برامج قديمة وعدم قدرتهم على تنمية اداء السباحين بشكل سريع وعدم الاهتمام بالجوانب الخلقية يجعلهم غير قادرين على تقديم أفضل النتائج في البطولات الرياضية. (٢ : ٥-١)



وتؤكد ليلي السيد فرحات (٢٠٠٥م) أن الهدف من ممارسة الأنشطة الترويحية هو شعور الفرد بالسعادة والتي من خلالها يعبر عن مشاعره وأحاسيسه وينمي ملكاته وابتكر ويفهم وينتج وتتعلق طاقاته وتظهر مواهبه وتنمو معلوماته وتتأثر اتجاهاته ويتغير سلوكه في اتجاه طيب. (٤ : ١٠٤)

وتعتبر رياضة السباحة من الأنشطة الرياضية المحببة للكبير قبل الصغير حيث انها تساعد في تحسين الاجهزة الفسيولوجية وتحسين الحالة المزاجية وتحسين عملية التمثيل الغذائي وتحسين الذاكرة وتفريغ الشحنات السلبية للفرد.

وقد قام الباحثين بعمل إستبيان مفتوح للتأكد من صلاحية المشكلة للدراسة وذلك للوقوف على مدى تمتع السباحين بقيم أخلاقية ملائمة لممارسة الرياضة بشكل عام والسباحة بشكل خاص عن طريق تطبيق مقياس القيم الترويحية للدكتور عمرو يوسف على عينة استطلاعية قد بلغ قوامها ٢٠ سباح فوجد الباحث ان نسبة ٦٠% لا يتحلون بسمات الأنتماء والتعاون والحماس والتحفيز و ٢٠% لا يهتمون بوجود وتفعيل هذه القيم و ٢٠% اخرين يتحلو بقيم ترويحية وبتطبيق أستبيان آخر كعينة استطلاعية على مدربي السباحة وجد الباحث عدم أهتمام مدربي السباحة لتفعيل هذه القيم الخلقية نظراً للعديد من الأسباب أهمها هي:-

(ضيق الوقت - الأهتمام بالمكسب فقط - وقد يكون بعض المدربين سببا قوي في عدم التنشئة الاجتماعية وفي تفعيل قيم أخلاقية سلبية عن طريق إرغام بعض السباحين لتناول بعض العقاقير المنشطة للنيل من المكسب أو للتغلب على سباحين آخرين مما يجعل من رياضة السباحة حرب أخلاقية مما أثار الباحث من تناول هذه المشكلة).

وهذا يظهر لنا مدى الحاجة الماسة لتطبيق تاثير برنامج ترويحي مائي على القيم الخلقية لدى ناشئي السباحة بهدف الكشف عن بعض الحقائق العلمية التي يمكن أن تفيد هذه الفئة وتحسين صحتهم للوصول بهم لافضل ما يمكن .

لذا يقترح الباحثين تصميم برنامج تدريبي مدمج ببعض الأنشطة الترويحية خاص بناشئي السباحة ، ويحاول فيه الباحث غرس القيم الخلقية لضمان استمرار ونجاح العملية التدريبية فيما بعد.

هدف البحث Research Aim

- التعرف على القيم الخلقية لدى عينة البحث من ناشئي السباحة .
- إعداد برنامج تروحي ودمجه داخل البرنامج التدريبي .
- التعرف على أثر البرنامج على القيم الخلقية لدى العينة التجريبية للبحث .

فروض البحث Research Hypotheses

- توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي في القيم الخلقية لدي ناشئي السباحة.
- توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في القيم الخلقية لدي ناشئي السباحة.
- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في القيم الخلقية لدى ناشئي السباحة.
- توجد علاقة طردية بين مستوى القيم الخلقية والمستوى الرقمي لدى ناشئي السباحة.

مصطلحات البحث The Research Terms

- القيم :** " هي كل ما يقوم به أو يعطي قيمة لسواه أحياناً تقال القيمة على الشئ الثمين المرغوب المنشود ولأسباب ذاتية أو لاعتبارات نفسية - اجتماعية أو اقتصادية " . (٣ : ١٩)
- الأخلاق :** " مجموعة السلوك التي يقرها المجتمع وفقاً لمعتقداته وثقافته وعاداته وتقاليده ، ويلتزم بها أفراد هذا المجتمع في سلوكهم " . (٨ : ٧)

إجراءات البحث Research Procedures

منهج البحث : Research Curriculum

استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة لملاءمته مع أهداف وطبيعة البحث.

مجتمع وعينة البحث : Research Community and Sample

أجريت هذه الدراسة على عينة من ناشئي السباحة لعدد (٣٠ لاعباً) بأندية (الأهلي ، الزمالك ، مدينة نصر، الترسانة) من مراحل الناشئين (١٢-١٤ سنة) المسجلين بالاتحاد المصري للسباحة وتم



تقسيمهم ل (١٥) عينة تجريبية و (١٥) عينة ضابطة تم تجميعهم بـمكان واحد لاداء البرنامج مما يسهل على الباحث متابعتهم وكونه مدرباً لهم يضمن بذلك توحيد البرنامج التدريبي ويكون ملم بكل ظروفهم الإجتماعية والتدريبية.

أدوات البحث Research Tools

مقياس القيم الخلقية ، القياسات الرقمية ، الاطلاع على المراجع العلمية ، استمارات استبيان ، ساعة إيقاف ، حمام سباحة ، بعض الادوات الخفيفة التي ستستخدم في البرنامج الترويحي.

المسح المرجعي Reference Survey

قام الباحث بعمل مسح مرجعي للأبحاث العلمية المرتبطة والمتشابهة ، وبعض المراجع المتخصصة في مجال التدريب وبخاصة تدريب السباحة والمراجع والأبحاث العلمية التي تناولت موضوع القيم الخلقية.

الاستمارات Forms

بعد اطلاع الباحث على المراجع والدراسات السابقة قام بإعداد مجموعة من الاستمارات لاستطلاع رأي الخبراء المتخصصين .

١. استخدام مقياس القيم الخلقية للسباحين الناشئين ل (د/عمرو يوسف).

٢. إعداد وتصميم :

- استمارة استطلاع رأي (استبيان مفتوح) لعناصر اللعبة المختلفة حول القيم الخلقية لناشئي السباحة.
- استمارة استطلاع رأي (السادة الخبراء) حول محددات البرنامج الترويحي.
- استمارة استطلاع رأي (السادة الخبراء) حول صلاحية الأنشطة الترويحية المستخدمة داخل البرنامج
- استمارة تسجيل بيانات السباحين عينة البحث.

أدوات القياس Measurement Tools

مقياس القيم الخلقية لعمرو يوسف (٩)

استخدم هذا المقياس لتطبيقه على ناشئي السباحة في المرحلة السنية من (١٢-١٤ سنة).

الدراسة الأساسية (تجربة البحث)

تم تطبيق تجربة البحث وفقاً للخطوات الآتية :

القياس القبلي :

تم إجراء القياسات القبلية وذلك في الفترة من ٢٠ / ٧ / ٢٠١٩ إلى ٢٤ / ٧ / ٢٠١٩ في حمام سباحة نادي مدينة نصر الرياضي ، والتي استخدمت بنظام المجموعة الواحدة.

تنفيذ البرنامج :

تم تنفيذ البرنامج وتدريب السباحين بـمكان واحد وفقاً للبرنامج الترويحي المقترح في الفترة الزمنية من ٣ / ٨ / ٢٠١٩ إلى ٢٨ / ١٠ / ٢٠١٩ وتم الاتفاق مع عينة البحث على أن تكون أيام التدريب (السبت - الاثنين - الأربعاء) صباحاً.

القياس البعدي :

قام الباحث بإجراء القياسات البعدية للمجموعة في القيم الخلقية في الفترة من

٣٠ / ١٠ / ٢٠١٩ إلى ٦ / ١١ / ٢٠١٩ على ان يراعى الآتي :

١. أن تتم القياسات البعدية لجميع أفراد العينة بطريقة واحدة.

٢. مراعاة التسلسل والترتيب لإجراءات القياس.

٣. استخدام نفس أدوات القياس لجميع أفراد العينة.

المعالجات الإحصائية Statistical Analysis

تم استخدام عدة أساليب إحصائية تتمثل في :

- تحليل التباين. ANOVA Tableau • معامل الإلتواء. Sickliness • المتوسط الحسابي.
- إرتباط بيرسون. Pearson Correlation • إختبار ت Paired Samples Statistics



عرض النتائج Results Discussion

أولاً : عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول :

والذي ينص علي " توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي في القيم الخلقية لدي ناشئي السباحة ".

جدول (١)

اختبار ت الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعه الضابطه في أبعاد مقياس القيم الخلقية لدي ناشئي السباحة

ن = ٣٠

م	الأبعاد	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق	قيمة ت
		ع	س	ع	س		
١	الإخاء	١٣.٩٣٣٣	١.٠٣٢٨	١٨.١٣٣٣	١.٢٤٥٩٥	٤.٢٠٠٠٠	١٠.٠٨٨
٢	الطاعة	١٢.٢	٠.٨٦١٨٩	١٧.٥٣٣٣	٠.٥١٦٤	٥.٣٣٣٣٣	١٨.٥٦٤
٣	الوفاء	٦.٢٦٦٧	٠.٧٠٣٧٣	٨.٥٣٣٣	٠.٧٠٣٧٣	٢.٢٦٦٦٧	١٠.٩٩٠
٤	الصدق	٥.٥٣٣٣	٠.٥١٦٤	٧.٦	٠.٧٠٣٧٣	٢.٠٦٦٦٧	١١.٣٧٤
٥	الأمانة	٦.٥٣٣٣	٠.٦٣٩٩٤	٨.١٣٣٣	٠.٧٠٣٧٣	١.٦٠٠٠٠	٧.٤٨٣
٦	العدل	٧.٧٣٣٣	٠.٤٥٧٧٤	٨.٨	٠.٧٠٣٧٣	١.٠٦٦٦٧	٥.٨٧٠
٧	الاعتماد على النفس	١٩.٤	٠.٥٠٧٠٩	٢٢.٥٣٣٣	٠.٧٠٣٧٣	٣.١٣٣٣٣	١١.٤٤٧
٨	ضبط النفس	٤.٨	٠.٤١٤٠٤	٦.٨٦٦٧	٠.٧٠٣٧٣	٢.٠٦٦٦٧	١٣.٤٨٤
٩	تحمل المسؤولية	١١.٧٣٣٣	٠.٤٥٧٧٤	١٣.٦٦٦٧	٠.٧٠٣٧٣	١.٩٣٣٣٣	٩.٣٧٤
١٠	النظام	٢١.١٣٣٣	٠.٣٥١٨٧	٢٢.٨٦٦٧	٠.٧٠٣٧٣	١.٧٣٣٣٣	١٤.٦٦٦
١١	الالتزام	١٣.٤	٠.٥٠٧٠٩	١٥.٠٦٦٧	٠.٧٠٣٧٣	١.٦٦٦٦٧	١٣.٢٢٩

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ١٩ = ٢.٠٠٩

يوضح جدول (١) أن هناك فروق دالة إحصائياً بين القياس البعدي والقبلي لأبعاد مقياس القيم الخلقية

حيث تنحصر قيمة ت المحسوبة بين (٥.٨ - ١٨.٥) وكانت قيمتها اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى

معنوية ٠.٠٥ مما يدل على وجود فروق دالة إحصائياً لصالح القياس البعدي.



جدول (٢)

اختبارات الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعه الضابطه في مجموع مقياس القيم الخلقية لدي ناشئي السباحة

ن = ٣٠

قيمة ت	الفرق بين متوسطين	القياس القبلي		القياس البعدي		المقياس
		ع	س	ع	س	
١٢.٨٨	٨.٩٣٣٣٣	٠.٧٠٣٧	١٣١.٦	٠.٧٠٣٧	١٢٢.٦٦٦	المجموع الكلي لمقياس القيم الخلقية
٦		٣		٣	٧	

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ١٩ = ٢.٠٩

يوضح جدول (٢) أن هناك فروق دالة إحصائياً بين القياس البعدي والقبلي لمجموع مقياس القيم الخلقية حيث كانت قيمة ت المحسوبة (١٢.٨) وكانت قيمتها اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يدل على وجود فروق دالة إحصائياً لصالح القياس البعدي. وبذلك يتحقق صحة فرض الفرض الأول والذي ينص علي " هناك فروق دالة إحصائياً عند مستوي معنوية ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعه الضابطه لصالح القياس البعدي ".

ثانياً : عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني :

والذي ينص علي " توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوي معنويه ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعه التجريبية لصالح القياس البعدي في القيم الخلقية لدي ناشئي السباحة ".



جدول (٣)

اختبارات الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعه التجريبية في أبعاد مقياس القيم الخلقية لدي ناشئي السباحة

ن = ٣٠

م	الأبعاد	القياس البعدي		القياس القبلي		الفرق بين متوسطين	قيمة ت
		ع	س	ع	س		
١	الإخاء	١٥.٨	٠.٤١٤٠٤	٢٢.٤	٠.٥٠٧٠٩	٦.٦٠٠٠٠	٤٠.٤١٧
٢	الطاعة	١٣.٥٣٣٣	٠.٨٣٣٨١	٢٢.٨	٠.٤١٤٠٤	٩.٢٦٦٦٧	٣٤.٧٥٠
٣	الوفاء	٦.٧٣٣٣	٠.٥٩٣٦٢	١١.٣٣٣٣	٠.٤٨٧٩٥	٤.٦٠٠٠٠	١٩.٥٧٢
٤	الصدق	٥.٩٣٣٣	٠.٧٩٨٨١	١٠.٦	٠.٨٢٨٠٨	٤.٦٦٦٦٧	١٧.٢٧٠
٥	الأمانة	٦.٨٦٦٧	٠.٣٥١٨٧	١٠.٣٣٣٣	١.١٧٥١٤	٣.٤٦٦٦٧	١١.٣٠٩
٦	العدل	٧.٨٦٦٧	٠.٣٥١٨٧	١٠.٣٣٣٣	٠.٩٧٥٥٩	٢.٤٦٦٦٧	١١.٤٥٧
٧	الاعتماد على النفس	١٩.٦	٠.٥٠٧٠٩	٢٦.٩٣٣٣	١.٧٠٩٩٢	٧.٣٣٣٣٣	١٨.٤٠٧
٨	ضبط النفس	٤.٩٣٣٣	٠.٢٥٨٢	١٠.٠٦٦٧	١.٠٣٢٨	٥.١٣٣٣٣	١٧.٦٦٥
٩	تحمل المسؤولية	١٢.٧٣٣٣	٠.٤٥٧٧٤	١٧.٤٦٦٧	٠.٧٤٣٢٢	٤.٧٣٣٣٣	١٧.٧٥٠
١٠	النظام	٢٠.٤	٠.٥٠٧٠٩	٢٥.٩٣٣٣	٠.٢٥٨٢	٥.٥٣٣٣٣	٣٣.٤٨٨
١١	الالتزام	١٣.٩٣٣٣	٠.٢٥٨٢	٢١	٠.٥٣٤٥٢	٧.٠٦٦٦٧	٤٦.١٠

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ١٩ = ٢.٠٩

يوضح جدول (٣) أن هناك فروق دالة إحصائياً بين القياس البعدي والقبلي لأبعاد مقياس القيم الخلقية حيث تنحصر قيمة ت المحسوبة بين (١١.٣ - ٤٦.١٠) وكانت قيمتها أكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يدل على وجود فروق دالة إحصائياً لصالح القياس البعدي.



جدول (٤)

اختبار ت الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعه التجريبية في مجموع مقياس القيم الخلقية لدي ناشئي السباحة

ن = ٣٠

قيمة ت	الفرق بين متوسطين	القياس القبلي		القياس البعدي		المقياس
		ع	س	ع	س	
٨١.٢٩	٦٠.٨٦٦٦	٢.٨٣٣٤	١٨٩.٢	١.٨٣٨٧	١٢٨.٣٣٣	المجموع الكلي لمقياس القيم
٠	٧	٧		٤	٣	

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ١٩ = ٢.٠٩

يوضح جدول (٤) أن هناك فروق دالة إحصائية بين القياس البعدي والقبلي لمجموع مقياس القيم الخلقية حيث كانت قيمة ت المحسوبة (٨١.٢) وكانت قيمتها اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي. وبذلك يتحقق صحة فرض الفرض الثاني والذي ينص علي " هناك فروق دالة احصائياً عند مستوي معنوية ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعه التجريبية لصالح القياس البعدي ".

ثالثاً : عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث :

والذي ينص علي " والذي ينص علي " توجد فروق دالة إحصائية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي للتجريبية في القيم الخلقية لدي ناشئي السباحة ".



جدول (٥)

اختبار ت الفروق بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة في أبعاد مقياس

القيم الخلقية لدي ناشئي السباحة ن = ٣٠

م	الأبعاد	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين متوسطين	قيمة ت
		ع	س	ع	س		
١	الإخاء	١٨.١٣٣٣	١.٢٤٥٩٥	٢٢.٤	٠.٥٠٧٠٩	٤.٢٦٦٦٧	١١.٩١٤
٢	الطاعة	١٧.٥٣٣٣	٠.٥١٦٤	٢٢.٨	٠.٤١٤٠٤	٥.٢٦٦٦٧	٣٤.٣٦٢
٣	الوفاء	٨.٥٣٣٣	٠.٥١٦٤	١١.٣٣٣٣	٠.٤٨٧٩٥	٢.٨٠٠٠٠	١١.٥٢٣
٤	الصدق	٧.٦	٠.٥٠٧٠٩	١٠.٦	٠.٨٢٨٠٨	٣.٠٠٠٠٠	١٧.٧٤٨
٥	الأمانة	٨.١٣٣٣	٠.٣٥١٨٧	١٠.٣٣٣٣	١.١٧٥١٤	٢.٢٠٠٠٠	٦.٢٠٥
٦	العدل	٨.٨	٠.٤١٤٠٤	١٠.٣٣٣٣	٠.٩٧٥٩	١.٥٣٣٣٣	٥.٠٠٢
٧	الاعتماد على النفس	٢٢.٥٣٣٣	٠.٦٣٩٩٤	٢٦.٩٣٣٣	١.٧٠٩٩٢	٤.٤٠٠٠٠	٧.٦٤٣
٨	ضبط النفس	٦.٨٦٦٧	٠.٣٥١٨٧	١٠.٠٦٦٧	١.٠٣٢٨	٣.٢٠٠٠٠	١٠.٢٦٧
٩	تحمل المسؤولية	١٣.٦٦٦٧	٠.٤٨٧٩٥	١٧.٤٦٦٧	٠.٧٤٣٢٢	٣.٨٠٠٠٠	١٥.٦٣٨
١٠	النظام	٢٢.٨٦٦٧	٠.٣٥١٨٧	٢٥.٩٣٣٣	٠.٢٥٨٢	٣.٠٦٦٦٧	٢٥.٩٤٧
١١	الالتزام	١٥.٠٦٦٧	٠.٤٥٧٧٤	٢١	٠.٥٣٤٥٢	٥.٩٣٣٣٣	٢٦.٠٠٤

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ١٩ = ٢.٠٩

يوضح جدول (٥) أن هناك فروق دالة إحصائياً بين القياس البعدي والقبلي لأبعاد مقياس القيم الخلقية حيث تتحصر قيمة ت المحسوبة بين (٥ - ٣٤.٣) وكانت قيمتها أكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يدل على وجود فروق دالة إحصائياً لصالح القياس البعدي.



جدول (٦)

اختبارات الفروق بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة في مجموع مقياس

القيم الخلقية لدي ناشئي السباحة

ن = ٣٠

قيمة ت	الفرق بين متوسطين	القياس القبلي		القياس البعدي		المقياس
		ع	س	ع	س	
٦٩.٦٥٥	٥٧.٦٠٠٠٠	٢.٨٣٣٤٧	١٨٩.٢	١.٢٤٢١٢	١٣١.٦	المجموع الكلي لمقياس القيم الخلقية

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ١٩ = ٢.٠٩

يوضح جدول (٦) أن هناك فروق دالة إحصائية بين القياس البعدي والقبلي لمجموع مقياس القيم الخلقية حيث كانت قيمة ت المحسوبة بين (٢٩.١١) وكانت قيمتها اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثالث والذي ينص على " هناك فروق دالة إحصائية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي للتجريبية "

ثالثاً : عرض ومناقشة نتائج الفرض الرابع :

والذي ينص على "توجد علاقة طردية بين مستوى القيم الخلقية والمستوى الرقمي لدي ناشئي السباحة "

جدول (٧)

الارتباط بين مقياس القيم الخلقية والمستوى الرقمي لدي ناشئي السباحة في مجموعتي البحث

ن = ٣٠

مقياس القيم الخلقية											الأبعاد	
المقياس ككل	الالتزام	النظام	تحمل المسؤولية	ضبط النفس	اعتماد النفس	العدل	الأمانة	الصدق	الوفاء	الطاعة		الإخاء
٠.٧٦٩	٠.٦٦٩	٠.٥٧٠	٠.٤٧٩	٠.٤٩٩	٠.٤٣٥	٠.٩٠٦	٠.٤٨٩	٠.٥٩٠	٠.٥٥٩	٠.٥٦٩	٠.٤٢٢	المستوى الرقمي

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٣٠٤٤



مناقشة النتائج Results Discussion

يهدف البحث إلى تصميم برنامج لتنمية القيم الخلقية لناشئ السباحة ، ثم دراسة مدى تأثير البرنامج على القيم الخلقية ، ومن خلال هذه الأهداف تم صياغة الفروض الآتية :
- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليّة والبعديّة في القيم الخلقية لصالح القياسات البعديّة للمجموعة التجريبية.

ولقد قام الباحث بعرض النتائج الخاصة بالمجموعة والفروق بين القياسات القبليّة والبعديّة وكذلك نسب التحسن في متغيرات البحث وعليه فسوف يتم مناقشة النتائج وفقاً لفروض البحث.

مناقشة النتائج الخاصة بالمجموعة التجريبية

تشير نتائج الجدول رقم (٥) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبليّة والبعديّة لأفراد المجموعة لصالح القياسات البعديّة للقيم الخلقية.

تتفق نتائج هذه الدراسة مع ما أشار إليه **مصطفى السايح محمد (٢٠٠٧م)** في أن المشاركة الرياضية عموماً تكسب الفرد الكثير من القيم المرغوب فيها مثل " احترام الغير ، الانتماء ، الإخلاص ، التعاون والمشاركة ، مساعدة الغير " ، كما أن لها دور فعال في تدعيم شخصية الفرد وتماسك المجتمع ، واكتساب الأفراد للمهارات الاجتماعية ، حيث أن المشاركة في الأنشطة الرياضية تساعد على الاندماج مع الزملاء وتوطيد العلاقات الإنسانية الإيجابية والتفاعل الاجتماعي. (٧)
ويعتقد الباحث أن هذه النتيجة تؤكد أن هناك تأثير إيجابي للبرنامج على جميع المتغيرات المهارية قيد البحث ، ويتضح من نسب التحسن في الجداول رقم (٦) ، (٧).

يتفق الباحث مع ما أشار إليه **أمين أنور الخولي (٢٠٠١م)** أن النشاط الرياضي يؤثر بشكل إيجابي على العلاقات الاجتماعية والقيم الخلقية ، حيث أن اللعب يتيح فرصة عريضة لغرس القيم الخلقية والتعرف على قيم المجتمع ومعاييره ونظمه الاجتماعية. (١ : ١٢١)

كما يعتقد الباحث أن طبيعة الألعاب الغرضية وتدرجات رياضة السباحة والتي تم تنفيذها خلال البرنامج المقترح لها أثر كبير في تعزيز بعض القيم الخلقية ، حيث تم غرس القيم الخلقية من خلالها في جو من النشاط والمتعة والسرور والمشاركة والتعاون بين أفراد المجموعة.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة كلاً من **برنارد وتروديل (٢٠٠١م)** ، ودراسة **ليونارد (٢٠٠٢م)** حيث أثر البرنامج المقترح تأثير إيجابي علي تنمية القيم الخلقية. (١٠) ، (١١)



وعلى هذا فالتحسن في القيم الخلقية لأفراد المجموعة التجريبية يؤكد تحقق فروض البحث ، وهي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبليّة والبعدية وهذه الفروق لصالح القياس البعدي لدى المجموعة التجريبية.

الاستنتاجات Conclusions

١. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للقيم الخلقية لدى المجموعة التجريبية مما يدل أن البرنامج التدريبي بممارسة بعض الأنشطة الترويحية أثر إيجابياً على تنمية القيم الخلقية لدى ناشئ السباحة ، وكانت يوجد نسبة تحسن للقيم الخلقية في المجموعة التجريبية.
٢. تدريب السباحة يساهم بشكل كبير في تدعيم القيم الخلقية لدى الناشئين.
٣. يؤثر البرنامج المقترح على تحسن اكتساب وتنمية القيم وأداء مهارات السباحة.
٤. الأنشطة الترويحية تساهم بشكل كبير في تقوية القيم لدى الناشئين.
٥. يؤثر البرنامج المقترح على تحسن الأرقام الشخصية للسباحين من ١٢ - ١٤ سنة.

التوصيات Recommendations

في ضوء أهداف البحث وتساؤلاته وما انتهت إليه المعالجة الإحصائية يوصى الباحث بالتالي :

١. الاسترشاد بالبرنامج الترويحي المقترح لتحسين القيم الخلقية لدى ناشئ الرياضات الأخرى.
٢. الاستفادة من إجراءات الدراسة والبرنامج المستخدم في تصميم برامج أخرى.
٣. محاولة تعميم إهتمامات المدربين بالجوانب التربوية متمثلة في تنمية القيم الخلقية للمراحل السنوية المختلفة ، والأخلاقيات المرتبطة بالرياضة.
٤. دراسة زيادة الوعي لدى المجتمع بأهمية الرياضة والدور الإيجابي الذي تلعبه في تحسين الصحة العامة واحتواء هؤلاء الفئة في المجتمع.
٥. محاولة تعميم الاهتمام الأكاديمي بالتربية الخلقية كجزء من عمل المدرب والذي لا يقل أهمية عن الإعداد النفسي للاعبين وخاصة في مرحلة المبتدئين.
٦. محاولة تطبيق إجراءات الأبحاث والدراسات الخاصة بالتربية الخلقية في رياضات ألعاب الماء ، وإجراء دراسات مشابهة في باقي الرياضات وعلى مستويات المبتدئين والناشئين واللاعبين والأبطال.
٧. إجراء دورات صقل لمدربي السباحة على تنفيذ برامج مشابهة موجهة لتنمية القيم.
٨. محاولة تعميم البرنامج على جميع الرياضات الأخرى من أجل خدمة الرياضة ومصرنا الحبيبة.



المراجع References

١. أمين أنور الخولي : أصول التربية البدنية والرياضة ، ط٣ ، الجزء الأول ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ٢٠٠١م .
٢. بلال عبد العزيز بدوي : بناء مقياس للقيم الخلقية لممارسي النشاط الكشفي ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٩٩م .
٣. عبد اللطيف بن إبراهيم بخاري : القيم بين الرياضية والإحتراف ، عالم الرياضة حمادة عيد نوار العنتبلي للنشر ودار الوفاء ، الإسكندرية ، ٢٠١٨م .
٤. ليلى السيد فرحات : القياس والاختبار فى التربية الرياضية ، مركز الكتاب والنشر ، الطبعة الثالثة ، ٢٠٠٥م .
٥. محمد حسن علاوي : مدخل في علم النفس الرياضي ، ط٥ ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٦م .
٦. محمد محمد الحماحي : الترويج بين النظرية والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٨م .
٧. مصطفى السايح محمد : علم الاجتماع الرياضي ، دار الوفاء ، الإسكندرية ، ٢٠٠٧م .
٨. وسام الدين أحمد : القيم الخلقية لدى الرياضيين " دراسة مقارنة " رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، ١٩٩٥م .
٩. عمرو يوسف محمود : دور معلم السباحة في تكوين القيم الخلقية لدى الأطفال ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بالهرم ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٧م .

ثانيا : قائمة المراجع الأجنبية

١٠. **Bernard .d &Trudel .p:** Rules of Coaches and Players about Rule Infraction Violence and thics ASTM special Technical Publication, (١٤٤٦) P. ١٥٢-١٦٦.
١١. **Leonard, J,** "Sixteen Values that Swimmer learn from the Sport", ASCA - Newsletter (٤), journal – Article, United States, ٢٠٠٢.



المرفقات

مرفق (١)

أسماء السادة الخبراء

م	الاسم	الوظيفة
١	أ.د. / أحمد السيد محمود متولي	أستاذ ورئيس قسم الإدارة الرياضية - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان
٢	أ.م.د. / باسم سعيد عبد الغني	أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق التدريس - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان
٣	أ.د. / بلال عبد العزيز بدوي	أستاذ الترويج الرياضي ووكيل كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان
٤	أ.د. / بهاء الدين عبد الرحمن	أستاذ ورئيس قسم الترويج الرياضي - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة المنيا
٥	أ.م.د. / حمدي فايد عبد العزيز	أستاذ مساعد بقسم الرياضات المائية - كلية التربية الرياضية للبنين
٦	أ.د. / طارق صلاح الدين فضل	أستاذ السباحة وعميد كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا
٧	د / محمد إبراهيم دسوقي	مدرس بقسم علوم الصحة - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان - والمدير الفني للمنتخبات القومية للسباحة
٨	أ.م.د. / نهى عبد العظيم عبد الحميد	أستاذ مساعد بقسم علوم نفسية وإجتماعية - كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الزقازيق
٩	أ.م.د. / هيثم محمد أحمد حسنين	أستاذ مساعد ورئيس قسم الرياضات المائية - كلية التربية الرياضية - جامعة بنها



مرفق رقم (٢)

إستبيان مفتوح لعناصر اللعبة المختلفة حول القيم الخلقية لناشئي السباحة

يقوم الباحث بإجراء بحث ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية بعنوان " أثر ممارسة بعض الأنشطة الترويحية علي القيم الخلقية لدي ناشئي السباحة " ، ويتقدم الباحث لسيادتكم بالاستمارة المرفقة وله عظيم الأمل في الاستفادة من خبراتكم في هذا المجال ولما كان لإنطباعاتكم وآراؤكم اهمية بالغة في إنجاح هذه الدراسة لإثراء هذا البحث لذا يرجى التكرم من سيادتكم الإجابة علي أسئلة وعبارات الإستبيان من خلال تفضلكم بإبداء آرائكم لتحديد :

البيانات الشخصية : (إختياري)

الإسم :

طبيعة العمل :

إشراف

دكتور

محمد جودة قنديل

مدرس بقسم نظريات وتطبيقات

الرياضيات المائية بكلية

التربية الرياضية

جامعة بنها

دكتور

أحمد محمد هاشم

أستاذ مساعد ورئيس قسم

الادارة الرياضية والترويج

كلية التربية الرياضية

جامعة بنى سويف

الباحث

إبراهيم شورى



برجاء إختيار إجابة واحدة لكل سؤال مما يلي :

١- ما رأيك في القيم الخلقية لدى السباحين الناشئين في فريقك أو في مجال تخصصك ؟

راضي () غير راضي ()

٢- ما هي أهم المشكلات التي تواجهك في التمرين ؟

.....
.....
.....
.....

٣- ما هي أهم المشكلات التي تواجهك في البطولات ؟

.....
.....
.....
.....

٤- أهم المشكلات التي تواجهك حول القيم الخلقية ؟

.....
.....
.....
.....

كل بيانات هذا الإستبيان بإجاباتها تفتح تحت سرية تامة وهي فقط لخدمة البحث العلمي
هاكرين لمساعدتكم خير تعاونكم وتفضلوا بقبول الشكر والتقدير

الباحث

إبراهيم شورى



مرفق رقم (٣)

إستمارة استطلاع رأي الخبراء لمحددات البرنامج

يقوم الباحث بإجراء بحث ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية بعنوان " أثر ممارسة بعض الأنشطة الترويحية علي القيم الخلقية لدي ناشئي السباحة " ، ويتقدم الباحث لسيادتكم بالاستمارة المرفقة وله عظيم الأمل في الاستفادة من خبراتكم في هذا المجال ولما كان لإنطباعاتكم وآراؤكم اهمية بالغة في إنجاح هذه الدراسة لإثراء هذا البحث لذا يرجى التكرم من سيادتكم الإجابة علي أسئلة وعبارات الإستبيان من خلال تفضلكم بإبداء آرائكم لتحديد :

١- مدة البرنامج.

٢- عدد وحدات التدريب في الأسبوع.

٣- زمن الوحدة التدريبية.

٤- درجة حمل التدريب المستخدمة بالبرنامج التدريبي.

وذلك بوضع علامة (√) أمام خانة الرأي

البيانات الشخصية : (اختياري)

الإسم :

طبيعة العمل :

إشراف

دكتور

محمد جودة قنديل

مدرس بقسم نظريات وتطبيقات

الرياضيات المائية بكلية

التربية الرياضية

جامعة بنها

الباحث

إبراهيم شورى

دكتور

أحمد محمد هاشم

أستاذ مساعد ورئيس قسم

الادارة الرياضية والترويح

كلية التربية الرياضية

جامعة بنى سويف



(١) يفضل أن تكون مدة البرنامج التدريبي :

عدد الأسابيع	٨ أسابيع	١٠ أسابيع	١٢ أسبوع	مدة أخرى مقترحة
الرأي				

(٢) يفضل أن يكون عدد وحدات التدريب الأسبوعي :

عدد وحدات التدريب	٢	٣	٤	٥	عدد آخر مقترح
الرأي					

(٣) يفضل أن إجمالي زمن الوحدة التدريبية :

الزمن بالدقيقة	٦٠ ق	٧٠ ق	٨٠ ق	٩٠ ق	زمن آخر مقترح
الرأي					

(٤) يفضل أن يكون زمن الإحماء والتهنئة :

زمن الإحماء بالدقيقة	٥ ق	١٠ ق	١٥ ق	زمن آخر مقترح
الرأي				
زمن التهنئة بالدقيقة	٥ ق	١٠ ق	١٥ ق	زمن آخر مقترح
الرأي				

حل بيانك هذا الإستبيان بإجاباتك تفصح عن سرية تامة وهي فقط لخدمة البحث العلمي

هاكخرين لمساعدتك خير تعاونك وتفضلوا بقبول الشكر والتقدير

الباحث

إبراهيم شوري

مرفق رقم (٤)

مقياس القيم الخلقية للسباحين الناشئين ل (د/ عمرو يوسف)

عزيزي اللاعب /

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ... وبعد .

يقوم الباحث / عمرو يوسف محمود أحمد بإعداد رسالة لنيل درجة الماجستير في التربية الرياضية

بعنوان " دور معلم السباحة في تكوين القيم الخلقية لدى الأطفال من ٨ : ١٠ سنوات "

لذا يرجو الباحث منكم وضع علامة (√) في الخانة المناسبة التي تعبر عن رأيكم والباحث يشكر

تعاونكم الصادق في الاجابة على عبارات المقياس .

ولكم مني جزيل الشكر والتقدير ،

البيانات الشخصية

الاسم :

السن :

النادي :

(١) الإخاء : حب الفرد لزملائه ما يحبه لنفسه ، والعمل على مساعدتهم ومشاركتهم في الفرح والحزن .



م	العبارة	دائماً	أحياناً	أبداً
١	اقتسم أشتائي الخاصة مع زملائي			
٢	أعامل منافسي كما أعامل زميلي في تدريب السباحة			
٣	اعمل ما بوسعي لارضاء زملائي في تدريب السباحة			
٤	أقبل نصائح زملائي لأنهم يحبوني			
٥	أقضي معظم أوقاتي خارج النادي مع زملائي			
٦	احب جميع زملائي في تدريب السباحة			
٧	أتمنى التوفيق لجميع زملائي في تدريب السباحة			
٨	أحاول إظهار عيوب زملائي في الأداء			

(٢) الطاعة : أداء الفرد ما يطلبه منه من هم في وضع التوجيه كالمدرس في المدرسة والمدرّب في النادي.

م	العبارة	دائماً	أحياناً	أبداً
١	عندما يواجه لي المدرّب اللوم ، فإنني اعتبر انه يخاف علي			
٢	أقبل تعليمات المدرّب مهما كانت قسوتها			
٣	استمع بإصغاء لتعليمات المدرّب			
٤	أتعاون مع زملائي في حالة عدم اتباعهم لتعليمات المدرّب			
٥	لدي الاستعداد للتدريب ساعات إضافية لتحقيق المستوى الذي يطلبه مني المدرّب			
٦	أخشى لوم المدرّب عندما أؤدي خطأ في الأداء			
٧	كل ما يهمني هو تنفيذ تعليمات المدرّب			
٨	أحاول تجنب الأخطاء التي يوجهني إليها المدرّب			



٣) الوفاء : الاعتراف بالفضل لأصحابه وتنفيذ العهود والمواثيق في جميع الأحوال.

م	العبرة	دائماً	أحياناً	أبداً
١	دائماً ما التزم بوعودي مع معلمي وزملائي داخل تدريب السباحة			
٢	لا اقطع صلتني بزملائي السابقين			
٣	أتذكر دائماً فضل الآخرين علي			
٤	لا أنسي المعلمين الذين كان لهم الفضل علي			

٤) الصدق : عدم إخفاء الحقيقة وتطابق العمل مع القول.

م	العبرة	دائماً	أحياناً	أبداً
١	احصل علي ثقة زملائي عندما أقول الصدق			
٢	أقول الصدق دون الخوف من أحد			
٣	التزم بقول الصدق إذا أخطأت في حق زملائي أو المعلم			
٤	أقول الصدق مهما كانت النتائج			

٥) الأمانة : احترام حقوق وممتلكات الآخرين وعدم الغش والخداع أثناء العمل وحفظ الأسرار.

م	العبرة	دائماً	أحياناً	أبداً
١	ابلق عن زميلي في تدريب السباحة لعلمي			
٢	اشعر أن الحفاظ على أسرار زملائي أمر ضروري			
٣	اشعر بالندم إذا أخطأت في حق أحد زملائي			
٤	التزم بتعليمات تدريبي عند غيابه			

٦) العدل : الإيحاء بالمساواة بين الأفراد واحترام كل الحقوق وأداء كل الواجبات.

م	العبرة	دائماً	أحياناً	أبداً
١	اشعر بالسعادة عندما أتساوى مع زملائي داخل تدريب السباحة			
٢	التساوي في المعاملة يعمل على تماسك الزملاء مع بعضهم			
٣	افرح لمعاملي الطيبة لجميع زملائي في تدريب السباحة			
٤	على المدرب إعطاء الفرصة كاملة لجميع زملائي بتدريب السباحة لاثبات قدراتهم البدنية			



(٧) الاعتماد على النفس : تنفيذ الفرد لما يطلب منه دون اللجوء إلى الآخرين.

م	العبرة	دائماً	أحياناً	أبداً
١	اكره أن يتوسط لي أحد لدى مدرب السباحة			
٢	أتضايق من نفسي عندما لا أتقن المهارة كما ينبغي			
٣	ارغب في الوصول بأدائي إلى أعلى مستوى ممكن			
٤	افضل الوصول إلى قرار حاسم فيما يواجهني من مواقف طارئة			
٥	أحاول الاعتماد على نفسي في حل المشكلات الصعبة التي أواجهها			
٦	احب الدخول في خبرات جديدة			
٧	احب أداء المهارات التي تتحدى قدراتي			
٨	احب أن أنهى إعمالي بمفردتي			
٩	أتحمل ساعات التدريب الطويلة			
١٠	اتخذ قراراتتي بنفسني في أي مجال رياضي			

(٨) ضبط النفس : التزام الطفل وخضوعه لقواعد الأسرة والجماعة وقواعد اللعب والفريق.

م	العبرة	دائماً	أحياناً	أبداً
١	إذا أصدر المدرب قراراً ظالماً ضد زملائي فإنني أقوم بتهديته			
٢	من السهل إثارتي أثناء تدريب السباحة			
٣	إذا حاول زميلي إثارتي فإنني لا أعطيه اهتمامي بذلك			
٤	ضبط النفس افضل عندي من كسب شجار مع منافس			

(٩) تحمل المسؤولية : مسؤولية اللاعب تجاه سلوكه وتجاه الجماعة التي ينتمي إليها.

م	العبرة	دائماً	أحياناً	أبداً
١	ابدل قصارى جهدي في تدريب السباحة دون النظر لاداء زملائي			
٢	استمر في رؤية فيديوهات سباحة سابقة للتعرف على أخطائي لتجنبها بالتدريبات القادمة			
٣	ابدل جهداً كبيراً حتى أكون على أحسن وجه في التدريب			
٤	يحزنني خروجي من حمام السباحة بالرغم من شعوري بالام الإصابة			
٥	أتحمل ما يواجهني من الصعاب للوصول إلى مستوى يرضي مدربي			
٦	يكون تركيزي كله في التدريب بمجرد نزولي حمام السباحة			



١٠) النظام : الالتزام بمجموعة الضوابط التي يلتزم بها الفرد والفريق.

م	العبارة	دائماً	أحياناً	أبداً
١	اقسم وقتي اليومي بين المذاكرة والواجبات العائلية			
٢	تنظيم فترات التدريب والراحة من الأمور الهامة للارتقاء بمستوي الأداء			
٣	اشعر بالسعادة عندما أرى مكان التدريب معداً جيداً			
٤	أقوم بترتيب أدواتي بنفسي داخل دولا ب حجرة الملابس			
٥	أكون منظماً فيما أقوم به من أعمال			
٦	أقوم بعملتي وفقاً لتخطيط مسبق			
٧	دائماً ما يكون لي أهدافاً محددة اعمل على تحقيقها			
٨	احترم مواعيد تدريب السباحة لأنها تساعدني في الوصول لأعلى مستوى			
٩	يسعدني سباحة زملائي صف واحد في الحارة وترتيبهم			

١١) الالتزام : أداء العمل والانضباط فيه واحترام القانون وعدم الخروج عليه والانقياد للتعليمات.

م	العبارة	دائماً	أحياناً	أبداً
١	اتفق مع زملاء الفريق على السلوك الواجب اتباعه داخل حمام السباحة			
٢	اتبع نظم وقوانين اللعبة بدقة			
٣	أؤدي واجبي في الأعمال التي تسند إلي داخل تدريب السباحة			
٤	أضع خطتي الخاصة وفقاً للخطة العامة الموضوعه من المدرب			
٥	اشعر براحة نفسية لإتباعي تعليمات المدرب			
٦	المحافظة على مواعيد تدريب السباحة سر تقدم مستوى السباح			
٧	احترم تعليمات المدير الفني في النادي			

ملخص للبحث

عنوان البحث : أثر ممارسة بعض الأنشطة الترويحية علي القيم الخلقية لدي ناشئي السباحة

اسم الباحث : إبراهيم حسن إبراهيم شورى

التخصص الدقيق : تدريب رياضي

اسم الكلية : التربية الرياضية

اسم الجامعة : بنها

اسم الدولة : مصر

البريد الالكتروني : ibrahimshoura911@gmail.com

هدف البحث : التعرف على القيم الخلقية لدى عينة البحث من ناشئي السباحة وإعداد برنامج ترويحي ودمجه داخل البرنامج التدريبي والتعرف على أثر البرنامج على القيم الخلقية لدى العينة التجريبية للبحث.

المنهج المستخدم : التجريبي.

عينة البحث وخصائصها : أجريت هذه الدراسة على عينة من ناشئي السباحة لعدد (٣٠ لاعباً) بأندية (الأهلي ، الزمالك، مدينة نصر، الترسانة) من (١٢-١٤ سنة) المسجلين بالاتحاد المصري للسباحة وتم تقسيمهم ل(١٥) عينة تجريبية و(١٥) عينة ضابطة وتم تجميعهم بمكان واحد لاداء البرنامج مما يسهل على الباحث متابعتهم وكونه مدرباً لهم يضمن بذلك توحيد البرنامج الترويحي ويكون ملم بكل ظروفهم.

اهم الاستنتاجات : ١. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للقيم الخلقية لدى المجموعة التجريبية مما يدل أن البرنامج التدريبي بممارسة بعض الأنشطة الترويحية أثر إيجابياً على تنمية القيم الخلقية لدى ناشئي السباحة ، وكانت يوجد نسبة تحسن للقيم الخلقية في المجموعة التجريبية. ٢. تدريب السباحة يساهم بشكل كبير في تدعيم القيم الخلقية لدى الناشئين. ٣. يؤثر البرنامج المقترح على تحسن اكتساب وتنمية القيم وأداء مهارات السباحة.

بيانات الاصدار : رقم المجلد (٢٥) شهر (يونية) لعام (٢٠٢٠ م) الجزء (١)

Search summary

Search Name : The effect of recreational activities on the moral values of junior swimmers

Researcher Name : Ibrahim Hassan Ibrahim Shoura
Faculty Name : Faculty of Physical Education (Training)
University Name : Banha
Name of the country : Egypt
E-mail : ibrahimshoura911@gmail.com

Search aim: - To identify the moral values in the research sample of swimming juniors.

- Preparing a recreational program and integrating it into the training program.
- To identify the impact of the program on the moral values of the experimental sample of research.

Curriculum used: Experimental Method.

Research Sample and Characteristics: This study was conducted on a sample of swimming juniors in the deliberate way of a number of (30 players) in clubs (Ahly, Zamalek, Nasr City, Tersana) from (12-14 years) of registered Egyptian swimming federation they were divided into (10) experimental samples and (10) control samples and were grouped together in one place to perform the program, which makes it easier for the researcher to follow them and being a trainer for them, thus ensuring the unification of the recreational program and being familiar with all their circumstances.

The most important results: ١. There are statistically significant differences between the tribal and dimensional measurement of the moral values of the experimental group, which indicates that the training program Some recreational activities have had a positive impact on the development of congenital values in swimming juniors, and there has been an improvement of moral values in the experimental group.

٢. Swimming training contributes significantly to the strengthening of the moral values of young people.

٣. The proposed program affects the improvement of value acquisition and development and performance of swimming skills.

Release Notes: