

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة بغداد

كلية التربية الرياضية للبنات

فاعلية الأسلوب التبادلي في تعلم السباحة الحرة  
على عينة من طلاب المرحلة الثانية \_ كلية التربية الرياضية

٢٠٠٨\_٢٠٠٩

الجامعة المستنصرية

مقدم

من قبل

م.د مواهب حميد زعمان

٢٠٠٩م

١٤٣٠هـ

**ABSTRACT**  
**PROXIMITY STYLE EFFECTIVENESS IN**  
**LEARNING FREE SWIMMING ON SAMPLES OF**  
**SECOND STAGE STUDENTS – PHYSICAL**  
**EDUCATION COLLEGE**

---

**Introduction and importance of the research**

**-various learning methods has an essential impact**

**Inacquaintance of learning skills of different kinds of sport among them swimming being has its characteristic , that distinguishes it from other sports and being practiced in an unfamiliar media for the learner in his daily life , it is the water media , in addition to other factors , such as fear factor which constitute obstacle in learning acquisition and affect the fresh learner production So he is in need of skills that put him far from fear factor and makes him safe and to build solid basic pillar of sport swimming , it is better to diversify styles and methods of teaching them and changing of learning to reach good educational level by selecting the best methods that are suitable to level,environment, and the learner nature.**

**the Research problem through teaching swimming , decline and weakness , of learning level for most of the learners though the scientific progress that copewith , the educational process . that leads to the appearance numerous modern methods among them in increasing learning activity , but the researcher observed that most used of methods and styles is traditional methods .**

- 1- preparing suggested educational program by using proximity style in learning free swimming .**
- 2- To know the suggested program activity by using proximity educational method in learning free swimming .**

**The research by hypothesis**

**1-The suggested educational program by using proprioceptive learning in learning of free swimming .**

**2- The researcher has pursued the trial procedure being suitable to the nature of problem intending to be searched by designing two equivalent groups one of them is empirical and the other is control . Data has been tackled statistically by (T test ) .**

**- the researcher has displayed the most important results  
- the researcher reached and analyzed and discussed them  
results concluded by using statistical methods related to the research .  
In light with the goal of the research and results processing statistics ,  
due to what was mentioned with in display results of processing and  
analyzing them and discussing them they have come to shed light to  
most prominent conclusions that could be deduced from these  
results.**

**-the proprioceptive program has helped in best learning level of free swimming this supported by results , this style considered most**

**-suitable style to educate various**

**Kinds of swimming .**

**As for recommendation**

**-Implementing current study on various kinds of swimming and other trial designing**

**- Implementing the current study on various ages .**

**١- التعريف بالبحث :**

**١-١ المقدمة وأهمية البحث :**

يشير "عبد الحافظ سلامة" (١٩٩٨) بأنه لم تعد المهمة التعليمية مقتصرة على نقل المعلومات للمتعلم ، بل تعدت ذلك ، إذ يعد المتعلم ركيزة أساسية في جميع مراحل التعلم وله موقف نشط وفعال وليس سلبي لأنه يتضمن مشاركته في عملية التعليم وليس مجرد ممتص للمعلومات التي ترده من قبل المعلم (٢٠:٦) .  
ولأساليب التعلم المختلفة اثر كبير في اكتساب تعلم مهارات مختلف أنواع الرياضات ومنهاريات السباحة لان لها خصوصيتها التي تميزها عن سائر الرياضات كونها تمارس في وسط غير مألوف للمتعلم في حياته اليومية وهو الوسط المائي إضافة الى عوامل أخرى منها عامل الخوف الذي يشكل عائقا في اكتساب التعلم بيسر ويؤثر على نتاج التعلم لدى المبتدئ لهذا يحتاج إلى تعلم مهارات السباحة بأسلوب يبعد عنه عامل الخوف ويبث روح الأمان لهذا ولبناء ركيزة رياضية متينة للسباحة كان من الأجدر التغيير والتنوع في أساليب التعلم وطرائق تدريسيها وصولا إلى مستوى تعليمي جيد وذلك بانتقاء افضل الأساليب التي تكون ملائمة مع مستوى وبيئة وطبيعة المتعلم .

ومن هنا جاءت أهمية البحث بأعداد برنامج تعليمي مقترح باستخدام الأسلوب التبادلي كون المتعلم فيه هو محور عملية التعلم ومحاولة علمية جادة لمعرفة فاعلية الأسلوب التبادلي في تعلم السباحة الحرة باعتماده أسلوب تعليمي جديد في تعليم السباحة لندره التطرق إليه في هذا المجال .

## ٢-١ مشكلة البحث:

وجدت الباحثة من خلال تدريسيها للمادة السباحة تدني وضعف مستوى التعلم لدى اغلب المتعلمين رغم التطور العلمي الهائل الذي واكب العملية التعليمية والذي أدى لظهور العديد من الأساليب الحديثة الغرض منها زيادة فاعلية التعلم ألا إن الباحثة لاحظت أن معظم الطرائق والأساليب المستخدمة هي طرائق تقليدية، وان اغلب العاملين في مجال تعليم السباحة (مدرسين ، ومدرسين ) لا يستخدمون الطرائق الفعالة واعتمادهم لأساليب غير مشجعة على التعلم ، فضلا إلى عدم وضوح الرؤيا لدى الكثير منهم حول أفضلية هذه الاساليب . إضافة الى عامل الخوف من الماء الذي يلزم المبتدئين لانه وسط غير مؤلوف لديهم لذلك كان من المهم أن نلجأ لأساليب جديدة تكسر الرتابة في تعلم المهارات في التعلم الحركي بشكل عام وتعلم السباحة والسباحة الحرة بشكل خاص .

ولقلة الدراسات والبحوث بل لندرته التي تناولت اسلوب التعلم التبادلي في مجال السباحة على حد علم الباحثة. لهذا ارتأت الباحثة معرفة فاعلية الأسلوب التبادلي في تعلم السباحة الحرة على عينة من طلاب الصف الثاني من كلية التربية الرياضية ٢٠٠٨\_٢٠٠٩ / الجامعة المستنصرية .

## ٣-١ أهداف البحث :

يهدف البحث إلى :

١. أعداد برنامج تعليمي مقترح باستخدام أسلوب التعلم التبادلي في تعلم السباحة الحرة .
٢. معرفة فاعلية البرنامج المقترح بأسلوب التعلم التبادلي في تعلم السباحة الحرة .

## ٤-١ فرض البحث :

١. أن البرنامج التعليمي المقترح بأسلوب التعلم التبادلي يؤثر معنويا في تعلم السباحة الحرة .

## ٥-١ مجالات البحث :

- ١-٥-١ المجال البشري : ٤٠ من طلاب الصف الثاني كلية التربية الرياضية/ الجامعة المستنصرية للعام الدراسي ٢٠٠٨-٢٠٠٩ .
- ٢-٥-١ المجال الزمني : من الفترة الواقعة بين ٢٠٠٩/٣/٨ وحتى ٢٠٠٩/٤/٢٢ .
- ٣-٥-١ المجال المكاني : مسبح الشعب المغلق / بغداد .

## ٦-١ تحديد المصطلحات :

يذكر " ابو النجا" (٢٠٠٥) ان الأسلوب التبادلي هو احد أساليب التعلم (الموستن) ويطلق عليه البعض اسم التطبيق بتوجيه الاقران وفيه يتحول للمتعم قرارات أكثر وهذه القرارات تختص بالتقويم ، إذ يتم تقسيم طلاب

الصف إلى أزواج أقران احدهما يقوم بأداء المهارة (الطالب ) والآخر يقوم بالملاحظة(المدرس ) وتقديم التغذية الراجعة بحيث يعملان بالتبادل( ١ : ٧٥)

## ٢ - الجانب النظري :

٢-١ التعلم الحركي في السباحة .  
لكي يتقن الإنسان المهارة يجب أن يمر بعدة مراحل ليصل إلى مستوى جيد في الأداء فقد حدد كل من "كورت ماينل"(١٩٧١) و"محمد حسن علاوي" "الشيخ" (١٩٦٦) بأن يتم تعلم السباحة على مراحل وأن تكون هذه المراحل مترابطة وواضحة ويمر تعليمها بثلاث مراحل(١٦:٣٤٦)(٩:١٠٣)(١٥:٢٤٠)

## المرحلة الأولى : مرحلة اكتساب التوافق الأولى للمهارة الحركية .

تشكل هذه المرحلة الأساس الأول لتعلم المهارة الحركية وإتقانها وتهدف إلى اكتساب الفرد مختلف المعاني والتصورات كالتصور السمعي ، والتصور البصري والتصور الحركي للمهارة الحركية ، حيث يمكن بذلك القدرة على الأداء والممارسة بالإضافة إلى إثارة دوافع المتعلم لتعلم المهارة الحركية . وفي هذه المرحلة يمكن استخدام مختلف الوسائل التعليمية مع مراعاة أن الوسائل التعليمية تأتي في المرتبة الأولى من حيث الأهمية .

## المرحلة الثانية :مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة الحركية وإصلاح الأخطاء.

في هذه المرحلة يمكن استخدام مختلف الوسائل التعليمية ، مع مراعاة أن تتناسب مع درجة المستوى الذي وصل إليه الفرد وتحتل الوسائل التعليمية مكانة هامة في هذه المرحلة التي يمكن بواسطتها ممارسة وأداء المهارة الحركية والتدريب ككل وكأجزاء ، كما يحتل عملية تصحيح الأخطاء دوراً هاماً خلال عملية التدريب على المهارة الحركية .

## المرحلة الثالثة : مرحلة إتقان وتثبيت المهارة الحركية .

وتشير "ثناء عبد الباقي"(١٩٩٢) وفي هذه المرحلة يمكن إتقان وتثبيت أداء المهارة الحركية من خلال مواصلة التدريب وإصلاح الأخطاء تحت الظروف المتعددة والمتنوعة ، مع مراعاة أنه كلما أزداد إتقان الفرد للمهارة الحركية كلما قل المجهود المبذول في محاولة الأداء وكلما أتيح له استخدام كل تفكيره وانتباهه لمختلف الواجبات المطلوب في المنافسات والمسابقات (٤ : ٧٩)

## ٢-٢ أطراف العملية التعليمية وفق اسلوب التعلم التبادلي .

يوضح "عباس صالح وعبد الكريم محمود" (١٩٩١) إن العملية التعليمية ضمن هذا الأسلوب تتشكل من ثلاثة أطراف رئيسة هي (المدرس والملاحظ والمؤدي) وبما أن دور المدرس ليس مباشراً، أي إن توجيهاته لاتعطي إلى المؤدي مباشرة بل من خلال الملاحظ وان دوره يتحدد ضمن ورقة المعيار التي يحددها له المدرس آذ انه لايتصرف بالمعلومات وإنما له خط سير محدد وبذا لايشترط به أن يكون على دراية كبيرة في المهارات، ولذلك فأنا نجيز لأنفسنا أن نقول أن طرفي العملية الأساسيين هما الملاحظ والمؤدي، لأن المؤدي يستلم تعليماته وتوجيهاته من الملاحظ مباشرةً دونما أي اتصال أو احتكاك بالمدرس ، وعليه فيما يأتي سنقوم بتوضيح أدوار الكل. (٩٣:٥)

#### أولاً دور المدرس :

- ١- تحديد الهدف العام من الدرس والإنجازات المتوقع
- ٢- تحديد إجراءات من حيث تقسيم الطلاب وتنظيم الأدوات وتوزيع بطاقات الأداء.
- ٣- تعريف الطلاب بأهمية هذا الأسلوب وكيفية أداء العمل التبادلي
- ٤- توضيح النقاط الهامة في العمل.
- ٥- إعداد وتصميم البطاقة التي سيستخدمها الطالب الملاحظ.
- ٦- الإجابة على استفسارات الطالب الملاحظ إن وجدت.

#### ثانياً: دور الطالب الملاحظ :

- ١- على الطالب الملاحظ استلام البطاقة الخاصة بالأداء من المدرس.
- ٢- ملاحظة الأداء الحركي للمؤدي.
- ٣- إعطاء التغذية الراجعة إستناداً إلى المعلومات الموجودة في البطاقة.
- ٤- مقارنة الأداء بالمعلومات المدونة بالبطاقة.
- ٥- توصيل النتائج عن الأداء للمؤدي.
- ٦-الاتصال بالمدرس إذا كان ذلك ضرورياً.

#### ثالثاً: دور الطالب المؤدي :

تنفيذ الواجبات المطلوبة / تلقي الأوامر والتوجيهات والتصحيحات من الطالب الملاحظ.  
أن هيكل هذا الأسلوب يظهر بالشكل : مراحل الدرس القرار / مرحلة ما قبل الدرس المدرس  
مرحلة تطبيق الأداء الطالب

المؤدي / مرحلة ما بعد الدرس الطالب المل

#### ٢-١ بطاقة العمل :

لما كانت الغاية من التعلم على وفق الأسلوب التبادلي هي أن يكون طرفاها من (المتعلمين الطلبة) ، فمن الأفضل أن يتحدد العمل بنقاط للتوجيه ، وبنوعية المهمات المطلوب أدائها وبالمعايير التي يقاس بموجبها مدى صحة وأخطاء المؤدي في أداء هذه المهارة أو تلك ، فضلاً عن أن هذه التحديدات ترسم للملاحظ حدود عمله فلا يتجاوزها ولا يتصرف وفق هواه، ومن جهة ثانية فإن تحديد عمل الملاحظ بأسس مكتوبة يتيح للمدرس أن يراقب سير العملية التعليمية بشكل واضح ويعرف مواطن الخلل والإخفاقات فيتدخل مباشرةً ويوجه الملاحظ ويطلب منه التصحيح الفوري لأي مهمة أو أداء غير صحيح. وعليه فإن استمارة المعلومات ماهي إلا دليل يهتدي به الملاحظ ويسترشد بتعليماته وهذه الاستمارة تتضمن:

- ١- وصف خاص للواجب: وهذا يتضمن تقسيم المهارة أو الواجب إلى أجزاء متسلسلة.
- ٢- نقاط معينة يتم مراجعتها عند الأداء: ويتم الرجوع إليها عندما تكون هناك صعوبة في الأداء، ويقوم المتعلم بمعرفتها من خلال التجارب السابقة ، صور وأشكال لتوضيح الواجب (تعد الوسائل البصرية أكثر أهمية من الوسائل السمعية لأنها تساعد على التصور الحركي الجيد)

- ٣- نماذج السلوك اللفظي الذي يمكن استخدامه عند التغذية الراجعة.
- ٤- تحديد فترة الواجب أو التمرين أو عدد مرات أدائه (زمن الأداء أو المسافة أو التكرارات) .

## ٢-٢-٢ مميزات الأسلوب التبادلي .

- ١- أن مميزات هذا الأسلوب هو صلاحيته وإمكانية استخدامه مع الطلبة الشباب والذين يرومون العمل في مهنة التدريس أو التدريب لا سيما في المرحلة الجامعية أوفي مؤسسات إعداد المعلمين والناشئين والمراهقين لأنهم بحاجة إلى من يرعاهم ويقودهم قيادة صحيحة ،
- ٢ - يتيح هذا الأسلوب أمام المتعلمين الفرصة الكافية للإبداع في تنفيذ الواجب.
- ٣- يساعد هذا الأسلوب المتعلمين على إعطاء التغذية الراجعة في وقتها المناسب عندما يقوم بتصحيح أخطاء زميله المؤدي وبهذا تسهل عملية التعلم.
- ٤ - إن هذا الأسلوب اقتصادي من حيث الوقت و الجهد ، كما أنه يحقق عملية التعلم بشكل سريع وفعال.
- ٥- يمنح هذا الأسلوب الثقة بالنفس والأمانة لدى المتعلمين ، ويساعدهم على الصبر والتعلم كما ينمي روح العمل التعاوني ، لا انه من المحبب إلى النفس أن نرى الطلاب يعمل بعضهم مع بعض.
- ٣- منهج البحث وإجراءاته

## ١-٣ منهج البحث .

أستخدمت الباحثه المنهج التجريبي نظراً لملائمة طبيعة المشكلة المراد بحثها ، عليه استخدمت المنهج بتصميم المجموعتين المتكافئة أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة .

## ٢-٣ عينة البحث .

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية ذات الأسلوب العشوائي من طلاب كلية التربية الرياضية / جامعة المستنصرية الصف الثاني للعام الدراسي ٢٠٠٨ – ٢٠٠٩ والذي يبلغ عددهم (٤٠) طالباً من مجتمع الاصل البالغ (٦٨) وبعد استبعاد الطلبة الراسبين والذين يجيدون السباحة والذين تغيبوا اكثر من وحدتين تعليميه شكلت عينه نسبة ٦٧% من مجتمع الاصل .

أقامت الباحثة بعد تحقيق التجانس بالقياسات الانثرومترية (الطول، والوزن، والعمر) بتقسيم عينة البحث إلى مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة بواقع (٢٠) طالباً لكل مجموعة كما وقامت بإجراء التكافؤ لعينة البحث في الاختبارات المهارية (طفو القرفصاء،الطفو الأمامي،الانزلاق الامامي) .

تم استخدام اختبار (معامل الالتواء) في القياسات الأنثرومترية ( الطول – الوزن - العمر ) لغرض التجانس وقد تراوحت قيمة معامل الالتواء بين (٣+،٣-) وهذا يدل على تجانس العينة وقد تم إجراء التكافؤ في متغيرات المهارية (طفو القرفصاء،الطفو الأمامي، الانزلاق ) أتضح أن قيمة (T) الجدولية أكبر من قيمة (T) المحسوبة تحت درجة حرية (٣٨) وبنسبة خطأ (٠.٠٥) وهذا يدل على تجانس وتكافؤ أفراد عينة البحث وكما موضح في الجدولين رقم (١) و (٢) .

## الجدول (١)

يوضح الأوساط الحسابية والوسيط والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الالتواء في المتغيرات الانثرومترية ( الطول، الوزن ، العمر) للعينة البحث

| المتغيرات | س     | وسيط | انحراف | معامل الالتواء |
|-----------|-------|------|--------|----------------|
| الطول     | 173.5 | ١٧٣  | ٦.٣١   | 1.569 +        |
| الوزن     | 70.3  | 70   | 6.92   | 0.369 +        |
| العمر     | 20.9  | ٢٠   | 1.5    | 0.29 +         |

جدول (٢)

يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية للمتغيرات المهارية (طفو القرفصاء/ الطفو الأمامي/ الانزلاق) للمجموعتين التجريبية والضابطة.

| المتغيرات        | المجموعة التجريبية |       | المجموعة الضابطة |       | T المحسوبة | الدالة    |
|------------------|--------------------|-------|------------------|-------|------------|-----------|
|                  | س                  | ع     | س                | ع     |            |           |
| الطفو القرفصاء   | ٤.٠٨               | ٠.٦٤١ | ٣.٠٣٣            | ٠.٤٩٢ | ٠.٦٣١      | غير معنوي |
| الطفو الأمامي    | ٤.٧٧               | ٠.٤٣٩ | ٤.١٧             | ٠.٥٧٧ | ٩٥٣        | غير معنوي |
| الانزلاق الأمامي | ٤.٦٩               | ٠.٤٨  | ٣.٩٢             | ٠.٦٦٩ | ١.٣٥٢      | غير معنوي |

• قيمة (t) الجدولية تحت درجة الحرية (٣٨) ونسبة خط (0.05) = ١.٦٩

وبعد تحقيق التجانس والتكافؤ قامت الباحثة بإدخال المتغير التجريبي على المجموعة التجريبية دون الضابطة حيث تعلمت المجموعة التجريبية بطريقة البرنامج التعليمي المقترح باستخدام أسلوب التعلم التبادلي .

٣-٣ الوسائل و الأدوات والأجهزة .

٣-٣-١ الوسائل والأدوات :لقد استعانت الباحثة بالادوات والوسائل الآتية .

- المصادر العربية والاجنبية - شبكة المعلومات الانترنيت -المقابلات الشخصية - عينة البحث

- برنامج التعليمي المقترح - الاختبارات المستخدمة - التجربة الاستطلاعية - التجربة الرئيسية

- فريق العمل المساعد<sup>١</sup> والمحكمين<sup>٢</sup> - بطاقة تقويم سباحة الحرة - حوض سباحة - منصات تعليمية - ألواح طفو وطوافات

٣-٣-٢ الأجهزة .

- جهاز لقياس الطول - جهاز لقياس الوزن - ساعات توقيت كاسيو عدد ٣ .

- آلة تصوير حديثة ( كامرة فيديو) - حاسب الي نوع dell مع اقراص ليزيرية .

٣-٣-٤ القياسات والاختبارات المستخدمة.

من أجل معرفة تأثير المتغير التجريبي الذي استخدم على العينة ، قامت الباحثة بأجراء القياسات والاختبارات الآتية

٣-٤-١ الاختبارات الانثروبومترية :

- قياس الوزن :

تم قياس الوزن لأفراد عينة البحث في القاعة الرياضية في كلية التربية الرياضية / الجامعة المستنصرية . باستخدام ميزان الكتروني لقياس الوزن وهو يرتدي الملابس الرياضية ( شورت ، دريس ) وبدون حذاء على أن يقف الطالب في وسط الميزان والرأس مرفوع للأعلى ليشير الميزان الى مقدار الوزن بالكيلو غرام .

- قياس الطول :

<sup>١</sup> فريق العمل المساعد م ماجد حسن م.م حيدر مجيد م.م صباح نوري /كلية التربية الرياضية /الجامعة المستنصرية

<sup>٢</sup> المحكمين د.اخلاص دحام د. حسن سيد جعفر م.م فراس عجيل / كلية التربية الرياضية /الجامعة المستنصرية

تم قياس الطول لأفراد عينة البحث في في القاعة كلية التربية الرياضية /المستنصرية . حيث تم قياس طول أفراد عينة البحث بأسناد الظهر على الحائط من دون حذاء وتوضع مسطرة بصورة ملائمة لرأس الطالب تشير الى مقدار الطول بالمتر وأجزائه .

- العمر :

تم أخذ العمر لأفراد عينة البحث من وحدة التسجيل كلية التربية الرياضية /الجامعة المستنصرية ، من الاستمارات الخاصة بقبول الطلبة .

٣-٤-٢ الاختبارات المهارية للسباحة :

- ١- اختبار الطفو من القرقصاء .
- ٢- اختبار الطفو الامامي الأفقي .
- ٣- اختبار الانسياب ( الانزلاق الأمامي )
- ٤- اختبار السباحة الحرة لمسافة ٢٥ م .

١- اختبار مهارة الطفو من القرقصاء : "مقداد سيد جعفر" (١٩٨٨)

- ◀ الغرض من الاختبار : معرفة قدرة المتعلم على الطفو
- ◀ شروط الاختبار: (الوقوف داخل حوض السباحة) يقوم الطالب بسحب احد القدمين نحو الصدر وتليها القدم الأخرى ويضم الرأس والحنك بلف الذراعين حول القدمين ويبدأ بالطفو بمد الذراعين ثم القدمين
- ◀ الأدوات المستخدمة: حوض سباحة ، ساعة توقيت ، صافرة، استمارات تسجيل ارقام
- ◀ تسجيل الاختبار: يبدأ قياس الاختبار عند سماع الطالب صافرة البدء واخذ وضع القرقصاء ثم يبدأ بالطفو ، يحسب الوقت الى حين نزول قدم الطالب الى قاع الحوض ويقاس الوقت بالثانية وأجزاءها . (٢٠:١٢).
- ٢- اختبار الطفو الأفقي على البطن: ". اسامه كامل" (١٩٩٨)

- ◀ الغرض من الاختبار : قياس قدرة المتعلم على الطفو الأفقي (التحكم في ضبط الجسم) .
- ◀ شروط الاختبار : يبدأ المتعلم من وضع (الوقوف) في الماء عمل الطفو الأفقي بميلان الجسم الى الأمام ومد الذراعين اماما ورفع الرجلين خلفا والطفو على البطن بحيث يصبح الجسم على استقامة واحدة .
- ◀ الأدوات المستخدمة: حوض سباحة، ساعة توقيت، استمارات تسجيل ارقام
- ◀ تسجيل الاختبار: قياس الاختبار عند سماع المتعلم ، صافرة البدء اتخاذ المتعلم الوضع الأفقي الأمامي حتى يصبح وضع الجسم مائل يحسب زمن الطفو بالدقيقة وأجزاءها (٢:٢٨٠)

٣-اختبار الانسياب ( الانزلاق الامامي ) "أفتخار السامرائي" (١٩٨٣)

- ◀ الغرض من الاختبار : قياس المسافة التي يقطعها المتعلم عند أداء هذه المهارة .
- ◀ شروط الاختبار: (نصف الوقوف) اسناد القدم على جدار الحوض ، عند سماع صافرة البدء دفع الجدار بالقدم ومد الجسم الى الامام والانسياب ثم الانزلاق .
- ◀ الأدوات المستخدمة : حوض سباحة ، صافرة ، شريط قياس .
- ◀ تسجيل الاختبار : يبدأ القياس بحساب المسافة من جدار الحوض وحتى وقوف المتعلم ، تحسب المسافة بالمتر وأجزائه . (٣:٩٠)

٤- اختبار الأداء الفني للسباحة الحرة. "سلام كريم" (١٩٩٨)

- ◀ الاختبار : اختبار السباحة الحرة لمسافة ٢٥ م .
- ◀ هدف الاختبار : قياس مستوى الأداء الفني للمتعلم في السباحة الحرة والقدرة على أداء ضربات الرجلين وحركات الذراعين والتنفس .
- ◀ وصف الاختبار : يقف المختبر داخل الحوض في الماء ، ممسكا الحائط بأحدى اليدين بينما تبقى القدمين على الأرض وبعيدا عن الحائط ، عند الإشارة يبدأ الطالب السباحة دون توقف حتى قطع مسافة الاختبار .
- ◀ تسجيل الاختبار : يكون التقييم عن طريق الخبراء ( الحكام ) وذلك اعتمادا على البطاقة المقدمة لهم بحسب التفاصيل المثبتة فيها. (٨:٩١)

٣-٥ الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة :

١- صدق الاختبار :

يقصد بصدق الاختبار " ان يقيس المقياس الخاصية التي وضع من اجلها" عبد القادر كراجة" (١٩٩٧)

(٧:٤١)

أتبعت الباحثة طريقة استخراج الصدق الذاتي والذي يقاس عن طريق الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار .

## ٢- ثبات الاختبار :

المقصود بثبات الاختبار يعني " اذا ما أعيد الاختبار على عينة كانت نتائج الاختبار متشابهة . محمد صبحي حسنين (٢٠٠١) (١٠:١٢٤) كما يعني ان الاختبار موثوق به ويعتمد عليه . اذ تم اختبار العينة الاستطلاعية وبعد مرور (٧) ايام تم اعادة الاختبار ، ومن ثم ايجاد معامل الارتباط ( بيرسون ) بين الاختبارين وتبين انها ذات معنوية عالية ، كما مبين في الجدول (٣) .

## ٢- موضوعية الاختبار :

تعني الموضوعية " عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شئ ما أو على موضوع معين . "مصطفى باهي" (١٩٩٩) (١١:٢٤) ولغرض استخراج موضوعية الاختبارات ، قام الباحث بتطبيق الاختبارات على العينة الاستطلاعية وبوجود محكمين اثنين لتسجيل الدرجات ، ومن ثم قام الباحث بأيجاد معامل الارتباط ( بيرسون ) بين درجات الحكم الاول والثاني وتبين انها ذات ارتباط معنوي كما في الجدول (٣) .

## جدول (٣)

### يبين مفردات الاختبار والمعاملات العلمية لها

| ت | مفردات الاختبار           | معامل الصدق | معامل الثبات | معامل الموضوعية |
|---|---------------------------|-------------|--------------|-----------------|
| ١ | الطفو القر فضاء /ثا       | ٠.٩٥        | ٠.٨٧         | ٠.٩٢            |
| ٢ | الطفو الافقي الامامي / ثا | ٠.٩٦        | ٠.٩٢         | ٠.٩٢            |
| ٣ | الانزلاق الامامي / م      | ٠.٩٣        | ٠.٨٣         | ٠.٩٣            |

بطاقة التقويم .

لقد اعتمدت الباحثة على البطاقة المقننة والمعده من قبلها سابقا "مواهب حميد" (٢٠٠٦) (٧٥:١٣).

أذ قسمت البطاقة كالاتي

١- (٦) درجات لمهارة وضع الجسم

٢- (٦) درجات لمهارة وضع ضربات الرجلين

٣- (٩) درجات لمهارة ضربات الذراعين

٤- (٦) درجات لمهارة التنفس

٥- (٣) درجات لمهارة التوافق.

٣-١-٥ البرنامج التعليمي .

قامت الباحثة بأعداد برنامج تعليمي لتعلم سباحة الحرة على المجموعة التجريبية باستخدام أسلوب التعلم التبادلي . حيث كان عدد الوحدات (١٢) وحدة تعليمية ولمدة (٦) أسابيع بواقع وحدتين تعليميتين أسبوعياً ، حيث استغرقت زمن الوحدة (٩٠) دقيقة ، اعتماد على الدرس المنهجي للسباحة في كلية التربية الرياضية / جامعة المستنصرية . إذ وزعت المجموعة التجريبية إلى أزواج احد الطلاب مؤدي والثاني ملاحظ يقدم التغذية الراجعة

حسب بطاقة العمل التي يعدها المدرس الذي يقوم بالتخطيط الدرس بعد شرح المدرس للمهارة وإعطاء نموذج قام بأعداد ورقة العمل يصف العمل الأداء الفني للمهارة أي الخطوات التعليمية للأداء التي تعمل بها المجموعة تجريبية الطلاب الإقران احدهما (مودي والأخر ملاحظ) وكما يلي .

### بطاقة العمل (ورقة العمل).

- يقوم الطالب المؤدي باداء مهارة ضربات الذراعين بدخول باصابع اليد اولا في نقطة امام الكتف مع اثناء المرفق عاليا .
- توجيه راحة اليد للخلف والاصابع مضمومه مع انثناء المرفق قريبا من الجسم
- اداء الحركة الرجوعية ببطء مع انثناء المرفق ورفع عاليا .
- تناوب ضربات الذراعين بدون توقف.
- عرض صورته لطريقة الأداء أو رسومات أو أشكال توضيحية ومكتوبة.
- دور الطالب الملاحظ هو مراقبة اداء الطالب المؤدي وتقديم التغذية الراجعة الفورية له بعدها يتم تبادل الادوار بين الطلاب .

زمن أداء : ٥ دقائق

التكرارات : ٦ تكرارات

المسافة : ٢٥ عرض المسبح .

وقد طبقت المجموعة الضابطة البرنامج المعتمد لها الكلية تحت نفس ظروف وشروط تعلم المجموعة التجريبية من حيث مدة البرنامج ، وتوزيع وحداته والاختلاف فقط في العامل التجريبي . إي المجموعتان تعملان بنفس أقسام الوحدة التعليمية الاختلاف في الجزء التطبيقي من القسم الرئيسي أي كالأتي :

القسم التحضيري ١٥ دقيقة

القسم الرئيسي: ٦٠ دقيقة

الجزء التعليمي: ٢٠ دقيقة

الجزء التطبيقي: ٤٠ دقيقة هنا تأخذ المجموعة التجريبية بطاقة العمل وتطبقها

الجزء الختامي

### نموذج (١)

لوحة تعليمية بأسلوب التعلم التبادلي .

الوقت: ٩٠

الهدف التعليمي : تعليم مهارة ضربات الذراعين .  
دقيقة .

| مجاميع البحث                                     |   | النشاط                                    | الوقت           | اجزاء الوحدة التعليمية                     |
|--|---|---|-----------------|--|
| المجموعة الضابطة                                 | المجموعة التجريبية                                    |   |                 |  |
| ا حضور-احماء عام احماء خاص                       | حضور-احماء عام احماء خاص                              | اخذالحضور<br>احماء عام<br>احماء خاص       | ٥ دقائق<br>١٠ د | القسم التحضيري<br>المجموعتان نفس<br>النشاط |
| شرح المهارة<br>وعرض النموذج الحركي               | شرح المهارة وعرض<br>النموذج الحركي                    | الجانب التعليمي<br>نفس النشاط للمجموعتان  | ٢٠ دقيقة        | القسم الرئيسي<br>٦٠ د                      |
| اداء النموذج وتادية المهارة<br>حسب برنامج الكليه | عمل المجموعة حسب بطاقة<br>العمل- يقوم الطالب (المؤدي) | الجانب التطبيقي<br>هنا الاختلاف كل مجموعه | ٤٠ دقيقة        |  |

|   |   |   |           |  |
|---|---|---|-----------|--|
| <p>- تاديه حركة الذراعين من الوقوف<br/>- تاديهها من الطفو<br/>تاديهها من الانسياب</p>       | <p>بادء مهارة ضربات الذراعين<br/>يدخول باصابع اليد اولا في<br/>نقطة امام الكتف مع انثناء<br/>المرفق عاليا .</p> <p>- توجيه راحة اليد للخلف<br/>والاصابع مضمومه مع انثناء<br/>المرفق قريبا من الجسم</p> <p>- اداء الحركة الرجوعية ببطء<br/>مع انثناء المرفق ورفعها عاليا .</p> <p>- تناوب ضربات الذراعين<br/>بدون توقف.</p> <p>- عرض صورته لطريقة الأداء<br/>أو رسومات أو أشكال<br/>توضيحية ومكتوبة.</p> <p>دور الطالب (الملاحظ) هو<br/>مراقبة اداء الطالب المؤدي<br/>وتقديم التغذية الراجعة الفورية<br/>له</p> <p>بعدها يتم تبادل الادوار بين<br/>الطلاب . عمل الطلاب على<br/>شكل ازواج</p> | <p>تودي حسب برنامجها</p>  |           |  |
| <p>اداء لعبة مسلية<br/>لاستعادة النشاط<br/>اعطاء بعض التوجيهات<br/>أخذ دوش<br/>الانصراف</p> | <p>اداء لعبة مسلية لاستعادة<br/>النشاط<br/>اعطاء بعض التوجيهات<br/>أخذ دوش<br/>الانصراف</p>   | <p>اداء لعبة مسلية لاستعادة<br/>النشاط<br/>اعطاء بعض التوجيهات<br/>أخذ دوش<br/>الانصراف</p> | <p>١٥</p> | <p>القسم الختامي<br/>المجموعتان نفس<br/>النشاط</p> |

### ٦-٣ خطوات تنفيذ البحث .

- تحديد أهم اختبارات وأولويتها لمهارات السباحة الأساسية من خلال استبيان تم توزيعه على الخبراء .
- وتم وضع برنامج تعليمي باستخدام أسلوب التعلم التبادلي لتعلم السباحة الحرة وقد تم عرضه على خبراء التعلم وطرائق التدريس والسباحة\* .
- ٧-٣ التجربة الاستطلاعية .

تم إجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ ٢٠٠٩/٣/١ صباح يوم الأحد بعد استكمال الإجراءات المطلوبة على عينة البحث من مجتمع الأصل ومكونه من (٦) طلاب من المرحلة الثانية من شعب (د ، ج) لهدف التأكد

\* صلاحية البرنامج المقترح ومدى إمكانية تنفيذه لدى الطلاب واستيعابهم للعمل .

- أ.د. عفاف الكاتب كلية التربية الرياضية للبنات /جامعة بغداد /جامعة بغداد
- أ.د. احمد بدري كلية التربية الرياضية للبنات /جامعة بغداد /جامعة بغداد
- م. اقبال عبد الحسين كلية التربية الرياضية للبنات /جامعة بغداد /جامعة بغداد
- أ.د. جنان سلمان كلية التربية الرياضية
- أ.م. د. مقداد سيد جعفر كلية التربية الرياضية /جامعة
- أ.م. د. وفاء صباح كلية التربية الرياضية

\* توجيه الطلاب ( المودي ،الملاحظ ) للطريقة التي يتم بها تنفيذ بطاقة العمل .

\* معرفة المعوقات والأخطاء التي قد تظهر في بطاقة العمل وكيفية تجاوزها .

### ٣- ٨ تجربة البحث .

بعد تحقيق التجانس لعينة البحث قسمت العينة عشوائيا لمجموعتين الأولى تجريبية والثانية ضابطة .  
المجموعة التجريبية: وقوامها (٢٠) طالبا تم تعليمهم السباحة الحرة وفق البرنامج التعليمي المقترح باستخدام أسلوب التعلم التبادلي .المجموعة الضابطة: وقوامها (٢٠) طالبا تم تعليمهم السباحة الحرة وفق برنامج التقليدي المعتمد من قبل الكلية .

بدأ فريق العمل المساعد بأشراف الباحث بتنفيذ التجربة بتاريخ ٨/٣/٢٠٠٩ ولغاية ٢٢/٤/٢٠٠٧ حيث طبق البرنامج التعليمي المقترح من قبل الباحث على المجموعة التجريبية وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج أجريت الاختبارات النهائية بتقييم مستوى الأداء الحركي للسباحة الحرة، كما قامت الباحثة بوضع منصات في اسفل الحوض والتي تستخدم من قبل اتحاد السباحة في تعليم الاطفال كون ان المسيح مسبح اولمبي مما سهل المهمة على الباحث والمتعلمين وقد وضعت المنصات على عرض المسبح ولمسافة خمسة امتار .

### ٣- ٩ الاختبارات النهائية .

بعد الانتهاء من إتمام تنفيذ البرنامج المقترح على عينة البحث قامت الباحثة بتحديد يوم الاحد ٢٩/٤/٢٠٠٩ موعداً لأجراء الاختبار النهائي اختبار الاداء الفني للسباحة الحرة وذلك في تمام الساعة العاشرة في حوض السباحة في مسبح الشعب المغلق وتم إجراء الاختبار لأفراد عينة البحث أدى كل طالب الاختبار أمام لجنة التقويم التي تكونت من ثلاث محكمين ذوى الكفاءة فى اختصاص السباحة واستمرت فترة الاختبار ساعة ونصف الساعة .

### ٣- ١٠ الوسائل الإحصائية .

استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية والمعادلات "وديع ياسين ومحمد العبيدي" (١٩٩٩) (١٤:١٠٢)

١. الوسط الحسابي

٢. الانحراف المعياري

٣. معامل الالتواء

٤. اختبار T

## الباب الرابع

### ٤- عرض وتحليل ومناقشة النتائج .

تم عرض وتحليل نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث من خلال البيانات الإحصائية والفروقات بين مجاميع البحث لتقويم الأداء الفني للسباحة الحرة ومن ثم مناقشة النتائج التي توصلت إليها الباحثة ومدى تحقيقها لأهداف البحث وفرضه .

ولقد تم استخدام اختبار (ت) للعينات الغير متناظرة لمعرفة الفروق بين الأوساط الحسابية لاختبار

البعدي للمجاميع البحثية للتحقق من تأثير البرنامج التعليمي الموضوع في تعلم الأداء الفني للسباحة الحرة .

### ٤- ١ عرض وتحليل نتائج اختبار الأداء الفني للسباحة الحرة للمجموعة التجريبية والضابطة .

#### جدول (٤)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحتسبة والجدولية للمجموعتين التجريبية والضابطة للاختبارات البعدية في اختبار الأداء الفني للسباحة الحرة .

| ت | الاختبارات                        | المجموعة التجريبية |      | المجموعة الضابطة |      | قيمة (ت) المحتسبة | قيمة (ت) الجدولية | المعنوية |
|---|-----------------------------------|--------------------|------|------------------|------|-------------------|-------------------|----------|
|   |                                   | س                  | ع    | س                | ع    |                   |                   |          |
| ١ | اختبار الأداء الفني للسباحة الحرة | ٨.٠٠               | ١.٤١ | ٤.٩٩             | ٢.٩٠ | ٢.١٢              | ١.٦٩              | معنوي    |

• قيمة (ت) الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٨) = ١.٦٩

يبين الجدول (٣) المتوسطات لحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعتين (التجريبية) و(الضابطة) في اختبار الأداء الفني للسباحة الحرة وقد أظهرت النتائج أن الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية كان (٨.٠٠) وبانحراف معياري بلغ (١.٤١) أما المجموعة الضابطة فقد كان الوسط الحسابي (٤.٩٩) وبانحراف معياري (٢.٩٠) ، وقد تم استخدام اختبار (ت) لمعرفة معنوية الفروق بين المجموعتين في هذا الاختبار فقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٢.١٢) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (١.٦٩) تحت درجة حرية (٣٨) وبمستوي دلالة (٠.٠٥) وهذا يدل على وجود فرق معنوي ولصالح المجموعة التجريبية

#### ٤-٢ مناقشة نتائج اختبار الأداء الفني للسباحة الحرة للمجموعة (التجريبية) و(الضابطة)

من الجدول (٤) الذي يبين نتائج اختبار (ت) لاختبار السباحة الحرة بين المجموعتين التجريبية والضابطة فقد أظهرت النتائج أن هناك فرقا معنويا ولصالح المجموعة التجريبية ويعزو الباحث سبب هذا التفوق إلى تأثير المتغير التجريبي الذي تم استخدامه من قبل الباحث (أسلوب التعلم التبادلي) والذي اثبت فعاليته في حدوث هذا الفرق مما ساعد على رفع مستوى أداء هذه المهارة التي تتطلب وضعاً معيناً للجسم فالعامل التجريبي (الأسلوب التبادلي) وعمل الطلاب على شكل أزواج منح المتعلم إحساساً بالثقة والأمان أي تخلص من عامل الخوف إضافة إلى تحمل مسؤوليه قرارات الدرس كون الطالب يحل محل المدرس مره ومحل الطالب مره ثانيه هنا يمنح المتعلم بيئة تعليمية جديدة يتقن فيها الأداء بإتقان بشكل الجسم ووضعها وهذا ساعدت على نقل هذا الإحساس أثناء تأدية الحركة داخل الماء . وهذا ما لم يتوفر لدي المجموعة الضابطة حيث أن غياب المتغير التجريبي أدى إلى عدم قدرة هذه المجموعة من تكوين تصور وإدراك الواجب الحركي مما أثر على نتائج هذه المجموعة.

## الباب الخامس : ٥- الاستنتاجات والتوصيات :

في ضوء هدف البحث ونتائج المعالجات الإحصائية وبناء على ما ورد ضمن عرض نتائج المعالجات وتحليلها ومناقشتها فقد جاءت لتلقي الضوء على ابرز الاستنتاجات التي يمكن استقراؤها من تلك النتائج .

### ٥-١ الاستنتاجات .

- أن برنامج الأسلوب التبادلي قد ساعد في مستوي تعلم أفضل للسباحة الحرة وهذا ما أكدته النتائج

اذ يعد هذا الاسلوب حسب خبرة الباحثه هو من اكثر الاساليب ملائمة لتعليم السباحة بانواعها .

### ٥-٢ التوصيات .

- إجراء الدراسة الحالية على أنواع من السباحات الأخرى وبتصاميم تجريبية مختلفة .
- إجراء الدراسة الحالية على فئات عمرية مختلفة .

## المصادر

- ١- أبو النجا احمد عز الدين: الاتجاهات الحديثة في طرق تدريس التربية الرياضية، القاهرة. ٢٠٠٥
- ٢- افتخار السامرائي: تطور مستوى الاداء الحركي اثناء تعليم سباحة الصدر للبنات ،رسالة ماجستير/ جامعة بغداد/ كلية التربية الرياضية ١٩٨٣ .
- ٣- أسامة كامل راتب : تعليم السباحة ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٩
- ٤- ثناء عبد الباقي : مقدمة في تعليم وتدريب السباحة والإنقاذ ، القاهرة، ١٩٩٩ .
- ٥- عباس السامرائي وعبد الكريم محمود. كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية، جامعة الموصل، ١٩٩١ .
- ٦- عبد الحافظ سلامة . مدخل إلى تكنولوجيا التعليم، ط٢، دار الفكر للطباعة والنشر ، الأردن: ١٩٩٨
- ٧- عبد القادر كراجه . القياس والتقويم في علم النفس رؤية مستقبلية، دار اليازوري لنشر والتوزيع، عمان، ١٩٩٧ .
- ٨- سلام محمد :تأثير استخدام التمرين المتداخل في تعلم نوعين من انواع السباحة ، رسالة ماجستير جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ١٩٩٩
- ٩- محمد حسن علاوى : علم النفس الرياضي ، ط٩ ، دار المعارف القاهرة ١٩٩٤ .
- ١٠- محمد صبحي حسنين القياس والتقويم في التربيه البدنيه والرياضيه، ج٢، ط٣، دار الفكر، القاهرة، ٢٠٠١ .

- ١١- مصطفى حسين باهي .المعاملات الاحصائية ،القاهرة،مركز الكتاب للنشر ١٩٩٩ .
- ١٢- مقدار وحسن السيد جعفر: رياضة السباحة تعلمها تدريبيها ، العراق .المكتبة الوطنية ١٩٨٨.
- ١٣- مواهب حميد.تأثير التغذية الراجعة الدقيقة والعمامة المتكررة في تعلم السباحة الحرة، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات/ جامعة بغداد.٢٠٠٦
- ١٤- وديع ياسين التكريتي وحسن محمد العبيدي : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في البحوث التربوية الرياضية الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٩٩
- ١٥- يوسف الشيخ. الميكانيكية الحيوية وعلم الحركة ، القاهرة ،دار المعارف، ١٩٦٦ .

**16-Richard, A. Schmidet 1991 : motor learning, and physical education human kinetics books champaign III inois, U.S.A.**

**17- Minel Kurt .Bewegungs Learn Sport . Venlege, Berlin , 1979**