تأثير برنامج تعليمى مقترح بإستخدام بعض الألعاب الترويحية على تنمية الإدراك (الحس ـ حركي) ومستوى الأداء المهارى لبراعم السباحة

م.د/ هبة الله عصام الدين الدياسطى

مدرس بقسم نظريات وتطبيقات المنازلات والرياضات المائية

كلية التربية الرياضية – جامعة مدينة السادات

المقدمة ومشكلة البحث:

يُعد الطفل مصدر الثروة الحقيقية لأي مجتمع ومثار اهتمام العلماء والباحثين فى مختلف المجالات على مر العصور ، و يعتبر مجال التعلم الحركي بصفة خاصة ضمن المجالات التربوية التي تأثرت بالثورة المعرفية من النصف الثاني من القرن العشرين.

فالحركة هي الطريقة التي يتصل عن طريقها الطفل بالبيئة المحيطة به، واكتساب النواحي المعرفية وتشكيل المفاهيم وحل المشكلات، لذلك فالخبرة الحركية خبرة غرضية يصل الطفل من خلالها إلى تكوين مفاهيم واختزانها فى ذاكرته ثم الانتقال إلى تطبيقها فى مواقف مشابهة، وهذا كله يؤدي إلى التكامل بين الوظائف الحركية والحسية والإدراكية للطفل للتعرف على ما حوله. (٥: ٥)

كما أن اللعب هو أساس تكوين خلق الطفل ودوافعه وتعويده على الحياة الجماعية السليمة، فهو المدرسة الأولى التي تعلم الطفل ضبط النفس والصدق وكيفية التعامل مع الغير، فهو ليس فى حاجة لتعلم اللعب ولكنه فى حاجة إلى الإرشاد والتوجيه.(٦: ٢٦)

حيث يعتبر اللعب بصفة عامة ميل فطري وطبيعي وتلقائي للأطفال، فأصبح من الوسائل الهامة المستخدمة فى عملية تربية الأطفال، فعن طريق اللعب والأنشطة الحركية يتعلم الطفل الكثير، ويكتسب الخبرات التي تساعده فى النمو.(٩: ٣٧)

كما أن اللعب نشاط سلوكي هام يقوم بدور رئيسي فى تكوين الشخصية وهو أقوى ميول الطفل الفطرية فى مراحل النمو المختلفة، وله جاذبية خاصة يمنحه الشعور بالمشاركة الفعالة والمنافسة والتشجيع.(٢٠: ٢٦)

ولقد أكدت المؤسسات التربوية على ضرورة العناية بالطفل وبجوانب نموه المختلفة، وذلك بهدف التعرف على دوافع سلوكه وتوجيه طاقاته من خلال الأنشطة الحركية المختلفة وبناء شخصية الطفل بشكل متكامل ومتوازن ، ومن هذا المنطلق كانت الأهداف العامة لهذه المرحلة:

١. تحقيق التنمية الشاملة والمتكاملة لكل طفل فى جميع المجالات مع مراعاة الفروق الفردية.

٢. اكساب الأطفال المفاهيم والمهارات الحركية والصحية العامة.

٣. التنشئة الاجتماعية فى ظل المجتمع ومبادئه.

٤. الانتقال التدريجي من جو الأسرة والتعود على النظام وتكوين علاقات إنسانية وممارسة الأنشطة الأساسية. (١: ٥)

وتعتبر الإدراكات الحس حركية مكونات هامة فى تنمية تصور الجسم، حيث تختزل الحركات المكتسبة بواسطة نظام تجميعي ويصبح بمثابة تغذية راجعة Feedback فهو القيام بالحركات دون استخدام حواسنا الخمس. (٢٢: ١٩٠)

كما يستطيع توجيه سلوكه وضبط اتجاهاته فى الأداء فيدرك أو يحس بالخطأ ويحاول أن يعدله عن طريق الإحساس الداخلي المستمد من أجهزته الحسية والحركية، لذا فإختبارات الإحساس الحركي مصممة لتنظيم قابليتنا للحكم على موقع وتحركات أعضاء جسمنا دون استخدام. (٧: ١٣٦)

ولتنمية الإدراك الحس حركي، لابد من توافر البيئة المناسبة كنظام متكامل وكأداة للتوجيه وإيجاد السبل لمساعدة الطفل على السيطرة والتحكم فى جسمه، وعلى إدراك العلاقة بين المكان والزمان حتى يصبح الجسم بمثابة مركز تنسيق الخبرات المكتسبة. (١: ٧)

وهنا يبرز دور الألعاب الترويحية وعلاقتها بتربية الطفل وخاصة الإدراكات الحس حركية لديه، والاستفادة من خلال الحركة والاستفادة من الإمكانات الحركية الفطرية للطفل فذلك الجانب من التربية العامة التي تتعامل مع النمو لأنماط الحركة الطبيعية الأساسية. (٢: ٤٠)

حيث يشير كل من "**فريدة إبراهيم عثمان**" (١٩٩٨م)، "**أمين الخولي، أسامة راتب**" (٢٠٠٧م) على أنه يجب تنمية الحركات الأساسية للطفل من خلال المفاهيم المرتبطة بالحركة وهي (الوعي بالجسم . الوعي بالفراغ . العلاقات)، فإذا تمت تنمية الحركة على أساس سليم زادت قدرة الطفل على إدارة جسمه بكفاءة وفاعلية وحل المشكلات الحركية بما يتناسب مع القدرات والإمكانات والاستعدادات الفردية للأطفال. (١٨: ٣٢)، (٤: ٢٢)

ومما سبق يتضح لنا أهمية الألعاب الترويحية كوسيلة تشويق للبراعم لتنمية الإدراك (الحس حركي) وتحسين مستوى الأداء لسباحتي الزحف على البطن والظهر .

وتُعد السباحة وسيلة أساسية للنهوض بالطفل رياضياً وحركياً واجتماعياً وصحياً ووسيلة من وسائل النمو السليم، والسباحة جيدة بالنسبة للأطفال، فيتعلم الأطفال كيف يسبحون بدون مجهود ويتحول الأطفال إلى سباحين أقوياء. (٨: ١٠)

كما يتفق كل من "**محمود ناصف**" (**١٩٩١م**)، "**مصطفى كاظم وآخرون**" (**٢٠٠٢م**) على أن السباحة نوع من الفن لما لها من تأثير إيجابي على ممارسيها من كافة الجوانب وأن خبرات التعلم فى السباحة سارة ومبهجة، فالخبرة السارة تحفز المتعلم على أن يقوم بتكرار المهارة مرة أخرى. (٢٣: ١٠) (٢٤: ١٠١)

ويتفق كل من "**علي توفيق**" (**١٩٨٠م**)، "**علي البيك، عصام حلمي، عادل الناموري**" (**١٩٩٥م**)، "**أسامة كامل راتب**" (**١٩٩٦م**) علي أنه يفضل تعلم المهارات الحركية للسباحة عندما يبلغ الطفل النضج المناسب لكي تكون عملية التعليم أسهل وأكثر كفاءة وتزداد سرعته عندما يكون الموقف التعليمي مصدر للارتياح والرضا.(١٣: ٢٠٤)، (١٢: ١٤)، (٣: ١٨)

كما أن عملية التعلم للسباحة تمر بثلاث مراحل هي: مرحلة المبتدئين وفيها يكتسب المبتدئ المهارات الأساسية للسباحة ومرحلة اكتساب التوافق البدائي لأداء طرق السباحة الأساسية ومرحلة اكتساب التوافق السليم والجيد لطرق سباحة المنافسات مع تثبيت الأداء.(٣: ١٩)، (١٤: ٥٠)، (١٠: ١٢٩)

هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلى تصميم برنامج تعليمى بإستخدام بعض الألعاب الترويحية والتعرف على تأثيره على :

١. تنمية الإدراك (الحس . حركي) لبراعم السباحة.
٢. تنمية مستوى الأداء المهارى لبراعم السباحة.

. فروض البحث:

١. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين (القبلي . البعدي) للمجموعة التجريبية علي الإدراك (الحس . حركي) ومستوى الأداء المهارى لبراعم السباحة لصالح القياس البعدي.
٢. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين (القبلي . البعدي) للمجموعة الضابطة علي الإدراك (الحس . حركي) ومستوى الأداء المهارى لبراعم السباحة لصالح القياس البعدي.
٣. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسات البعدية للمجموعتين (التجريبية . الضابطة) علي تنمية الإدراك (الحس . حركي) ومستوى الأداء المهارى ولصالح المجموعة التجريبية .

المصطلحات المستخدمة:

١. الألعاب المائية: Aquatic Games

هي " الألعاب التي تؤدى فوق أو تحت سطح الماء، بأداة أو بدون أداة، على شكل فردي أو جماعي، حرة أو منظمة، بهدف التعلم أو الترويح أو المنافسة ". (١٩: ٩)

٢. الإدراك الحس حركي:

القدرة على تحديد أوضاع وأجزاء الجسم فى الفراغ والقوة المطلوبة لانقباض العضلات والتحكم والمسافة المطلوبة أثناء الأداء. (٢٧) ، (٢٨)

. إجراءات البحث:

١. منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث باستخدام مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة باستخدام أسلوب القياس القبلي والبعدي.

٢. مجتمع البحث:

تم اختيار مجتمع البحث من الأطفال المسجلين بمدارس السباحة بنادي هليوليدو لعام (٢٠١٧م)، حيث تراوحت أعمارهم بين (٧ : ٩) سنوات ممن اجتازوا المرحلة التعليمية الأولى، والتي تهدف إلى اكتساب المهارات الأساسية للسباحة وسباحة الزحف على البطن والظهر.

٣. عينة البحث:

تم اختيار العينة بطريقة العمدية واشتملت العينة على (٥١) طفل وطفلة، تم استبعاد عدد (٥) أطفال من مجتمع البحث لم يستكملوا القياسات الخاصة بالبحث، وتم سحب عدد (١٦) طفل كمجموعة لعينة الدراسة الاستطلاعية، وقد تم تقسيم أفراد العينة عشوائياً إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وتشتمل كل مجموعة على (١٥) طفل وطفلة، وقد تم إجراء التجانس والتكافؤ بين أفراد العينة فى المتغيرات قيد البحث.

جدول (١) توصيف مجتمع وعينة البحث

مجتمع البحث	المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية	المجموعة الاستطلاعية	المستبعدين
(٥١) طفل وطفلة	(١٥) طفل وطفلة	(١٥) طفل وطفلة	(١٦) طفل وطفلة	(٥) أطفال

وسائل وأدوات جمع البيانات:

أ . المتغيرات الجسمية:

١. الطول (بالسنتميتر) **٢. الوزن (بالكيلو جرام)** **٣. السن (بالسنة)**

٤. طول الذراع (بالسنتميتر **٥. طول الرجل (بالسنتميتر)**

ب . قدرات الإدراك الحس حركي:

١. الإدراك الحس حركي بالمسافة الأفقية:

١. اختبار إدراك المسافة الأفقية (بالمتر **٢. اختبار المسافة داخل الماء**

٢. الإدراك الحس حركي بالاتجاه:

١. اختبار المشى فى الممر **٢. اختبار السباحة داخل الماء**

٣. الإدراك الحس حركي بالزمن:

. اختبار الإدراك الحس حركي لزمن (١٠ث) سباحة. . الإدراك الحس حركي بقوة الدفع للذراع.

. اختبار قوة الدفع بالذراع (١٠) باوند. **مرفق (٢)**

٤ . متغيرات مستوى الأداء المهارى:

. اختبار كونر لمهارة السباحة . **مرفق (٣)**

. تجانس وإعتدالية عينة البحث:

للتأكد من وقوع عينة البحث تحت المنحنى الطبيعي باستخدام إيجاد معاملات الالتواء لمتغيرات الدراسة الأساسية والتجريبية والذي يتضح من الجداول (٢)، (٣)

جدول (٢) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والالتواء لعينة البحث

فى المتغيرات الجسمية والمهارية ن = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	س/	± ع	معامل الالتواء
السن	سنة	٨,٠٣	٠,٢٦	٠,٢٣
الطول	سم	١٢٨,٨٠	١,٤٥	٠,٤١
الوزن	كجم	٢٨,٧٠	١,٤٩	٠,٦٠
طول الذراع	سم	٥١,٥٧	٠,٦٤	٠,١٥
طول الرجلين	سم	٦٧,٩٠	٠,٨٠	٠,٠٩
زمن ٢٥ متر سباحة الزحف على البطن	ثانية	٥٦,٨٨	٠,٤٩	٠,٧٣
عدد ضربات الذراعين سباحة الزحف على البطن	عدد	١٦,١٧	٠,٨٢	٠,٦٢

زمن ٢٥ متر سباحة الزحف على الظهر	ثانية	٥٨,٦٦	٢,١٥	٠,٩٩
عدد ضربات الذراعين سباحة الزحف على الظهر	عدد	١٦,٨٠	٠,٨٧	٠,٦٩

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم الانحراف المعياري أقل من المتوسط الحسابي، الأمر الذي يعضد القياسات السابقة قيد البحث، وكذا قيم معاملات الالتواء تنحصر بين (± ٣)، مما يدل على توزيع أفراد العينة توزيعاً معتدلاً.

جدول (٣) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والالتواء لعينة البحث

فى القدرات الإدراك (الحس ـ حركي) ن = ٣٠

قدرات الإدراك (الحس ـ حركي)			وحدة القياس	س/	± ع	معامل الالتواء
بالمسافة الأفقية	خارج الماء		متر	١٧,٣٦	٠,٦٦	٠,٨٦
	داخل الماء	بطن	متر	٢,١٧	٠,٤٤	٠,٢٠
		ظهر	متر	١,٩٠	٠,٥٠	٠,٩٠
بالاتجاه	خارج الماء		خطوات	٣,٥٣	٠,٨٨	٠,٦٠
	داخل الماء	بطن	متر	٤,٨٣	٠,٥٣	٠,٩٦
		ظهر	متر	٤,٨٣	٠,٦٢	٠,٧٧
بقوة دفع الذراع	خارج الماء		باوند	١٥,٦٨	٠,٥٩	٠,٣٥
بالزمن	داخل الماء	بطن	ثانية	٠,٦١	٠,٠٤	١,٥٠
		ظهر	ثانية	١,٢٧	٠,٢٣	٠,٩١

يتضح من الجدول (٣) أن جميع قيم الانحراف المعياري أقل من المتوسط الحسابي، الأمر الذي يعضد القياسات السابقة قيد البحث، وكذا قيم معاملات الالتواء تنحصر بين (± ٣)، مما يدل على توزيع أفراد العينة توزيعاً معتدلاً.

. تكافؤ مجموعتي البحث:

للتأكد من تقارب المستويات بين أفراد مجموعتي البحث التجريبية والضابطة فى المتغيرات الأساسية والتجريبية المختارة "قيد البحث"، ولضبط العلاقة بين مجموعتي البحث، قامت الباحثة بحساب التكافؤ بين المجموعتين، ويتضح ذلك من الجداول التالية (٤)، (٥).

جدول (٤) الفروق الإحصائية بين المجموعتين (التجريبية ـ الضابطة)

فى المتغيرات الجسمية والمهارية قيد البحث ن١ = ن٢ = ١٥

القياسات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق	قيمة ت	دلالة الفروق
		س/	±ع	س/	±ع			
السن	سنة	٨,٠١	٠,٢٧	٨,٠٥	٠,٢٥	٠,٠٤	٠,٤٤	غير دال
الطول	سم	١٢٩,٢٧	١,٢٤	١٢٨,٤٧	١,٣٦	٠,٨٠	٠,٤٨	غير دال
الوزن	كجم	٢٨,٨٧	١,٥٤	٢٨,٥٣	١,٤١	٠,٣٤	٠,٦١	غير دال

تابع : جدول (٤) الفروق الإحصائية بين المجموعتين (التجريبية ـ الضابطة)

فى المتغيرات الجسمية والمهارية قيد البحث

القياسات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق	قيمة ت	دلالة الفروق
		س/	±ع	س/	±ع			
طول الذراع	سم	٥١,٧٠	٠,٥٩	٥١,٥٢	٠,٧٢	٠,١٨	٠,٧٢	غير دال
طول الرجل	سم	٦٧,٩٥	٠,٨٣	٦٧,٩٩	٠,٨٢	٠,٠٤	٠,٠٩٧	غير دال
زمن ٢٥ متر سباحة الزحف على البطن	ثانية	٥٦,٧٥	٠,٤٧	٥٧,٠٠	٠,٤٨	٠,٢٥	١,٣٩	غير دال
عدد ضربات الذراعين سباحة الزحف على البطن	عدد	١٦,٢٠	٠,٧٥	١٦,١٣	٠,٨٨	٠,٠٧	١,٦٣	غير دال
زمن ٢٥ متر سباحة الزحف على الظهر	ثانية	٥٨,٧١	٢,١٦	٥٨,٦١	٢,١٣	٠,١٠	٠,١٢	غير دال
عدد ضربات الذراعين سباحة الزحف على الظهر	عدد	١٦,٧٠	٠,٨٥	١٦,٨٧	٠,٨٨	٠,١٧	١,٠٩	غير دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = (٢,٠٤)

يتضح من جدول (٤) أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية فى كل المتغيرات الجسمية والمهارية، مما يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائياً وهذا يعني التكافؤ بين المجموعتين.

جدول (٥) الفروق الإحصائية بين المجموعتين (التجريبية ـ الضابطة)

فى متغيرات الإدراك (الحس ـ حركي) قيد البحث

قدرات الإدراك (الحس ـ حركي)			وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق	قيمة ت	دلالة الفروق
				س/	±ع	س/	±ع			
بالمسافة الأفقية	خارج الماء		متر	١٧,٦٠	٠,٦٥	١٧,٥٦	٠,٦١	٠,٠٤	١,٨٠	غير دال
	داخل	بطن	متر	٢,٢٢	٠,٤٠	٢,١١	٠,٤٦	٠,١١	٠,٥٠-	غير دال

	الماء	ظهر	متر	١,٩٢	٠,٣٩	١,٨٨	٠,٥٩	٠,٠٤	٠,١١	غير دال
بالاتجاه	خارج الماء		خطوات	٣,٧٠	٠,٨٧	٣,٤٠	٠,٨٨	٠,٣٠	٠,٨٠	غير دال
	داخل الماء	بطن	متر	٤,٩٠	٠,٥٠	٤,٧٧	٠,٥٦	٠,١٣	٠,٦٥	غير دال
		ظهر	متر	٥,٠١	٠,٥١	٤,٦٦	٠,٦٦	٠,٣٥	٠,٧٦	غير دال
بقوة دفع الذراع	خارج الماء		باوند	١٥,٧٢	٠,٦١	١٥,٦٥	٠,٥٧	٠,٠٧	٠,٣٢	غير دال
بالزمن	داخل الماء	بطن	ثانية	٠,٦٠	٠,٠٣	٠,٦١	٠,٠٤	٠,٠١	٠,٧٥	غير دال
		ظهر	ثانية	١,٢٦	٠,٢٣	١,٢٨	٠,٢٣	٠,٠٢	٠,٢٥	غير دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٢,٠٤)

يتضح من جدول (٥) أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) فى جميع متغيرات الإدراك (الحس – حركي)، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وهذا يعني تكافؤ المجموعتين فى هذه المتغيرات.

. البرنامج التعليمي المقترح:

قامت الباحثة بتصميم بعض الألعاب الترويحية المقترحة بغرض تنمية الإدراك الحس حركي وتحسين مستوى الأداء المهارى لسباحتي الزحف على البطن والظهر، وقد روعي الآتي:

١. التدرج من السهل إلى الصعب.
٢. وضع تصور للألعاب الترويحية والتي يمكن أن تسهم فى تحسين الأداء المهارى لسباحتي الزحف على البطن والظهر.
٣. عرض الألعاب الترويحية الأولية على السادة الخبراء وبعد إجراء التعديلات المطلوبة وبناء على التعديلات تم وضع الألعاب فى صورتها النهائية.

وقد بلغ عدد الأسابيع (١٢) أسبوع بواقع (٣) وحدات أسبوعياً بإجمالي (٣٦) وحدة، زمن الوحدة (٦٠) دقيقة، أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فقد تم تطبيق البرنامج الموضوع من قبل إدارة النادي (المُتبع) بنفس عدد وزمن الوحدات المتبعة للمجموعة التجريبية. طبقاً للجدول (٦)

جدول (٦) التوزيع الزمني للبرنامج التعليمي

البيان	التوزيع الزمني للبرنامج
عدد الأسابيع	١٢
عدد الوحدات الأسبوعية	٣
زمن الوحدة الأسبوعية	٦٠ دقيقة
إجمالي عدد الوحدات	٣٦ وحدة

. الدراسات الاستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء دراسة استطلاعية على (١٦) طفل من مجتمع البحث وخارج عينة البحث فى الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠١٧/٥/٢٧م وحتى يوم الإثنين الموافق ٢٠١٧/٥/٢٩م وذلك للتأكد من:

١. التوزيع الزمني للوحدة .
٢. كيفية استخدام الأدوات والألعاب أثناء الوحدة .
٣. مناسبة الألعاب للمرحلة السنية .
٤. حساب المعاملات العلمية (الصدق والثبات) .

. صدق الاختبارات:

قامت الباحثة بإيجاد صدق الاختبارات عن طريق صدق المضمون حيث قامت بعرض اختبارات على (٥) من الأساتذة الخبراء فى مجال السباحة لإبداء رأيهم فى مناسبة تلك الاختبارات، وأسفرت نتائج استطلاع رأي الخبراء على الموافقة بنسبة (١٠٠ %) مما يدل على صدق هذه الاختبارات.

. ثبات الاختبارات:

جدول (٧) معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى فى متغيرات الإدراك (الحس . حركي) لبراعم السباحة (ن = ٨)

متغيرات الإدراك (الحس . حركي)			وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثانى		معامل الارتباط	الصدق الذاتى
				س/	±ع	س/	±ع		
بالمسافة الأفقية	خارج الماء		متر	١٧,١٥	٠,٥١	١٧,١٣	٠,٤٧	٠,٩٩٢	٠,٩٩٦
	داخل الماء	بطن	متر	٢,٢٠	٠,١٣	٢,٢١	٠,١٥	٠,٨٩٨	٠,٩٤٨
		ظهر	متر	١,٨٨	٠,١٠	١,٩٨	٠,٠٩	٠,٨٥٦	٠,٩٢٥
بالاتجاه	خارج الماء		خطوات	٣,٦١	٠,١٥	٣,٦٥	٠,١٢	٠,٨٦١	٠,٩٢٨

	داخل الماء	بطن	متر	٤,٨٤	٠,٠٩	٤,٩٣	٠,٠٧	٠,٨١٤	٠,٩٠٢
		ظهر	متر	٤,٩٩	٠,١٤	٥,٠٣	٠,١٤	٠,٨٥٣	٠,٩٢٤
بقوة دفع الذراع		خارج الماء	باوند	١٥,٧٤	٠,١٧	١٥,٧٣	٠,١٢	٠,٨٩١	٠,٩٤٤
بالزمن	داخل الماء	بطن	ثانية	٠,٦٠٦	٠,٠٢	٠,٦٠	٠,٠١	٠,٩١٣	٠,٩٥٦
		ظهر	ثانية	١,٢٦	٠,٠٩	١,٣٤	٠,٠٩	٠,٨٤٢	٠,٩١٨

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٠,٧٠٧)

يتضح من جدول (٧) وجود علاقة ارتباطية داله إحصائياً بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى فى متغيرات الإدراك (الحس . حركي) لبراعم السباحة مما يدل على ثبات الأختبارات المستخدمة ، كما يتضح من الجدول أن الاختبارات تتمتع بدرجة صدق عالية.

. الخطوات التنفيذية للبحث:

١. القياس القبلي:

تم إجراء القياس القبلي لمجموعتي البحث (التجريبية – الضابطة) فى إجراء اختبارات الإدراك (الحس – حركى) يوم الأربعاء الموافق ٢٠١٧/٥/٣١م، واختبارات المستوى الرقمي يوم الخميس الموافق ٢٠١٧/٦/١م على أفراد المجموعتين فى المتغيرات قيد البحث.

٢. التجربة الأساسية:

تم تطبيق الألعاب الترويحية لمجموعتي البحث بواقع (١٢) أسبوع بإجمالي (٣٦) وحدة، وتم تخصيص أيام السبت والاثنين والأربعاء للمجموعة التجريبية من الساعة الخامسة وحتى السادسة مساءا وتخصيص أيام الأحد والثلاثاء والخميس للمجموعة الضابطة من الساعة الخامسة وحتى السادسة مساءاً تحت ظروف موحدة فى الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٠١٧/٦/٤م إلى يوم الخميس الموافق ٢٠١٧/٨/٢٤م.

٣. القياس البعدي:

بعد الانتهاء من وحدات الألعاب الترويحية تم إجراء القياس القبلي لمجموعتي البحث (التجريبية – الضابطة) فى إجراء اختبارات الإدراك (الحس – حركي) يوم السبت الموافق ٢٠١٧/٨/٢٦م، واختبارات مستوى الأداء المهارى والمستوى الرقمي يوم الأحد الموافق ٢٠١٧/٨/٢٧م على أفراد المجموعتين فى المتغيرات قيد البحث تحت نفس الظروف والشروط والتعليمات بالقياس القبلي.

٤. المعالجة الإحصائية:

استخدمت الباحثة المعالجات الإحصائية الآتية:

١. المتوسط الحسابي.
٢. الانحراف المعياري
٣. معامل الالتواء .
٤. قيمة (ت) لاختبار دلالة الفروق .
٥. معامل الارتباط البسيط لبيرسون .

عرض ومناقشة النتائج:

اعتماداً علي أهداف وفروض البحث قامت الباحثة بعرض ما تم التوصل إليه من نتائج ومناقشتها بما يتلاءم مع البيانات التي تم الحصول عليها كما يلي:

أولاً: عرض ومناقشة نتائج متوسطي القياسين (القبلي . البعدي) للمجموعتين (التجريبية . الضابطة) من تأثير البرنامج التدريبي علي تنمية الإدراك (الحس . حركي) ومستوي الأداء المهارى لبراعم السباحة:

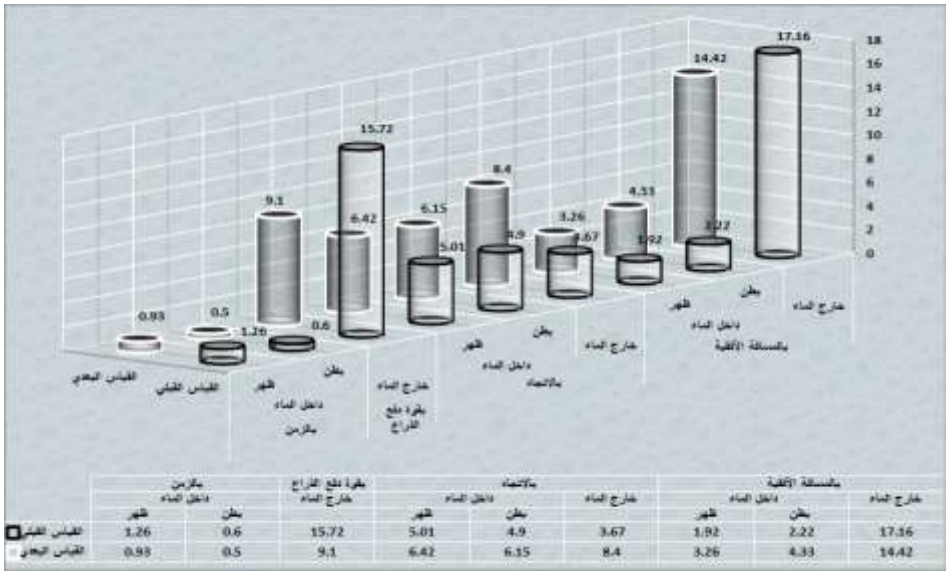
١. بالنسبة للمجموعة التجريبية:

جدول (٨) دلالة الفروق بين متوسطي القياسين (القبلي . البعدي) لعينه البحث التجريبية علي تنمية الإدراك (الحس . حركي) لبراعم السباحة ن = ١٥

متغيرات الإدراك (الحس . حركي)			وحدة القياس	تجريبية قبلي		تجريبية بعدي		الفرق	قيمة (ت) المحسوبة	دلالة الفروق
				س/	±ع	س/	±ع			
بالمسافة الأفقية	خارج الماء		متر	١٧,١٦	٠,٦٥	١٤,٤٢	٢,٦١	٢,٧٤	٣,٨٠	دال
	داخل الماء	بطن	متر	٢,٢٢	٠٤٠	٤,٣٣	٠,٥١	٢,١١	١٢,٤١	دال
		ظهر	متر	١,٩٢	٠,٣٩	٣,٢٦	٠,٤٤	١,٣٤	٨,٣٧	دال
بالاتجاه	خارج الماء		خطوات	٣,٦٧	٠,٨٧	٨,٤٠	١,١٤	٤,٧٣	١٢,٤٥	دال
	داخل الماء	بطن	متر	٤,٩٠	٠,٥٠	٦,١٥	٠,٨٢	١,٢٥	٥,٣١	دال
		ظهر	متر	٥,٠١	٠,٥١	٦,٤٢	٠,٤٤	١,٤١	٧,٨٣	دال
بقوة دفع الذراع	خارج الماء		باوند	١٥,٧٢	٠,٦١	٩,١٠	٠,٩٥	٦,٦٢	٢٢,٠٧	دال
بالزمن	داخل الماء	بطن	ثانية	٠,٦٠	٠,٠٣	٠,٥٠	٠,٠٤	٠,١٠	٧,٦٩	دال
		ظهر	ثانية	١,٢٦	٠,٢٣	٠,٩٣	٠,٠٦	٠,٣٣	٥,٥٠	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٢,١٤)

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي القياسين (القبلي – البعدي) لعينه البحث التجريبية من تأثير البرنامج التدريبي علي تنمية الإدراك (الحس – حركي) لبراعم السباحة قيد البحث لصالح القياس البعدي. كما هو موضح فى شكل (١)



شكل (١)

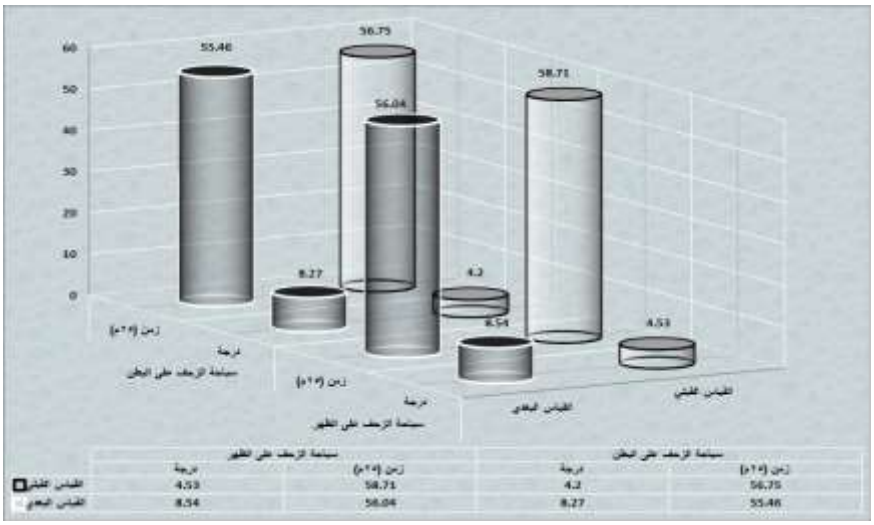
الفروق بين متوسطي القياسين (القبلي ـ البعدي) لعينه البحث التجريبية علي تنمية الإدراك (الحس ـ حركي) لبراعم السباحة

جدول (٩) دلالة الفروق بين متوسطي القياسين (القبلي ـ البعدي) لعينه البحث التجريبية علي تنمية مستوي الأداء المهارى لبراعم السباحة ن = ١٥

المتغيرات المهارية	وحدة القياس	تجريبية قبلي		تجريبية بعدي		الفرق	قيمة (ت) المحسوبة	دلالة الفروق
		س/	±ع	س/	±ع			
زمن ٢٥ متر سباحة الزحف على البطن	ثانية	٥٦,٧٥	٠,٤٧	٥٥,٤٦	٠,٥٣	١,٢٩	٦,٨١	دال
عدد ضربات الذراعين سباحة الزحف على البطن	درجة	١٦,٢٠	٠,٧٥	١٤,٢٧	٠,٦٨	١,٩٣	١٤,٧٢	دال
زمن ٢٥ متر سباحة الزحف على الظهر	ثانية	٥٨,٧١	٢,١٦	٥٦,٠٤	٠,٨٨	٢,٦٧	٤,٢٨	دال
عدد ضربات الذراعين سباحة الزحف على الظهر	درجة	١٦,٧٠	٠,٨٥	١٥,٥٣	٠,٨٠	١,١٧	١٤,٦٥	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٢,١٤)

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي القياسين (القبلي . البعدي) لعينه البحث التجريبية من تأثير البرنامج التدريبي علي تنمية مستوي الأداء المهارى لبراعم السباحة قيد البحث لصالح القياس البعدي. كما هو موضح فى شكل (٢)



شكل (٢)الفروق بين متوسطي القياسين (القبلي . البعدي) لعينه البحث التجريبية علي تنمية مستوي الأداء المهارى لبراعم السباحة

٢. بالنسبة للمجموعة الضابطة:

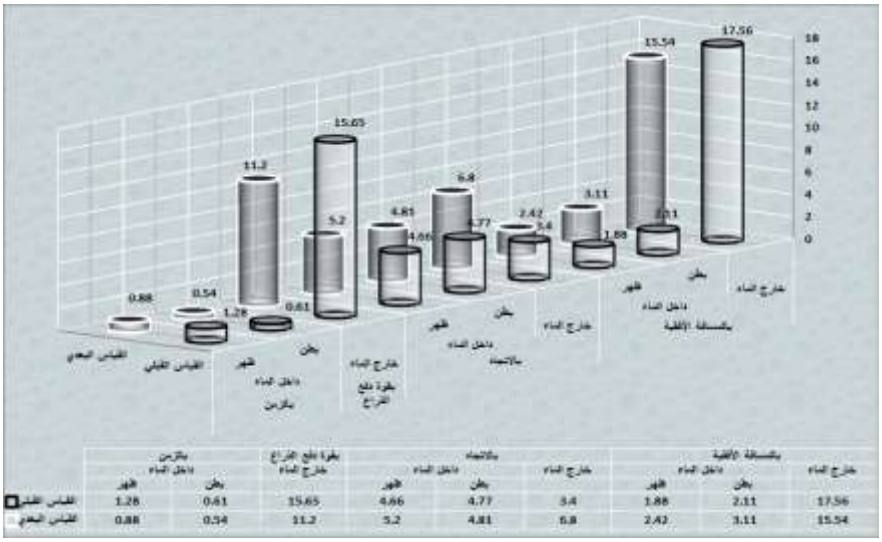
جدول (١٠) دلالة الفروق بين متوسطي القياسين (القبلي . البعدي) لعينه البحث الضابطة علي تنمية الإدراك (الحس . حركي) لبراعم السباحة ن = ١٥

متغيرات الإدراك (الحس . حركي)			وحدة القياس	ضابطة قبلي		ضابطة بعدي		الفرق	قيمة (ت) المحسوبة	دلالة الفروق
				س/	±ع	س/	±ع			
بالمسافة الأفقية	خارج الماء		متر	١٧,٥٦	٠,٦١	١٥,٥٤	٠,٧٠	٢,٠٢	٨,١٤	دال
	داخل الماء	بطن	متر	٢,١١	٠,٤٦	٣,١١	٠,٧٣	١,٠٠	٤,٣٤	دال
		ظهر	متر	١,٨٨	٠,٥٩	٢,٤٢	٠,٤٣	٠,٥٤	٢,٧٧	دال
بالاتجاه	خارج الماء		خطوات	٣,٤٠	٠,٨٨	٦,٨٠	٠,٩٨	٣,٤٠	٩,٦٦	دال
	داخل الماء	بطن	متر	٤,٧٧	٠,٥٦	٤,٨١	٠,٤٤	٠,٠٤	٠,٢١	دال
		ظهر	متر	٤,٦٦	٠,٦٦	٥,٢٠	٠,٤٠	٠,٥٤	٠,٣٧	دال
بقوة دفع الذراع	خارج الماء		باوند	١٥,٦٥	٠,٥٧	١١,٢٠	١,٣١	٤,٤٥	١١,٦٦	دال
بالزمن	داخل	بطن	ثانية	٠,٦١	٠,٠٤	٠,٥٤	٠,٠٤	٠,٠٧	٤,٦٣	دال

	الماء	ظهر	ثانية	١,٢٨	٠,٢٣	٠,٨٨	٠,٠٦	٠,٤٠	٦,٣٠	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٢,١٤)

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي القياسين (القبلي – البعدي) لعينه البحث الضابطة من تأثير البرنامج التدريبي علي تنمية الإدراك (الحس – حركي) لبراعم السباحة قيد البحث لصالح القياس البعدي. كما فى شكل (٣)



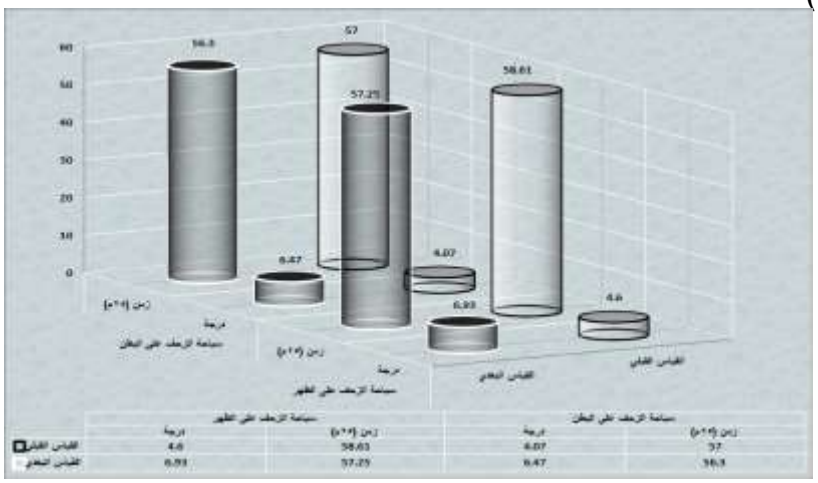
شكل (٣) الفروق بين متوسطي القياسين (القبلي . البعدي) لعينه البحث الضابطة علي تنمية الإدراك (الحس . حركي) لبراعم السباحة

جدول (١١) دلالة الفروق بين متوسطي القياسين (القبلي . البعدي) لعينه البحث الضابطة علي تنمية مستوي الأداء المهارى لبراعم السباحة ن = ١٥

المتغيرات المهارية	وحدة القياس	ضابطة قبلي		ضابطة بعدي		الفرق	قيمة (ت) المحسوبة	دلالة الفروق
		س/	±ع	س/	±ع			
زمن ٢٥ متر سباحة الزحف على البطن	ثانية	٥٧,٠٠	٠,٤٨	٥٦,٣٠	٠,٥٧	٠,٧٠	٣,٥٢	دال
عدد ضربات الذراعين سباحة الزحف على البطن	درجة	١٦,١٣	٠,٨٨	١٥,٤٧	٠,٦٢	٠,٦٦	٨,٨٧	دال
زمن ٢٥ متر سباحة الزحف على الظهر	ثانية	٥٨,٦١	٢,١٣	٥٧,٢٥	٠,٧١	١,٣٦	٢,٢٧	دال
عدد ضربات الذراعين سباحة الزحف على الظهر	درجة	١٦,٨٧	٠,٨٨	١٥,٩٣	٠,١٠	٠,٩٤	١٣,٧٦	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٢,١٤)

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي القياسين (القبلي . البعدي) لعينه البحث الضابطة من تأثير البرنامج التدريبي علي تنمية مستوي الأداء المهارى لبراعم السباحة قيد البحث لصالح القياس البعدي. كما فى شكل (٤)



شكل (٤) الفروق بين متوسطي القياسين (القبلي . البعدي) لعينه البحث الضابطة علي تنمية مستوي الأداء المهارى لبراعم السباحة

ثانياً: عرض ومناقشة نتائج متوسط القياس البعدي للمجموعتين (التجريبية . الضابطة) من تأثير البرنامج التدريبي علي تنمية الإدراك (الحس . حركي) ومستوي الأداء المهارى لبراعم السباحة:

جدول (١٢) دلالة الفروق بين متوسط القياس البعدي للمجموعتين (التجريبية . الضابطة)

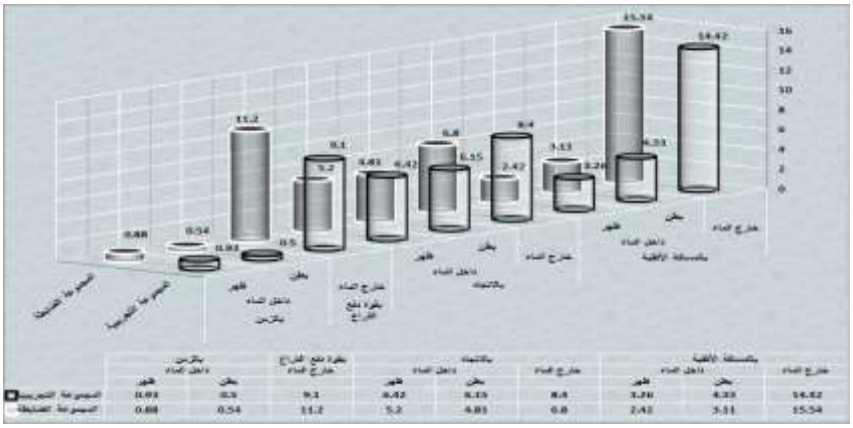
علي تنمية الإدراك (الحس . حركي) لبراعم السباحة ن١ = ن٢ = ١٥

متغيرات الإدراك (الحس . حركي)			وحدة القياس	تجريبية بعدي		ضابطة بعدي		الفرق	قيمة (ت) المحسوبة	دلالة الفروق
				س/	±ع	س/	±ع			
بالمسافة الأفقية	خارج الماء		متر	١٤,٤٢	٢,٦١	١٥,٥٤	٠,٧٠	١,١٢	١,٥٥	دال
	داخل الماء	بطن	متر	٤,٣٣	٠,٥١	٣,١١	٠,٧٣	١,٢٢	٧,٤٢	دال
		ظهر	متر	٣,٢٦	٠,٤٤	٢,٤٢	٠,٤٣	٠,٨٤	٥,٢٥	دال
بالاتجاه	خارج الماء		خطوات	٨,٤٠	١,١٤	٦,٨٠	٠,٩٨	١,٦٠	٤	دال
	داخل الماء	بطن	متر	٦,١٥	٠,٨٢	٤,٨١	٠,٤٤	١,٣٤	٥,٣٦	دال
		ظهر	متر	٦,٤٢	٠,٤٤	٥,٢٠	٥,٤٠	١,٢٢	٤,٤٣	دال
بقوة دفع الذراع	خارج الماء		باوند	٩,١٠	٠,٩٥	١١,٢٠	١,٣١	٢,١٠	٤,٨٨	دال
بالزمن	داخل	بطن	ثانية	٠,٥٠	٠,٠٤	٠,٥٤	٠,٠٤	٠,٠٤	٢,٦٤	دال

	الماء	ظهر	ثانية	٠,٩٣	٠,٠٦	٠,٨٨	٠,٠٦	٠,٠٥	٢,٢١	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٢,٠٤)

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط القياس البعدي للمجموعتين (التجريبية . الضابطة) من تأثير البرنامج التدريبي علي تنمية الإدراك (الحس . حركي) لبراعم السباحة قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية. كما فى شكل (٥)



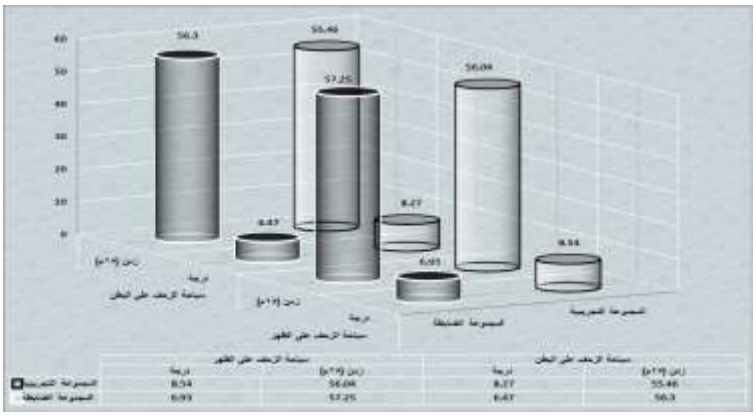
شكل (٥) الفروق بين متوسطي القياسين البعدين لعينه البحث التجريبية والضابطة علي تنمية الإدراك (الحس . حركي) لبراعم السباحة

جدول (١٣) دلالة الفروق بين متوسط القياس البعدي للمجموعتين (التجريبية . الضابطة) علي تنمية مستوي الأداء المهارى لبراعم السباحة ن١ = ن٢ = ١٥

المتغيرات المهارية	وحدة القياس	تجريبية بعدي		ضابطة بعدي		الفرق	قيمة (ت) المحسوبة	دلالة الفروق
		س/	±ع	س/	±ع			
زمن ٢٥ متر سباحة الزحف على البطن	ثانية	٥٥,٤٦	٠,٥٣	٥٦,٣٠	٠,٥٧	٠,٨٤	٤,٠٤	دال
عدد ضربات الذراعين سباحة الزحف على البطن	درجة	١٤,٢٧	٠,٦٨	١٥,٤٧	٠,٦٢	١,٢٠	٧,٣٢	دال
زمن ٢٥ متر سباحة الزحف على الظهر	ثانية	٥٦,٠٤	٠,٨٨	٥٧,٢٥	٠,٧١	١,٢١	٤,٠٠	دال
عدد ضربات الذراعين سباحة الزحف على الظهر	درجة	١٥,٥٣	٠,٨٠	١٥,٩٣	٠,١٠	٠,٤٠	٧,٤٧	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٢,٠٤)

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط القياس البعدي للمجموعتين (التجريبية . الضابطة) من تأثير البرنامج التدريبي علي تنمية مستوي الأداء المهارى لبراعم السباحة قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية. كما فى شكل (٦)



شكل (٦) الفروق بين متوسط القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية . الضابطة علي تنمية مستوي الأداء المهارى لبراعم السباحة

مناقشة النتائج:

يتضح من جدول (٨) وشكل (١) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية فى كل من الإدراك الحس حركي بالمسافة الأفقية داخل وخارج المائي بطن وظهر وبالاتجاه داخل وخارج الماء بطن وظهر وبقوة دفع الذراع خارج الماء وبالزمن داخل الماء بطن وظهر، ويرجع ذلك إلى تأثير البرنامج المقترح على تنمية الإدراك الحس حركي لبراعم السباحة.

ويتفق هذا مع ما يشير إليه كل من "**محمد حسن علاوي**" (**١٩٩٧م**) و"**أسامة راتب**" (**٢٠٠٥م**) أن الإدراكات الحس حركية مكونات هامة فى تنمية تصور الجسم ويستطيع الفرد توجيه سلوكه وضبط اتجاهاته فى الأداء فدرك أو يحس بالخطأ ويحاول تعديله. (٢٢)، (٧)

ويتضح من جدول (٩) وشكل (٢) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية فى المتغيرات المهارية (سباحة الزحف على البطن ٢٥م زمن ودرجة – سباحة الزحف على الظهر ٢٥م زمن ودرجة).

مما يدل على التأثير الإيجابي للألعاب الترويحية المختارة الذي أدى إلى ارتقاء البراعم وإضافة عنصر التشويق والتنافس.

وتتفق هذه النتائج مع ما توصل إليه كل من "**محمود ناصف**" (**١٩٩١م**)، "**مصطفى كاظم وآخرون**" (**٢٠٠٢م**) على أن السباحة لها تأثير إيجابي على ممارسيها من كافة الجوانب وأن خبرات التعلم فى السباحة سارة ومبهجة فتحفز المتعلم على تكرار المهارة مرة أخرى. (٢٣)، (٢٤)

ويتضح من جدول (١٠) شكل (٣) وجدول (١١) شكل (٤) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة أدى إلى تحسن الإدراك الحس حركي وبالتالي تحسن مستوى الأداء المهاري لصالح القياس البعدي نتيجة لاتباع الأسس العلمية المتبعة فى التدريس وكذلك الانتظام فى الممارسة والتعلم.

ويتفق هذا مع كل من "**فريدة عثمان**" (**١٩٩٨م**)، "**أمين الخولي وأسامة راتب**" (**٢٠٠٧م**) على أنه يجب تنمية الحركات الأساسية للطفل من خلال المفاهيم المرتبطة بالحركة، فإذا تمت تنمية الحركة على أساس سليم زادت قدرة الطفل على إدارة جسمه بكفاءة وفاعلية وحل المشكلات الحركية بما يتناسب مع القدرات والإمكانات والاستعدادات الفردية للأطفال. (١٨)، (٤)

ويتضح من جدول (١٢) شكل (٥) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية فى متغيرات الإدراك الحس حركي قيد البحث ويعني ذلك أن الألعاب الترويحية قد أدت إلى تحسن متغيرات قدرات الإدراك الحس حركي وإتقانها.

وهذا يتفق مع ما أشار إليه كل من "**ماجدة عقل**" (**٢٠٠٢م**)، "**ابتهاج طلبة**" (**١٩٩٦م**)، "**أسامة راتب**" (**١٩٩٦م**) من أن اللعب نشاط سلوكي يقوم بدور رئيسي فى تكوين الشخصية بشكل شامل ومتوازن والشعور بالمشاركة الفعالة والمنافسة وإكساب الأطفال المفاهيم والمهارات الحركية. ومن هنا يبرز دور الألعال الترويحية وعلاقتها بالطفل وخاصة الإدراكات الحس حركية لديه والاستفادة من الحركة والمكانات الحركية للطفل. (٢٠)، (١)، (٢)

ويتضح من جدول (١٣) شكل (٦) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية فى مستوى الأداء المهاري لبراعم السباحة قيد البحث. يرجع ذلك إلى أن الألعاب الترويحية قد أدت إلى الإثارة والتشويق وأن تكون حركة الطفل فى الاتجاه الصحيح للمهارة وإتقان متغيرات الإدراك الحس حركي لها تأثير إيجابي على المستوى المهاري.

وهذا ما يشير إليه "**عادل فوزي**" (**١٩٩٩م**)، "**فواز الراميني**" (**٢٠٠٦م**) أن الألعاب الترويحية وسيلة تشويق للبراعم وتؤدى فوق أو تحت الماء بأداة أو بدون بهدف التعلم أو الترويح أو المنافسة. كما تعد السباحة وسيلة أساسية للنهوض بالطفل (رياضياً – حركياً – صحياً – اجتماعياً) (٨)، (١٩)

وتتفق نتائج البحث مع نتائج دراسة كل من "**وند ديانا**" (**١٩٩٧م**)، "**مهاب عبدالرازق**" (**٢٠٠٢م**)، "**كوتشر وآخرون**" (**٢٠٠٣م**)، "**فاطمة مصطفى**" (٢٠٠٦م). (٣٠)، (٢٥)، (٢٩)، (١٦)

أن الألعاب الترويحية أثرت على تنمية الإدراك الحس حركي بصورة مباشرة فأثرت على مستوى السباحة والوصول إلى مستوى أفضل .

. الاستخلاصات والتوصيات:

اولاً: الاستخلاصات:

من خلال هدف البحث وتمشياً مع الفروض والنتائج التي تم التوصل إليها جاءت الاستخلاصات كما يلي:

١. تفوق المجموعة التى استخدمت الألعاب الترويحية فى متغيرات الإدراك الحس حركى .
٢. تفوق المجموعة التى استخدمت الألعاب الترويحية فى سباحتي الزحف على البطن والظهر.
٣. الألعاب الترويحية لها تأثير إيجابي على قدرة الطفل وتنمية الإدراك الحس حركي.
٤. لقد حققت الدراسة مستوى متقدم للأطفال فى تعلم سباحتى الزحف على البطن والظهر .

ثانياً: التوصيات:

من خلال أهداف البحث وفروضه والنتائج التي تم التوصل إليها جاءت التوصيات كما يلي:

١. توجيه نتائج الدراسة واستخدام الألعاب الترويحية عند تعلم مهارات الرياضات المائية .
٢. الاهتمام باستخدام الطرق والأساليب الجديدة المبتكرة والألعاب الهادفة والأدوات المساعدة فى درس السباحة لإدخال التشويق والإثارة وخلق الدافعية لتعلم السباحة وتحسين مستوى الأداء.

المراجـــع

أولاً المراجع العربية

١ – **ابتهاج محمود طلبة** (١٩٩٦) منهج النشاط الحركي لطفل ما قبل المدرسة من ٤ : ٦ سنوات، : أدوات . أجهزة . ألعاب صغيرة، القاهرة.

٢ – **أسامة كامل راتب** (١٩٩٦) النمو الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة . :

٣ – **أسامة كامل راتب** (٢٠٠٢) تعليم السباحة، دار الفكر العربي، القاهرة . :

٤ – **أمين الخولي، أسامة راتب** (٢٠٠٧) التربية الحركية ، :

٥ – جوليا ناير أنتوني سلفار (١٩٩١) : التربية النفس حركية . والبدنية والصحية فى رياض الأطفال النظرية والتطبيق، ترجمة: عبد الفتاح حسن، دار الفكر العربي ، القاهرة .

٦ – خيرية إبراهيم محمد (٢٠٠٠) : البرامج الرياضية لرياض الأطفال، دار المعارف .

٧ – (٢٠٠٥) : دليل القياسات الجسمية واختبارات الأداء الحركي، منشأة المعارف، الإسكندرية دليل القياسات الجسمية واختبارات الأداء الحركي، منشأة المعارف، الإسكندرية .

٨ – عادل فوزى جمال (١٩٩٩) : إعداد الطفل للسباحة مرشد المعلم، المؤتمر العلمي للتربية البدنية والرياضة بين النظرية والتطبيق، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة.

٩ – عبد الحميد شرف (٢٠٠٥) : التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومتحدي الإعاقة بين النظرية والتطبيق، مركز الكتاب للنشر.

١٠ – عديلة أحمد طلب ، كوثر محمد كمال (١٩٩٦) : المنهج فى السباحة، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، جامعة حلوان.

١١ – عصام محمد أمين (١٩٨٧) : العلاقة بين القدرات الحس حركية وبعض البارمترات البدنية للسباحين الناشئين داخل وخارج الماء، المجلة العلمية نظريات وتطبيقات، العدد الأول، نوفمبر.

١٢ – على البيك ، عصام حلمى ، عادل الناموري (١٩٩٥) : اتجاهات حديثة فى تعليم السباحة (الزحف . الظهر)، منشأة المعارف الإسكندرية.

١٣ – على توفيق (١٩٨٠) : السباحة، مطبعة عيسى الحلبي، القاهرة .

١٤ – على زكى ، طارق ندا ، إيمان زكى (١٩٩٤) : السباحة، دار الفكر العربي، القاهرة.

١٥ – عمرو حسن حنفى (١٩٩٠) : دراسة تحليلية للعلاقة بين بعض قدرات الإدراك الحركي والأداء فى رياضة المبارزة، رسالة دكتوراة، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.

١٦ – فاطمة مصطفى حنفى (٢٠٠٦) : برنامج لتنمية قدرات الإدراك الحس حركي وتأثيره على مستوى أداء المهارات لوحدة دراسية للصف الثالث الابتدائي"، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية .

١٧ – فرهنك فرج محمد ، شوخان عمر عبد الرحمن (٢٠١٣) : تأثير برنامج ترويحي داخل حوض السباحة فى تنمية بعض القدرات الإدراكية– الحركية والتفاعل الاجتماعي لدى تلميذات بأعمار (٧–٦) سنوات"، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الرابع، المجلد السادس.

١٨ – فريدة إبراهيم عثمان (١٩٩٨) : التربية الحركية لمرحلة الرياض والمرحلة الابتدائية، الكويت، دار القلم.

١٩ – فواز فتح الله الرامينى (٢٠٠٦) : سيكولوجية الطفل وتعلمه باللعب فى المراحل الأساسية، درا الكتاب الجامعي، العين، دولة الإمارات العربية المتحدة.

٢٠ – ماجدة عقل محمد ، هدى بشير (٢٠٠٢) : التربية الحركية . شركة الجمهورية الحديثة.

٢١ – محمد إبراهيم شحاتة ، محمد جابر بريقع (١٩٩٥) : دليل القياسات الجسمية واختبارات الآداء الحركي، منشأة المعارف، الإسكندرية.

٢٢ – محمد حسن علاوى (١٩٩٧) : علم نفس المدرب والتدريب الرياضي، دار المعارف.

٢٣ – محمود ناصف (١٩٩١) : مقدمة فى السباحة والإنقاذ وإدارة الحمامات ، طوخي مصر .

٢٤ – مصطفى كاظم وآخرون (٢٠٠٢) : السباحة للمدرب والمعلم، الجزء الأول، السندس للطباعة.

٢٥ – مهاب عبد الرازق أحمد دسوقى (٢٠٠٢) : تأثير التدريبات النوعية للإدراك الحس حركي لتحسين الأداء الفني للدورة الأمامية المتكورة على عارضة التوازن "، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية .

٢٦ – وليد كمال البرزنجى ، نبيل محمود السعدى (٢٠٠٥) : أثر استخدام الألعاب الصغيرة فى تطويرقدرات الإدراك الحس – حركي لتلاميذ المرحلة الابتدائية بعمر (٦– ٧) سنوات، مجلة الفتح، العدد الثاني والعشرون .

٢٧ – يحيي أحمد عطا الله (١٩٩٦) : تأثير برنامج مقترح لتنمية بعض الإدراكات الحس حركية على مستوى أداء بعض مهارات جمباز المتوازيين"، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا .

ثانياً : المراجع الأجنبية :-

28 - **Baumgartner، T.A & Jackson A.S, J.** (1995) : Measurement for Evolution in Physical Education and Exercise Science، Dubuque، Brown & Benchmark.

29 – **Couture,R.T, et al,** (2002) : Can Performance in a Distance Swim be Improved by Increasing a Performance Cognitive Thinking Strategy? The Sport Journal، Volume Number 2.

30 - **Wenda Diana** (1997) : A Comparison of Motor Creativity and Motor Performance of Young Children"، Indiana University order No. 11,30,145,190 .