

## تأثير برنامج ألعاب حركيه داخل وخارج الماء على تعلم المهارات الاساسيه والمعرفيه للمبتدئين بمدارس السباحه وزياده الدافعيه نحو التعلم

دا محمود يحيى سعد

دا محمد جوده قنديل

دا محمود فكرى الفار

دا علاء الدين محمد فرحات

### هدف البحث:

يهدف البحث إلى وضع برنامج تعليمي باستخدام ألعاب حركية داخل وخارج الماء .

### منهج البحث

أستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمة لطبيعة البحث باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين احدهما تجريبية تم تطبيق البرنامج المقترح والأخرى ضابطة تم تعليمهم بالطريقة التقليدية .

### مجتمع البحث

أشتمل مجتمع البحث على مدارس السباحة بالزقازيق للموسم الرياضي ٢٠٢٠/٢٠٢١.

### عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مبتدئين السباحة بنادى الشرقية والبالغ قوامها (٥٠) مبتدء وتم تقسيم العينة الى مجموعتين متكافئتين فى المتغيرات المؤثرة على نتائج التجربة وهى (العمر - الطول - الوزن - المتغيرات البدنية - المهارات الاساسية - المهارات المعرفية - الدافعية نحو التعلم) احدهما تجريبية (٢٥) مبتدئ والآخرى ضابطة (٢٥) مبتدئ والعينة الاستطلاعية (٢٠) مبتدئ.

### نتائج البحث

من خلال ما تحقق من فروض البحث ووفقا لما توصلت اليه نتائج التحليل الاحصائى وفى ضوء عرض ومناقشة النتائج وفى حدود عينه البحث والادوات المستخدمه امكن الباحث التوصل إلى أن:

- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية فى تعلم بعض المهارات الأساسية والمعرفية فى السباحة وزيادة الدافعية نحو التعلم لصالح القياسات البعديّة.

## **The research aims to develop an educational program using movement games inside and outside the water**

.dr. Mahmoud yahia saad

Dr.mohammed goda kandel

Dr. Mahmoud fekry elfar

Alaa aldeen mohammed frahat

### **Research Methodology**

The researcher used the experimental approach to suit the nature of the research by using the experimental design of two **research community**

The research community included swimming schools in Zagazig for the 2020/2021 sports season.

### **The research sample**

The research sample was chosen deliberately from the beginners of swimming in the Eastern Club, which consisted of (50) beginners, and the sample was divided into two equal groups in the variables affecting the results of the experiment, namely (age - height - weight - physical variables - basic skills - cognitive skills - motivation towards learning) One of them is experimental (25) beginners, the other is control (25) beginners, and the pilot sample is (20) beginners.

### **research results**

Through what has been verified from the research hypotheses and according to the findings of the statistical outside water program in which learning was carried out has a positive effect on learning basic and cognitive skills for beginners and increasing motivation towards learning.

## تأثير برنامج ألعاب حركية داخل وخارج الماء على تعلم المهارات الاساسيه والمعرفيه للمبتدئين بمدارس السباحه وزياده الدافعيه نحو التعلم

دا محمود يحيى سعد

دا محمد جوده قنديل

دا محمود فكرى الفار

دا علاء الدين محمد فرحات

### مقدمة ومشكلة البحث :

يعتبر التعليم من أهم المجالات التي تلعب دوراً كبيراً في تقدم الشعوب لتأثيره الايجابي في إعداد الأفراد على أسس علمية سليمة وحديثة، وبذلك فهو من أهم القضايا التي تواليها الدول الكثير من الاهتمام فقد أصبح التعليم في عالمنا اليوم مقياساً موضوعياً لتقدم الدول، حيث يقاس هذا التقدم بمدى معرفة هذه الشعوب بطرق ووسائل وأساليب ونظريات التدريس والتعلم الحديث، فالتعليم هو عملية التفاعل المتبادل بين المعلم والمتعلم من أجل اكتساب المتعلمين المعلومات والمهارات المرغوبة التي ينبغي تحقيقها في فترة زمنية معينة. (٢ : ٢٥)

يشهد العالم الآن في بداية هذا القرن تقدماً كبيراً في مختلف مجالات العلم وبخاصة في مجال التعليم، حيث تتسابق الأمم لإحداث تطورات في مختلف المجالات مستخدمة سلاح العلم والتكنولوجيا، فأصبح التعليم الآن ليس قاصراً على الطريقة التقليدية ولكنه تطور بطريقة سريعة وأخذ خطوات متقدمة لاستخدام جميع الوسائل المتاحة في التعلم، باعتبار أن المؤسسات التعليمية هي الأمل في صنع المستقبل، مما جعل التعليم أحد الاستراتيجيات الهامة لتطوير المجتمع.

تعتبر مرحلة الطفولة من أهم مراحل النمو، حيث تشكل الركيزة الأساسية في تكوين شخصية الطفل وفي حياته المستقبلية، فالطفل هو الذخيرة التي يؤهلها المجتمع لتحمل المسؤولية ولارتقاء آفاق المستقبل والتعامل مع متغيراته وحل مشكلاته، ومن ثم كانت رعايته والاهتمام به مطلب حيوي وأساسي لأي حركة تنموية تهدف إلى حياة أفضل، وفي هذا الصدد تشير ليلى عبد العزيز زهران (١٩٩٧م) أن مرحلة الطفولة هي صانعة المستقبل وذلك يعتمد على ما نقدمه للطفل من خبرات ومهارات (١٠ : ١١٢).

ورياضة السباحة هي إحدى أنواع الرياضات المائية التي تستخدم الوسط المائي كوسيلة للتحرك فيه وذلك عن طريق تحريك الذراعين والرجلين والجذع من أجل رفع مستوى كفاءة الفرد من الناحية الجسمية والعقلية والاجتماعية (١ : ١٣ ، ١).

كما أن الدول المتقدمة تهتم اهتماما كبيرا بمحو أمية السباحة، فتعلم السباحة ضرورة ملحة، فهي تحقق جوانب هامة للفرد منها البدني، العقلي، الاجتماعي، ومن هنا يجب أن تضع المدارس والمؤسسات التربوية، والنوادي ومراكز الشباب جميع إمكانياتها لتعليم السباحة للنشء.

( ٩ : ٩ )

ومن هنا كان البرنامج التعليمي لتعلم المهارات الأساسية للسباحة ذا أهمية كبرى بما يوكل إليه من مقومات لإنجاح العملية التعليمية، وعليه فبالرغم من وجود العديد من برامج التعلم إلا أنها لا تصلح لهذا الغرض، فالأمر يحتاج إلى توصيف برامج تعليمية باستخدام الألعاب الحركية داخل وخارج الماء تساعد على تعلم المهارات الأساسية في السباحة للمبتدئين.

ويرى الباحث أن هذه المظاهر السلبية والتي قد تدل وتشير إلى إجحام الأطفال عن الممارسة الفعلية قد يؤثر سلباً على سير العملية التعليمية، ومستوى التقدم في تعلم المهارات الأساسية للأطفال الملتحقين بمدارس تعلم السباحة.

ومن هنا جاءت فكرة البحث حيث يرى الباحث أنه إذا شاركت الأطفال المبتدئين بأفكارهم في طريقة تعلمهم لأداء المهارات وبتحصيلهم المعرفي عن المهارات الأساسية في السباحة وباقتراحهم الأدوات المستخدمة التي تساعد على أداء المهارات سوف يسهل عملية التعلم، وذلك من خلال طريقة تدريس سهلة وشيقة تساعد على تكوين مخزون معرفي يساعد على سرعة تعلم المهارات الأساسية في السباحة بطريقة مناسبة لقدراتهم، ولذلك قام الباحث بإعداد برنامج تعليمي مقترح باستخدام ألعاب حركية داخل وخارج الماء على تعلم المهارات الأساسية والمعرفية للمبتدئين بمدارس السباحة وزيادة الدافعية نحو التعلم.

#### هدف البحث:

يهدف البحث إلى وضع برنامج تعليمي باستخدام ألعاب حركية داخل وخارج الماء .

#### فروض البحث:

١- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية والمعرفية في السباحة وزيادة الدافعية نحو التعلم لصالح القياسات البعدية.

٢- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة في تعلم بعض المهارات الأساسية والمعرفية في السباحة وزيادة الدافعية نحو التعلم لصالح القياسات البعدية.

٣- توجد فروق بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم بعض المهارات الأساسية والمعرفية في السباحة وزيادة الدافعية نحو التعلم لصالح المجموعة التجريبية.

٤- توجد نسب تحسن للقياسات البعدية عن القياسات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم بعض المهارات الأساسية والمعرفية في السباحة وزيادة الدافعية نحو التعلم لصالح المجموعة التجريبية.

**تعريفات البحث:**

**الألعاب الحركية:**

هى تلك الألعاب التى تتطلب مجهودا حركيا من قبل الأطفال وتعمل على تنشيطهم وتنمية توازن حركاتهم وتقوية عضلاتهم واكتسابهم بعض المهارات الحركية. (٦ : ١٩٨)

الزفير للوصول إلى أرضية الحمام ثم دفع الأرضية بالقدمين للاندفاع فوق سطح الماء لأخذ الشهيق وتكرار العملية ."

**الدافعية للتعلم: Learning Motivation**

أن الدافعية للتعلم هي النجاح الذي يحققه الطالب في المواقف التعليمية الصعبة عن طريق مجموعة المشاعر والطاقة والرغبات التي تدفع به إلى الانخراط في نشاطات التعلم التي تؤديه إلى بلوغه الأهداف والغايات المنشودة، كما تعتبر الدافعية للتعلم حالة مميزة من الدافعية العامة وهي خاصة بالموقف التعليمي. (١٥ : ٥٦)

**إجراءات البحث**

**أولاً: منهج البحث**

أستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمة لطبيعة البحث باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين احدهما تجريبية تم تطبيق البرنامج المقترح والأخرى ضابطة تم تعليمهم بالطريقة التقليدية .

**ثانياً: مجتمع البحث**

أشتمل مجتمع البحث على مدارس السباحة بالزقازيق للموسم الرياضي ٢٠٢٠/٢٠٢١.

**ثالثاً: عينة البحث**

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مبتدئين السباحة بنادى الشرقية والبالغ قوامها (٥٠) مبدء وتم تقسيم العينة الى مجموعتين متكافئتين فى المتغيرات المؤثرة على نتائج التجربة وهى (العمر - الطول - الوزن - المتغيرات البدنية - المهارات الاساسية - المهارات المعرفية - الدافعية نحو التعلم) احدهما تجريبية (٢٥) مبتدئ والآخرى ضابطة (٢٥) مبتدئ والعينة الاستطلاعية (٢٠) مبتدئ.

### تجانس عينة البحث:

قام الباحث بحساب مدى اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في متغيرات السن والطول والوزن والمتغيرات البدنية المهارات الاساسية - المهارات المعرفية - الدافعية نحو التعلم، والجداول (1) توضح ذلك .

### جدول (1)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات النمو قيد البحث

ن=70

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	سم	151.50	152.00	3.66	-1.82
الوزن	كجم	46.79	46.00	4.51	0.64
السن	سنة	12.73	13.03	0.46	-0.74

يتضح من جدول (1) أن قيم معاملات الالتواء انحصرت ما بين  $(\pm 3)$  مما يدل على وجود تجانس في للمتغيرات النمو قيد البحث

### جدول (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء في المهارات الاساسية والاختبار المعرفي

ن=70

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
المهارات الاساسية	الدرجة	4.49	4.00	1.40	0.99
	الدرجة	4.70	4.00	1.59	0.76
	الدرجة	4.67	4.00	1.72	1.01
	الدرجة	4.49	4.00	1.40	0.99
	الدرجة	4.86	4.00	1.84	0.96
		4.80	4.00	1.77	1.18
		5.23	5.00	1.61	0.61
		4.86	4.00	1.85	0.84
		5.09	4.00	1.95	0.82
		5.06	4.00	1.85	0.88
		10.77	9.00	2.81	0.90

يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء انحصرت ما بين  $(\pm 3)$  مما يدل على وجود تجانس في المهارات الأساسية والاختبار المعرفي

### جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات البدنية

ن=٧٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الوثب العريض	السنتمتر	١٢٨.١٤	١٢٩.٠٠	٢٤.٧٠	٠.٢٢
انبطاح مائل ثنى الذراعين	العدد	٨.٠٤	٨.٠٠	١.٠٤	-٠.٣٣
عدو ٣٠ متر من البدء الطائر	الثانية	٧.١٩	٧.٤٦	٠.٦٩	-٠.٢٩
الجرى الزجاجة	الثانية	٥.٣٧	٥.٢٢	٠.٤٤	٠.٧٠
رمي واستقبال كرة تنس	العدد	١٧.٧٤	١٨.٠٠	٢.٩١	٠.١٢
ثني الجذع من الوقوف	السنتمتر	٤.٥٣	٤.٠٠	٢.٨٥	٠.٥٣
الوقوف على قدم واحدة	الثانية	١١.٨٥	١١.٨٧	١.٢٢	٠.١١

يتضح من جدول (٣) أن قيم معاملات الالتواء انحصرت ما بين  $(\pm 3)$  مما يدل على وجود تجانس في للمتغيرات البدنية

### جدول (٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء

في الدافعية نحو التعلم

ن=٧٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الدوافع النفسية	درجة	١١.٦٦	١٢.٠٠	١.١٩	٠.١٢
الدوافع البدنية والمهارية	درجة	١١.٩٠	١٢.٠٠	١.٦٠	١.٥٣
الدوافع الاجتماعية	درجة	١١.٩١	١١.٠٠	١.٩٦	٢.٤٦
المجموع الكلي	درجة	٣٥.٤٧	٣٥.٠٠	٣.٣٦	٢.٢٨

يتضح من جدول (٤) أن قيم معاملات الالتواء انحصرت ما بين  $(\pm 3)$  مما يدل على وجود تجانس في الدافعية نحو التعلم قيد البحث.

### جدول (٥)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة للقياسات القبلية  
لمتغيرات النمو (قيد البحث)

ن=٢٥=١

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
		ع	س	ع	س		
الطول	سم	١٥٠.٣٢	٥.١١	١٥٢.٩٢	١.٥٨	-٢.٦٠	-٢.٤٣
الوزن	كجم	٤٦.٠٨	٤.٣٣	٤٦.٦٨	٤.٨٠	-٠.٦٠	-٠.٤٦
السن	سنة	١٢.٧٩	٠.٤٦	١٢.٧٠	٠.٤٦	٠.٠٨	٠.٦٤

قيمة (ت) الجدولية عند مستوي معنوية (٠.٠٥) = ٢.٠١

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في كل متغيرات البحث مما يشير إلي تكافؤ المجموعتين .

### جدول (٦)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة للقياسات القبلية  
في المهارات الأساسية والاختبار المعرفي

ن=٢٥=١

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
	ع	س	ع	س		
المهارات الأساسية	٤.٥٢	١.٢٣	٤.٤٠	١.٣٨	٠.١٢	٠.٣٢
	٥.٠٠	١.٦٦	٤.٥٢	١.٤٨	٠.٤٨	١.٠٨
	٤.٩٢	١.٧٨	٤.٥٢	١.٧٣	٠.٤٠	٠.٨١
	٤.٥٢	١.٢٣	٤.٤٠	١.٣٨	٠.١٢	٠.٣٢
	٤.٩٦	١.٩٣	٤.٨٠	١.٧٨	٠.١٦	٠.٣١
	٤.٩٦	١.٧٠	٤.٦٨	١.٨٠	٠.٢٨	٠.٥٧
	٥.٦٨	١.٠٧	٥.٢٠	١.٩١	٠.٤٨	١.٠٩
	٥.١٦	١.٨٦	٤.٥٦	١.٧٨	٠.٦٠	١.١٦
	٥.٢٠	١.٨٧	٤.٨٤	١.٨٢	٠.٣٦	٠.٦٩
	٤.٩٦	١.٧٠	٥.٠٨	٢.٠٠	-٠.١٢	-٠.٢٣
١.٠٢٠	٣.٠١	١١.٢٤	٢.٦٨	-١.٠٤	-١.٢٩	



قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٢.٠١

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المهارات الأساسية والاختبار المعرفي مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين.

### جدول (٧)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة للقياسات القبلية للمتغيرات البدنية

ن=٢=٢٠

(قيد البحث)

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين المتوسطي ن	قيمة (ت)
		ع	س	ع	س		
الوثب العريض	السنتيمتر	١٢٦.٥٦	١٩.٦٢	١٣١.٨٠	٣٢.١٦	-٥.٢٤	-٠.٧٠
انبطاح مائل ثنى الذراعين	العدد	٨.٠٠	١.٣٢	٨.١٦	٠.٩٩	-٠.١٦	-٠.٤٨
عدو ٣٠ متر من البدء الطائر	الثانية	٧.٢٦	٠.٧٠	٧.٢٦	٠.٥٥	٠.٠٠	٠.٠٢
الجرى الزجزاجي	الثانية	٥.٣٢	٠.٤١	٥.٤٢	٠.٤١	-٠.١٠	-٠.٨٦
رمي واستقبال كرة تنس	العدد	١٧.٤٨	٣.٠٣	١٨.٩٦	٢.٦٥	-١.٤٨	-١.٨٤
ثني الجذع من الوقوف	السنتيمتر	٤.٤٨	٢.٧٤	٤.٦٤	٣.١٥	-٠.١٦	-٠.١٩
الوقوف على قدم واحدة	الثانية	١١.٩٨	١.٣١	١١.٨٥	١.١٢	٠.١٣	٠.٣٨

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٢.٠١

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية قيد البحث مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين .

### جدول (٨)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة للقياسات القبلية في

الدافعية نحو التعلم (قيد البحث)

ن=٢=٢٥

المتغيرات	المحاور	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين المتوسطي ن	قيمة (ت)
		ع	س	ع	س		
الدافعية نحو التعلم	الدوافع النفسية	١١.٥٦	١.٢٣	١١.٧٦	١.١٦	-٠.٢٠	-٠.٥٩
	الدوافع البدنية والمهارية	١١.٢٤	٠.٨٣	١١.٦٠	٠.٨٧	-٠.٣٦	-١.٥٠
	الدوافع الاجتماعية	١١.٤٠	١.١٢	١١.٥٢	٠.٨٢	-٠.١٢	-٠.٤٣
	المجموع الكلي	٣٤.٢٠	٢.٢٧	٣٤.٨٨	١.٥١	-٠.٦٨	-١.٢٥

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٢.٠١

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية

والضابطة في الدافعية نحو التعلم قيد البحث مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين .

رابعاً: وسائل وأدوات جمع البيانات

إستمارات تسجيل البيانات وذلك لقياسات:

■ إستمارات تسجيل بيانات (الطول - الوزن - السن)

■ إستمارات لتسجيل نتائج الإختبارات البدنية

■ إستماره لتسجيل نتائج الإختبارات المهارية

شروط اختيار أدوات البحث:

■ مناسبة هذه الأدوات للسن والجنس لهذه المرحلة .

■ أن تكون سهلة في التنفيذ والاستخدام وأن تتوفر لها أجهزة القياس .

■ أن تكون فعالة في قياس متغيرات البحث المراد قياسها - البدنية والمهارية .

■ أن تتوفر لها المعايير العلمية (الصدق - الثبات ) .

الاختبارات المهارية:

من خلال إطلاع الباحث على المراجع والدراسات السابقة قام الباحث بتصميم استمارة

تقيم اداء مهاري (اعداد الباحث) للمهارية قيد البحث. مرفق (٦)

أ- المعاملات العلمية للاختبارات المهارية المستخدمة في البحث: مرفق (٥)

ب- اختبار التحصيل المعرفي (من إعداد الباحث): مرفق (٦)

- مقياس الدافعية نحو التعلم "اعداد الباحث"

خطوات بناء مقياس الدافعية نحو التعلم "اعداد الباحث":

١- مراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة المرتبطة الدافعية نحو التعلم ومراجعة قوائم الدافعية نحو التعلم.

٢- تم تحديد المحاور المقترحة لمقياس المهارات النفسية من خلال المسح المرجعي ، وقد بلغ عددها

ثلاثة محاور وهي:

الدوافع النفسية

الدوافع البدنية والمهارية

الدوافع الاجتماعية

### – تحديد المفهوم النظري الإجرائي لمحاور المقياس المقترحة:

قام الباحث بوضع تعريفات إجرائية للمحاور المقترحة لمقياس الدافعية نحو التعلم ، تمهيدا لعرضها على السادة الخبراء والذين بلغ عددهم (١٠) من الأساتذة المتخصصين في علم النفس، والمقياس والتقويم . مرفق (١)

### – عرض المحاور المقترحة على السادة الخبراء:

قام الباحث بإعداد استمارة استطلاع رأى تضم ثلاث محاور ومفهومهم الإجرائي وذلك لعرضها على الخبراء. مرفق (١١)

### جدول (٩)

رأى السادة الخبراء فى مدى مناسبة المحاور المقترحة لمقياس الدافعية نحو التعلم

(ن=١٠)

م	المحاور	التكرار	النسبة المئوية للموافق
١	الدوافع النفسية	٨	%٨٠
٢	الدوافع البدنية والمهارية	١٠	%١٠٠
٣	الدوافع الاجتماعية	٨	%٨٠

يتضح من جدول (٩) أن نسبة موافقة الخبراء على محاور مقياس المهارات النفسية لحكام رياضة الكاراتية (٨٠% ، ١٠٠%) للمحاور وقد ارتضى الباحث بجميع المحاور.

– اقتراح عبارات لكل محور من محاور المقياس فى ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص لكل محور:

قام الباحث بصياغة عبارات المقياس فى ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص لكل محور، وقد استعان الباحث ببعض مقاييس الدافعية نحو التعلم للبحوث السابقة حيث تم الحصول على بعض العبارات منها وتم تعديل صياغتها بما يتناسب مع مبتداء السباحة ، وتم إعداد المقياس فى ضوء الخطوات السابقة، حيث تم إعداد وصياغة العبارات تحت كل محور كلاً حسب طبيعته، وتكونت الصورة الأولية للمقياس من (٣٠) عبارة. مرفق (١٢)

وقد راعى الباحث في صياغة العبارات ما يلي :

- أن تكون العبارات واضحة ومفهومة.
  - ألا توحى العبارة بنوع الاستجابة.
  - أن تكون العبارة تؤيد موضوع الدافعية نحو التعلم.
  - ألا تشتمل العبارة على أكثر من معنى.
- عرض العبارات الخاصة لكل محور على السادة الخبراء للتحقق من الصدق المنطقي لملائمة العبارات المقترحة لكل محور:

قام الباحث بعرض المقياس في صورته الأولية على نفس عينة الخبراء التي سبق ذكرها، وذلك بهدف التعرف على:

- مدى سلامة صياغة العبارات المقترحة.
  - مدى مناسبة العبارات بكل محور "انتماء العبارة للمحور".
  - حذف أو تعديل أو إضافة عبارات أخرى.
- إعداد شروط وتعليمات تطبيق المقياس، وتحديد فئات الاستجابة على العبارات، ثم توزيع العبارات عشوائياً داخل المقياس، مع استبعاد العناوين الدالة على المحاور:

قام الباحث بوضع المقياس في صورته النهائية والتي تكونت من (٣٠) عبارة حيث قام الباحث باستبعاد العناوين الدالة على المحاور. مرفق (١٣)

– حساب المعاملات العلمية للمقياس: مرفق (٧)  
أدوات والاجهزة المستخدمة في البحث:

- ميزان طبى.
- أقماع
- ساعة إيقاف
- شريط لقياس المسافه(بالأمتار)
- مسطرة مدرجة لقياس المرونة(بالسنتمتر)
- حائط أملس
- شريط لاصق.

الدراسة الاستطلاعية الأولى:

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية فى الفترة من ٢٠١٩/١٠/١٣م إلى ٢٠١٩/١٠/٣١م على عينة قوامها (٢٠ تلميذ) من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية واستهدفت هذه الدراسة مايلي:

- ١- التاكيد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في الاختبارات قيد البحث .  
البرنامج التعليمي: مرفق (١٤)
- تم تطبيق البرنامج (٨) اسابيع بواقع (٢) وحدات تعليمية في الأسبوع أى أشتمل البرنامج على (١٦) وحدة تعليمية .
- أهداف البرنامج:**  
**الهدف العام للبرنامج:**
- معرفة تأثير إستخدام برنامج داخل وخارج الماء على تعلم المهارات الاساسية والمعرفية للمبتدئين بمداري السباحة وزيادة الدافعية نحو التعلم .
- ☒ **الأهداف السلوكية:**
- **أهداف معرفية:**
  - إكساب المبتدئ المعلومات من مفاهيم وحقائق وقوانين للعبة السباحة والمحتوى المهارى للمهارات بالإضافة الى بعض مواد القانون.
  - **هدف مهارى:**
  - إكساب المبتدئ المهارات الحركية فى السباحة البحث بصورة صحيحة.
  - **أهداف وجدانية:**
  - أن يحب المتعلم التعلم بأسلوب تدريبات داخل وخارج الماء.
  - أن يحب المتعلم إستخدام تدريبات داخل وخارج الماء فى التعلم .
- أغراض البرنامج:**
- مراعاة الفروق الفردية بين المبتدئين.
  - أن يتناسب البرنامج مع الهدف الموضوع.
  - أن يراعى توفير الإمكانيات المتاحة لتنفيذ البرنامج.
  - أن يناسب البرنامج المهارات التي يحتوي المنهج الدراسي عليها.
- تنظيم محتوى البرنامج:**
- قام الباحث بتنظيم محتوى البرنامج قبل البدء فى تصميمه بحيث إشتمل على جميع اجزاء للمهارات قيد البحث وقد شملت تدريبات خارج وداخل الماء على:
- إستخدامات المهارة.
  - تدريبات لتنمية المهارة.
  - إعداد مكونات البرنامج:
  - تم إستخدام تمارين داخل وخارج الماء تشرح المهارات قيد البحث والتي قدمت نموذج مثال للمهارة.

### تحديد الأسلوب التعليمي المستخدم في التدريس:

- تم استخدام تمارين داخل وخارج الماء على المجموعة التجريبية لعرض كل المهارات قيد البحث.
- تم استخدام الأسلوب التقليدي على المجموعة الضابطة وذلك بقيام الباحث بالشرح النظري وأداء نموذج للمهارة مع مراعاة وحدة المضمون والتدريس داخل التدريب.

### وقد راع الباحث في الخريطة مايلي:

- إمكانية التجول داخل الوحدة التعليمية بسهولة.
- عرض النص المعرفي بطريق مشوقه ومتناسقة.

### الخطة الزمنية لتطبيق البرنامج:

قام الباحث بإعداد البرنامج بحيث يشتمل على (٨) أسابيع بواقع وحدتين تعليميتين أسبوعياً أي (١٦) وحدة تعليمية.  
الدراسة الاستطلاعية الأولى:

استهدفت هذه الدراسة تطبيق الاختبارات المهارية والتصور العقلي للتعرف على الصعوبات التي تعترض التلميذات عينة الدراسة أثناء التطبيق من حيث الزمان والمكان المناسب لتطبيق هذه الاختبارات، وقد توصل الباحث إلى النتائج التالية:

- وجود بعض الصعوبات لدى التلميذات في شرح وتوضيح بعض المحتويات للمقياس وتم التغلب على ذلك.
- ان المقياس في المجال الرياضي يحتاج إلى وقت أطول من بقية الاختبارات.  
الدراسة الاستطلاعية الثانية:

استهدفت هذه الدراسة تقنين الاختبارات البدنية والمهارية ومقياس التصور العقلي وتقنين استمارات هذه الاختبارات وفقاً لقياساتها واستخدام في ذلك العينة الاستطلاعية التي هي من مجتمع البحث وليست من العينة الأساسية للبحث وبلغ قوامها (٢٠) مبتدئ، وقد توصل الباحث إلى التحقق من ثبات وصدق الاختبارات وأدوات البحث السابق تحديدها.  
خطوات تنفيذ الدراسة:  
القياسات القبليّة:

قبل البدء في تنفيذ الوحدة التدريسية قام الباحث بإجراء القياسات القبليّة في المتغيرات في الفترة من ٢٠١٩/١١/٣ م.

### تطبيق البرنامج التعليمي المقترح:

تم تطبيق البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الموديول التعليمي والتصور العقلي على المجموعة التجريبية، وتم استخدام البرنامج التقليدي (الشرح والنموذج) على المجموعة الضابطة بواقع (٨) أسابيع، زمن الوحدة التعليمية (٤٥ق)، بفناء المدرسة.  
القياس البعدي:



بعد الانتهاء من المدة المحددة لتنفيذ الوحدة التدريسية قام الباحث بإجراء القياس البعدي للاختبارات المهارية في الكرة الطائرة وقياس مستوي مهارات كرة الطائرة للتلاميذ في الفترة من ٢٠٢٠/١/٦م إلي ٢٠٢٠/١/١٢م  
المعالجة الإحصائية المستخدمة

استخدم الباحث في معالجته الإحصائية للدرجات الخام الأساليب الإحصائية الآتية :

"المتوسط الحسابي - الوسيط - الانحراف المعياري - معامل الالتواء - معامل الارتباط - اختبار (ت) - النسبة المئوية - النسبة المئوية" وقد ارتض الباحث مستوي دلالة عند مستوي (٠,٠٥)، كما استخدم الباحث برنامج SPSS18 الإحصائي لحساب بعض المعاملات الإحصائية .

### عرض ومناقشة وتفسير النتائج

أولاً: عرض النتائج

### جدول (١٠)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض المهارات الأساسية والاختبار المعرفي قيد البحث

(ن=٢٥)

المتغيرات	القياس القبلي	القياس البعدي	الفرق بين	قيمة
-----------	---------------	---------------	-----------	------



	(ت)	المتوسطين	ع	س	ع	س		
	-٩٢.٩٢	-١٤.٨٥	-٤.٢٠	٠.٩٤	٨.٧٢	١.٢٣	٤.٥٢	البدء في سباحة الزحف على البطن
	-٧١.٢٠	-١٠.٤١	-٣.٥٦	١.٠٠	٨.٥٦	١.٦٦	٥.٠٠	الطفو على البطن
	-٧٥.٦١	-٨.٩٨	-٣.٧٢	١.١١	٨.٦٤	١.٧٨	٤.٩٢	ضربات على البطن
	-٩٠.٢٧	-١٢.٣٢	-٤.٠٨	١.٠٠	٨.٦٠	١.٢٣	٤.٥٢	حركات الذراعين على البطن
	-٦٩.٣٥	-٧.٥٠	-٣.٤٤	١.١٩	٨.٤٠	١.٩٣	٤.٩٦	التوافق في سباحة الزحف على البطن
	-٧١.٧٧	-٨.٢٣	-٣.٥٦	١.١٩	٨.٥٢	١.٧٠	٤.٩٦	البدء في سباحة الزحف على الظهر
	-٥٢.٨٢	-٦.٢٦	-٣.٠٠	١.٨٢	٨.٦٨	١.٠٧	٥.٦٨	الطفو على الظهر
	-٦٥.١٢	-٦.٥٩	-٣.٣٦	١.٧٦	٨.٥٢	١.٨٦	٥.١٦	ضربات الرجلين على الظهر
	-٦٦.١٥	-٧.٦٩	-٣.٤٤	٠.٩٩	٨.٦٤	١.٨٧	٥.٢٠	حركات الذراعين على الظهر
	-٧٦.٦١	-١٠.٢٨	-٣.٨٠	٠.٩٣	٨.٧٦	١.٧٠	٤.٩٦	التوافق في سباحة الزحف على الظهر
	-٦٩.٠٢	-١١.٨٧	-٧.٠٤	٠.٦٠	١٧.٢٤	٣.٠١	١٠.٢٠	اختبار معرفي

قيمة (ت) الجدولية عند مستوي معنوية (٠.٠٥) = ٢.٠٥

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض المهارات الأساسية والاختبار المعرفي قيد البحث لصالح القياس البعدي حيث جاءت قيم "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية عند مستوي دلالة ٠.٠٥ .

### جدول (١١)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الدافعية نحو التعلم

(ن=٢٥)

نسب التحسن	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات
			ع	س	ع	س	



							الدافعية نحو التعلم	
-127.68	-40.28	-14.76	1.25	26.32	1.23	11.56		الدوافع النفسية
-135.59	-46.46	-15.24	1.33	26.48	0.83	11.24		الدوافع البدنية والمهارية
-130.88	-51.77	-14.92	1.18	26.32	1.12	11.40		الدوافع الاجتماعية
-131.35	-75.60	-44.92	2.19	79.12	2.27	34.20	المجموع الكلي	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوي معنوية (0.05) = 2.05

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الدافعية نحو التعلم لصالح القياس البعدي حيث جاءت قيم "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية عند مستوي دلالة 0.05 .

### جدول (١٢)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الدافعية نحو التعلم

(ن=25)

نسب التحسن	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات	الدافعية نحو التعلم
			ع	س	ع	س		
133.33	-28.09	-8.44	0.96	20.20	1.16	11.76	الدوافع النفسية	
112.39	-20.66	-9.08	2.04	20.68	0.87	11.60	الدوافع البدنية والمهارية	
95.31	-14.52	-10.04	3.29	21.56	0.82	11.52	الدوافع الاجتماعية	
79.01	-31.47	-27.56	4.25	62.44	1.51	34.88	المجموع الكلي	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوي معنوية (0.05) = 2.05

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الدافعية نحو التعلم لصالح القياس البعدي حيث جاءت قيم "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية عند مستوي دلالة 0.05 .

### جدول (١٣)

دلالة الفروق بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في الدافعية نحو التعلم

ن=1 ن=2 ن=25

نسب التحسن	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المتغيرات
			ع	س	ع	س	

٢٦.٣٢	١٩.٤٤	٦.١٢	٠.٩٦	٢٠.٢٠	١.٢٥	٢٦.٣٢	الدوافع النفسية	الدافعية نحو التعلم
٢٦.٤٨	١١.٩٤	٥.٨٠	٢.٠٤	٢٠.٦٨	١.٣٣	٢٦.٤٨	الدوافع البدنية والمهارية	
٢٦.٣٢	٦.٨٠	٤.٧٦	٣.٢٩	٢١.٥٦	١.١٨	٢٦.٣٢	الدوافع الاجتماعية	
٧٩.١٢	١٧.٤٤	١٦.٦٨	٤.٢٥	٦٢.٤٤	٢.١٩	٧٩.١٢	المجموع الكلي	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٢.٠١

يتضح من الجدول السابق أنه توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في الدافعية نحو التعلم، وكانت قيمتها أكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على وجود فروق دالة بين القياسين في الدافعية نحو التعلم قيد البحث .

### ثانياً: مناقشة النتائج

مناقشة نتائج الفرض الأول:

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية والمعرفية في السباحة وزيادة الدافعية نحو التعلم حيث جاءت قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية، لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

(وقوف مواجه المتعلم) وضع بعض الماء على وجه اللاعب بهدوء، (وقوف في الماء. الذراعان أماما، يميل) النفخ في الماء، (وقوف في الماء، الذراعان أماما، مسك أداة الطفو، ميل) المشي أماما مع النفخ في الماء، (وقوف، فتحا، ميل) أداة الزفير في الماء ثم دوران الرأس لليسر وأخذ الشهيق بالتبادل، (وقوف، الذراعان أماما، ثني الرقبة أماما أسفل) المشي أماماً مع تبادل رفع وخفض الرأس لأخذ الشهيق والزفير) وهذه التمارينات المقترحة تتميز بالمرح وطابع التشويق، كذلك تم التركيز فيها على النواحي الفنية للآداء وهذا ما أشار إليه ماجليشيو Maglischil. (1995). (٢٠: ٢٣)

حيث يشير كلاً من طارق ندا، علي زكي (١٩٩٤م) (٩) إلى أن التنوع في استخدام التمرينات وتسلسلها يعمل على تحسين المهارات المختلفة في السباحة ومنها مهارة إكتساب الثقة في الماء.

وهذا ما يتفق مع دراسة باركر إتش (1999 Parker H م) (٢١)، بيلايو Pelayo 2001م (٢٢)، هبة الله عصام الدين ٢٠٠٦م (١٧) وما أشار إليه عادل فوزي جمال (١٩٩٦م) (٨) من أهمية الاهتمام بالاندماج في المواقف التعليمية داخل حمام السباحة، لتحقيق مستويات الثقة المطلوبة في الماء وكذلك المهارات الحركية الأساسية في السباحة.

ويرجع الباحث هذه النسب العالية في الموافقة من السادة الخبراء إلى أهمية تعلم مهارات السباحة في برامج تعلم السباحة وهذا ما يتفق في الأهمية مع البرامج العالمية مثل البرنامج الأمريكي الأوروبي، برنامج كلية ميسويكودا في ولاية بنسلفانيا الأمريكية، البرنامج الاسترالي، برنامج جامعة أيوا الأمريكية، وبرنامج جامعة هوايت، بينما لا يوجد أهمية لتلك المهارة في برنامج جامعة أيوا الأمريكية، برنامج الصليب الأحمر الأمريكي، ما يدل على أن البرنامج متفق مع البرامج العالمية في تعلم هذه السباحة.

وبهذا يتحقق الفرض الأول الذي ينص على:

توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية والمعرفية في السباحة وزيادة الدافعية نحو التعلم لصالح القياسات البعديّة.

مناقشة نتائج الفرض الثاني :

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تعلم بعض المهارات الأساسية والمعرفية في السباحة وزيادة الدافعية نحو التعلم حيث جاءت قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية، لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة.

حيث يشير كلا من طارق ندا، علي زكي (١٩٩٤م) (٩) إلى أن التنوع في استخدام التمرينات وتسلسلها يعمل على تحسين المهارات المختلفة في السباحة وخاصة مهارة الطفو (على البطن والظهر) - مهارة الانزلاق (على البطن والظهر) - مهارة الوقوف في الماء، فالبرنامج المقترح له تأثير على تحسين الأداء المهاري للطفو على البطن والظهر والانزلاق الأمامي والخلفي وهذا يتفق مع ما توصلت إليه دراسة هبة الله عصام الدين عباس الدياسطي (٢٠٠٦م) (١٧) وما أشار إليه عادل فوزي (١٩٩٦م) (٨) إلى أن تعليم الطفو بأنواعه يعتبر من أهم أهداف تعلم السباحة.

ويرجع الباحث هذه النسب العالية في الموافقة من السادة الخبراء إلى أهمية تعلم مهارة الطفو ومهارة الانزلاق على الظهر وأيضاً مهارة الوقوف في الماء في برامج تعلم السباحة وهذا ما يتفق في الأهمية مع البرامج العالمية مثل البرنامج الأمريكي الأوروبي، برنامج كلية ميسويكودا في ولاية بنسلفانيا الأمريكية، البرنامج الاسترالي، برنامج جامعة أيوا الأمريكية، برنامج جامعة هوايت، برنامج جامعة أيوا الأمريكية، برنامج الصليب الأحمر الأمريكي، ما يدل على أن البرنامج المقترح متفق مع البرامج العالمية في تعلم هذه مهارات السباحة.

وهذا يتفق مع ما يشير إليه كلاً من طارق ندا، علي زكي (١٩٩٤م) (٩) أن التنوع في استخدام التمرينات وتسلسلها يعمل على تحسين مهارة الانزلاق (على البطن والظهر)، وحيث أن الباحث قد قام بإستبعاد تمرين (وقوف) مسك اليدين لماسورة الحمام والانزلاق على البطن على سطح الماء) من البرنامج التعليمي المقترح فقد حصل الباحث على نتائج لها تأثير في تحسن الأداء المهاري للانزلاق (على البطن والظهر)، وهذا يتفق مع ما توصلت إليه دراسة هبة الله عصام الدين عباس الدياسطي (٢٠٠٦م) (١٧) وما أشار إليه كوني هارفي **Connie Harvey (2004) (٢٦)** أن من الأهداف الأساسية لتعلم السباحة هو إكتساب المتعلم القدرة على أداء السباحات المختلفة، في برامج التعليم المختلفة.

ويرى الباحث أن أهم ما يساعد السباح على التقدم للأمام، وتحقيق المستويات العالية هو التدريب على كيفية السباحة بالطريقة الصحيحة التي تعمل على تقليل عامل المقاومة عن طريق الحفاظ على وضع الانزلاق، والعمل على زيادة السطح الذي يعمل على مسك ودفع الماء من الجسم في مختلف أنواع السباحة، وذلك من خلال الأداء الحركي السهل، والتوافق العضلي العصبي الجيد، إتقان وضع زوايا المفاصل في مراحل المسك والشد والدفع والمتابعة، في أنواع السباحة المختلفة، والحفاظ على وضع الانزلاق الجيد والطفو المناسب وهذا ما يشير إليه واتسون ج وآخرون (1984) **Waston G. & other (م)** أن برامج التعليم المختلفة للسباحة يجب تعمل على إكتساب الفرد مهارة الطفو بأنواعه المختلفة وأيضاً التنفس بأشكاله المتنوعة وغيرها من المهارات التي يبني عليها ومتابعة هذا الأداء بصورة مستمرة أثناء المراحل التعليمية الأولى.

(٢٦:٢٣)

ويرى الباحث أن هذه المهارة يتم تطبيقها في البرامج والبرنامج الإستراتيجي فقط على الرغم من أهميتها في التدرج لتعلم المهارات الأساسية الأخرى حيث يكون وضع الجسم إنسيابياً بقدر الإمكان، كما يجب التحكم في الرأس وأن يكون أن النظر للأمام وبدون توتر في عضلات الرقبة، والمقعدة أسفل سطح الماء مباشرة والرجلين متقاربتين.

وبهذا يتحقق الفرض الثاني الذي ينص على:

توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في تعلم بعض المهارات الأساسية والمعرفية في السباحة وزيادة الدافعية نحو التعلم لصالح القياسات البعدية.

مناقشة نتائج الفرض الثالث:

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين متوسطي القياسين البعدي للمجموعة التجريبية والضابطة في تعلم بعض المهارات الأساسية والمعرفية في

السباحة وزيادة الدافعية نحو التعلم حيث جاءت قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية، لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

أن مقاومة الماء تعمل على إيقاف الحركة بشدة، ومن الضروري التغلب على مقاومة الماء العالية في لحظات قصيرة عند السباحة بالسرعات القصوى، فإذا كان من الممكن توزيع تأثير القوة بالتساوي على مدار الحركة الكامل سيجعل من تأثير القوة مستمرا، ويمكن أداؤها بسرعة كبيرة أيضا، إذ أن المقاومة التي يلقاها الجسم في الماء تتناسب تقريبا مع سرعة الجسم.

(١٢ : ٤)

حيث يشير كلا من طارق ندا، علي زكي (١٩٩٤م) (٩) إلى أن التنوع في استخدام التمرينات وتسلسلها يعمل على تحسين مهارة الوقوف في الماء، وهذا يتفق مع ما توصلت إليه دراسة هبة الله عصام الدين عباس الدياسطي (٢٠٠٦م) (١٧) وما أشار إليه أسامة كامل راتب (١٩٩٨م) (١) إلى أن السباحة التعليمية يجب أن تتضمن إكتساب الفرد مهارات الوقوف في الماء.

وهذا يتفق مع ما يشير إليه كلا من طارق ندا، علي زكي (١٩٩٤م) (٩) أن التنوع في استخدام التمرينات وتسلسلها يعمل على تحسين مهارة سباحة الزحف على البطن (ضربات الرجلين خارج وداخل الماء - حركات الذراعين خارج وداخل الماء - التنفس - التوافق) وهذا ما أشار إليه ماجليشيو (١٩٩٣م) إلى أن سباحة الزحف على البطن تحتوي كل دورة ذراع لسباحة الزحف على البطن حركة الذراع الأيمن وحركة الذراع الأيسر وعدد متغير من ضربات الرجلين (١٩ : ٢٦٣)

كما يوجد إتفاق كبير بين آراء السادة الخبراء حول التمرينات الخاصة بحركات الذراعين داخل وخارج الماء ، مما يؤكد أهمية تلك التمرينات لتعليم سباحة الزحف على البطن مما يعمل على نجاح البرنامج المقترح وهذا ما يتفق مع ما توصل إليه وجدي محمد عبد الوهاب (١٩٩٨م) (١٨)، محمد محمد عبد السلام (٢٠٠٠م) (١٣)، محمد الرشيد (١٩٩٩م) (١١).

وقد أتفقت جميع آراء السادة الخبراء حول التمرينات الخاصة بالتنفس ، مما يؤكد أهمية تلك التمرينات لتعليم مهارة التنفس كما إتفقت جميع آراء السادة الخبراء حول التمرينات الخاصة بالتوافق مما يؤكد أهمية تلك التمرينات لتعليم مهارة التوافق.

راع الباحث التنوع في استخدام التمرينات وتسلسلها الخاصة بسباحة الزحف على البطن والبدء والدوران لها مما يؤكد أهمية تلك التمرينات لتحسين سباحة الزحف على البطن وهذا يتفق مع كل من طارق ندا، علي زكي (١٩٩٤م) في مهارة إكتساب الثقة في الماء - مهارة الطفو (على البطن والظهر) - مهارة الانزلاق (على البطن والظهر) - مهارة الوقوف في الماء - سباحة

الزحف على البطن (ضربات الرجلين خارج وداخل الماء - حركات الذراعين خارج وداخل الماء - التنفس - التوافق). (٩)

وهذا ما يتفق مع دراسة هبة الله عصام الدين عباس الدياسطي (٢٠٠٦م) (١٧)، بدر عبد العظيم محمد بدر (٢٠١٠م) (٣)، هبة إبراهيم محمد الأشقر (٢٠٠٦) (١٦) من أنه يجب أن يتم التركيز على وضع الجسم - ضربات الرجلين - حركات الذراعين - التنفس - التوافق خلال عملية تعلم سباحة الزحف على البطن.

وفي ضوء ما سبق يرى الباحث أن استخدام البرنامج داخل وخارج الماء المقترح قد يؤثر تأثيراً إيجابياً على تنمية وتحسين تعلم المهارات الأساسية والمعرفية وزيادة الدافعية نحو التعلم وتعليم التكنيك في سباحة الزحف على البطن.

وبهذا يتحقق الفرض الثالث الذي ينص على:

توجد فروق بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم بعض المهارات الأساسية والمعرفية في السباحة وزيادة الدافعية نحو التعلم لصالح المجموعة التجريبية.

▪ الإستخلاصات والتوصيات

▪ أولاً: الإستخلاصات

من خلال ما تحقق من فروض البحث ووفقاً لما توصلت إليه نتائج التحليل الاحصائي وفي ضوء عرض ومناقشة النتائج وفي حدود عينه البحث والادوات المستخدمة امكن الباحث التوصل إلى أن:

١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية والمعرفية في السباحة وزيادة الدافعية نحو التعلم لصالح القياسات البعدية.

٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في تعلم بعض المهارات الأساسية والمعرفية في السباحة وزيادة الدافعية نحو التعلم لصالح القياسات البعدية.

٣- توجد فروق بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم بعض المهارات الأساسية والمعرفية في السباحة وزيادة الدافعية نحو التعلم لصالح المجموعة التجريبية.

▪ ثانياً: التوصيات

إستناداً إلى النتائج الذي توصل إليها الباحث من خلال إجراء هذا البحث يوصى الباحث بالآتي:

- ١- تطبيق البرنامج جاغل وخارج الماء المقترح للإرتقاء لعملية التعلم والاكساب الصحيح للمهارة قيد البحث على البراعم والناشئين في مختلف الأندية ومراكز الشباب لما حققه من ايجابيه في النتائج التي تم التوصل إليها.
- ٢- إجراء دراسات متشابهه أخرى على تطبيق البرنامج المقترح على أعمار سنية مختلفة بهدف التعرف على تأثيرها واتساع القاعدة العلمية.
- ٣- يوصي الباحث بضرورة الاهتمام بوضع البرامج التي تحسن من مستوى المهارات الحركية الأساسية للسباحة لدى البراعم والناشئين على مستوى المراحل السنية المختلفة بإستخلاص النواحي الإيجابية فقط ونقاط القوة وتلافي النواحي السلبية ونقاط الضعف.

### المراجع

#### أولاً : المراجع العربية :-

- ١- أسامة كامل راتب (١٩٩٩): تعليم السباحة، ط٣، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢- أمين أنور الخولى، محمود عبد الفتاح عنان (١٩٩٠م): التربية الرياضية المدرسية، دليل معلم الفصل وطالب التربية العملية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٣- بدر عبد العظيم محمد بدر (٢٠١٠م): أثر برنامج تعليمي مقترح على سرعة تعلم سباحة الصدر في ضوء تحليل بعض البرامج العالمية والمحلية، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها.
- ٤- حاتم حسني (١٩٩٥م): أثر بعض أنواع من التغذية الراجعة على تعلم السباحة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بطنطا.
- ٥- زياد محمد حسين ارميلى (٢٠١٩م): أثر التعلم النشط على اكتساب مهارات السباحة وتنمية دافع التعلم لدى الأطفال ٨ - ١٠ سنوات ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، الجامعة الاردنية .
- ٦- سعود الخضير (٢٠٠٦): المرشد التربوي لمعلمات رياض الأطفال بدول الخليج العربي، مكتبة التربية العربي لدول الخليج.
- ٧- طارق محمد ندا (١٩٩٣): المنهاج فى السباحة، مكتب الشرقية للطباعة، الزقازيق.
- ٨- عادل فوزي جمال (١٩٩٦م): سلسلة الاتجاهات المعاصرة في تعليم المبتدئين سباحة المنافسات، القاهرة.
- ٩- علي زكى، طارق ندا (٢٠٠٢): السباحة " تكنيك، تعليم، تدريب، إنقاذ"، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٠- ليلي السيد فرحات (٢٠٠١): القياس المعرفي الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.



١١- محمد أحمد الرشيدى (١٩٩٩م): تأثير برنامج تعليمي على مستوى أداء سباحة الزحف على البطن للمبتدئين من ٦:٩ سنوات، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين ببور سعيد، جامعة قناة السويس.

١٢- محمد على أحمد القط (٢٠٠٥): المبادئ العلمية للسباحة، المركز العربي للنشر، الزقازيق.

١٣- محمد محمد عبد السلام (٢٠٠٢م): تأثير الألعاب المائية على تعلم المهارات الحركية في السباحة للأطفال، بحث ماجستير غير منشور، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.

١٤- مروان على محمد (٢٠١٩م): تأثير برنامج تمارينات بالأدوات داخل وخارج الماء على تأهيل انحراف المد الزائد للركبة لناشئى السباحه، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.

١٥- مي حسن عبد المعبود (٢٠١٣): فاعلية برنامج كورت في زيادة الدافعية نحو التعلم الذاتي لطلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، كلية تربية، جامعة حلوان.

١٦- هبة إبراهيم محمد الأشقر (٢٠٠٦م): فاعلية التدريب العقلي باستخدام إدراك الوقت والمسافة على مستوى الأداء الفني والرقمي لسباحتي الزحف على الظهر والبطن، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية بنات، القاهرة

١٧- هبة الله عصام الدين (٢٠٠٦م): برنامج تعليمي لرياضة السباحة للأطفال المبتدئين في ضوء تحليل بعض البرامج العالمية والمحلية، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية بالسادات، جامعة المنوفية.

١٨- وجدي محمد عبد الوهاب (١٩٩٨م): أثر برنامج تعليمي مقترح على سرعة تعلم سباحة الزحف على البطن للأطفال المشتركين بفصول تعليم السباحة بمركز خدمة البيئة وتنمية المجتمع، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة.

ثانياً : المراجع الأجنبية :-

19- Maglischo, E, W. (1993): Swimming even faster, Magill publishing co., California U.S.A

20- Michael, J. Alter, M (1995): Science of Flexibility, Second Edition, Human Kinetics, USA.





- 21- **Parker, H., Blanks by, B. (1999):** Starting Age and Aquatic Skill Learning in Young Children Sport Discus, Florida U.S.A.
- 22- **Pelayo (2001):** Swimming Performance And Stroking Parameters In Non Skilling, Journal Of Sport Medicine, Torino, Italy.
- 23- **Watson G., Blanks By, Bloom Field, J. (1984):** Childhood Socializations and Competitive Swimming, a Sociological Analysis of Australian Elite Junior Swimming, International Comate for the Sociology of Sport, Paris, France.
- 24- **Binkley – Helen, Maria (1996):** Water exercises Effect on, improving muscular strength and endurance in elderly inner city American women on degree Name Ph.D.
- 25- **Bradley (1999):** Program lessons daily – Weekly to teach swimming crawl on the abdomen of children, Champaign, III, U.S.A.