

## تأثير أسلوب التعلم التعاوني في أداء بعض مهارات سباحة الزحف على البطن للمبتدئين

أ.د/ مصطفى محمد أحمد الجبالي

أ.د/ مدحت عاصم عبد المنعم ابو سريع

أ.د/ أشرف منير صبري

الباحث/ محمد السيد أحمد خطاب

### مقدمة البحث:

إن تبني الأساليب العلمية الحديثة في التدريس يؤدي إلى تطوير العملية التعليمية بدلا من الاعتماد على الأساليب التقليدية التي لا تعتمد علي إيجابية المتعلم ويعتبر اختيار الأسلوب التدريسي المناسب عملية جوهرية في توفير الوقت والجهد على المعلم وتحقيق أفضل استفادة للمتعلم.

ويعد استخدم أساليب تدريسية غير مباشرة تقوم علي فاعلية المتعلمين لمقابلة الاحتياجات المتنوعة في ضوء الاتجاهات التربوية المختلفة أمر هام جدا ومن تلك الأساليب التدريسية أسلوب العصف الذهني وهو من الأساليب القائمة علي ذاتية المتعلمين في اكتساب المعارف والمعلومات، من أجل التعامل مع المتعلمين بأسلوب يستثمر ما لديهم من قدرات وإمكانيات، وقد أبتكر أسلوب العصف الذهني بقصد تنمية قدرة المتعلمين على حل المشكلات بشكل إبداعي من خلال إتاحة الفرصة لهم معا لتوليد أكبر عدد ممكن من الأفكار بشكل إبداعي وتلقائي وسريع وحر، ويمكن بواسطة هذه الافكار حل المشكلة الواحدة ومن ثم تصفية الأفكار واختيار الحل المناسب لها، وكان دافع الباحث لاختيار أسلوب العصف الذهني هو عدم رضاه عن الأسلوب التقليدي السائد في دراسة المشكلات وذلك لما كشف عن هذا الأسلوب التقليدي من قصور في التوصل لحلول إبتكارية للكثير من المشكلات، وفيما بعد تم توظيف أسلوب العصف الذهني في تنمية التفكير الابتكاري لطلاب المدارس وللعاملين في مجالات متعددة وأخيرا تم الأخذ به كأحد أساليب التدريس الشائعة الاستخدام في البرامج التعليمية بما فيها برامج الأنشطة الرياضية (٢: ٥٧٤-٤٧٥).

ان التعلم التعاوني أسلوب للتدريس تعمل فيه مجموعات صغيرة متعاونة من المتعلمين ذات مستويات مختلفة وذلك لتحقيق هدف مشترك ، ويتم تقييم كل متعلم في المجموعة على أساس الناتج الجماعي وفي التعلم التعاوني يصبح كل فرد منها مسؤولا عن نجاح أو فشل المجموعة لذا يسعى كل فرد الى التعاون مع باقي أفراد المجموعة من أجل تحقيق الهدف المشترك ليس على مستوى الجماعة فقط ولكن على المستوى الفردي أيضا وهي بذلك تؤكد على

إيجابية المتعلم ونشاطه (٦: ٥٥٨) (٣: ٢٠٥)

ان التعلم التعاوني عبارة عن تعاون مجموعة صغيرة غير متجانسة من حيث تحصيل أفرادها بمعنى أن تتضمن المجموعة طالبا متفوقا وآخر متوسط التحصيل وذلك لتحقيق الهدف المنشود في اطار اجتماعي يعود عليهم كجماعة أو أفراد بفوائد تعليمية متنوعة ( ١١: ٢٦ ) ويعمل المتعلمين في التعلم التعاوني مع بعضهم البعض كفريق عمل لمساعدة أعضاءه على تحقيق هدف معين، ويضع التعلم التعاوني مسؤولية التعلم على المتعلمين وفيه يكتسب المتعلمين شعور أكبر بالضبط والتحكم كما أن اتجاهاتهم تجاه التعلم وتجاه زملائهم في الفريق تتحسن. (٧: ١٩)

ويعد أسلوب التعلم التعاوني من أكثر الاستخدامات الشائعة المثمرة في مجال التعلم، وهو أحد أنواع التعلم الذي يتم فيه تقسيم المتعلمين الى مجموعات تعاونية صغيرة لتنمية المهارات الحركية معا، وفيه تتكون المجموعات التعاونية من (٢-٦) متعلم، عادة ما يكونون غير متجانسين في قدراتهم التحصيلية (٢: ٢٤٧، ٢٤٦)

والتعلم التعاوني يحقق مكاسب جيدة في التحصيل والتعليم للأفضل، ويزيد من الوقت المخصص للأداء ، كما أنه يكسب المتعلمين اتجاهات سليمة ومهارات إيجابية كمهارة التفكير الناقد وبناء الثقة واحترام آراء الآخرين (٣: ٦٩)

والسباحة في مقدمة الرياضات التوافقية التي تعمل على التنمية الشاملة السليمة بدنياً وعقلياً ونفسياً واجتماعياً بما يتفق مع المتطلبات المتعددة للمجتمع. (٤: ٢٤).

#### مشكلة البحث:

ينبغي أن ينظر الجميع الى أهمية تعليم سباحة الزحف على البطن في مرحلة العمر المبكر لكونها من اسهل انواع السباحة للمبتدئين وفي هذه المرحلة ينظر اليها نظرة جادة لأهميتها في تكوين حياة الطفل في المستقبل إذ يتوجب ان يتاح للمبتدئين في فترة نموهم الفرص الكثيرة لفعاليتهم البدنية كما تتاح لهم حرية الحركة واللعب بصورة عامة . أن فعالية السباحة تعد إحدى الفعاليات الطبيعية لنشاط المبتدئين وحويتهم الكبيرة وهي في الوقت نفسه وسيلة للضبط الذاتي عندهم حيث تساعدهم في بناء أجسام قوية وجميلة ورشيقة ، فمن خلال تعلم السباحة وفعاليتها المتنوعة نكون قد قدمنا سلاحا في يد من يجيدها ، فالذي يعرف السباحة يستطيع أن ينقذ نفسه من الغرق كما يستطيع إنقاذ غيره لذا يكون من الأفضل تعليم السباحة للمبتدئين منذ الصغر نتيجة لامتلاكهم القابلية للتعلم أفضل من الكبار. بغرض الارتقاء بكفائتهم في جوانب مختلفة من الناحية المهاريه. (٥: ١٦)

من خلال عمل الباحث في مجال تعليم السباحة بمعظم الأندية المصرية لاحظ ان هناك جوانب قصور متمثلة في عدم التنوع في استخدام الطرق والأساليب المستخدمة في التدريس وعدم اشراك المتعلمين في تنفيذ البرنامج بشكل كبير لذا وجد الباحث ضرورة لاستخدام التعلم التعاوني كوسيله هامة لتعليم سباحة الزحف للمبتدئين للتعرف على أثرها في أداء بعض المهارات الأساسية في سباحة الزحف على البطن للمبتدئين.

#### هدف البحث

يهدف البحث الحالي الى التعرف على تأثير أسلوب التعلم التعاوني في مستوى أداء بعض مهارات سباحة الزحف على البطن للمبتدئين.

#### فرض البحث

توجد فروق دالة إحصائيا بين مجموعتي البحث في القياسات البعدية في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في سباحة الزحف على البطن للمبتدئين لصالح المجموعة التجريبية الأولى ( التعلم التعاوني ).

#### مصطلحات البحث

**التعلم التعاوني** : عملية تشاركية تتم بين مجموعة من المتعلمين في موقف تعليمي على شكل مجموعات صغيرة تتراوح ما بين ( ٢ - ٥ ) متعلمين ويقوم التعلم التعاوني على توزيع الأدوار داخل المجموعة الواحدة حسب قدرات المتعلمين ولزيادة فاعلية التعلم وتحقيق هدف منشود.

(تعريف إجرائي)

#### الدراسات السابقة العربية

- لمياء حسن الديوان (٢٠٠٦) (٤): أثر استخدام تأثير أساليب تدريسية مختلفة في تنمية بعض القدرات الإبداعية الحركية في درس التربية الرياضية. جامعة البصرة كلية التربية الرياضية ٢٠٠٦ م كانت أهمية البحث تدور حول العناية بإبداع المبتدئين بأعمارهم الصغيرة، وأن المدرسة دور كبير في خلق شخصيات تمتلك إبداع يخدم البلاد والعباد ويعد درس التربية الرياضية من الدروس الحيوية والمؤثرة على تنمية القدرات الإبداعية لأن من أهدافه رعاية الجانب الحركي والفكري التلاميذ، ولأن أسلوب التدريس الذي يدرس به المعلمون تلاميذهم له أثر في تحسين القدرات الإبداعية منذ وقت مبكر، كانت مشكلة البحث في استخدام أسلوب واحد في تدريس التربية الرياضية وإهمال الأساليب الأخرى، وتم إعداد برنامجا تعليميا "مقترحا" نفذ بأساليب (حل المشكلات، والتعلم التعاوني، الأمري) للتعرف على فاعلية الأساليب المعرفة أفضلها في تنمية بعض القدرات الإبداعية الحركية وهي (الطلاقة الحركية، المرونة الحركية، الأصالة الحركي) التلميذات الصف الخامس الابتدائي، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي والعينة (٦٦) تلميذة

توزعت على ثلاث مجاميع كل مجموعة درست بأسلوب، وقيست الاختبارات الإبداعية في اختبار صمته الباحثة عام ٢٠٠٥ وأظهرت النتائج أن هناك فروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجاميع الثلاث بنسب متفاوتة، وجود الفروق بين الاختبارات البعدية حيث أظهرت النتائج أن مجموعة أسلوب حل المشكلات قد تفوقت على باقي المجاميع في تنمية بعض القدرات الإبداعية الحركية وتلتها مجموعة أسلوب التعليم التعاوني ثم مجموعة الأسلوب الأمري، أما أهم الاستنتاجات :- أن البرنامج الذي أعدته الباحثة قد نجح في تنمية بعض القدرات الإبداعية الحركية - وجود فروق في الاختبارات القبلية والبعديّة للطلاقة الحركية والمرونة الحركية ولصالح مجموعة حل المشكلات أما الأصالة الحركية فقد كانت لصالح مجموعة التعليم التعاوني، أما التوصيات فقد شملت: اعتماد البرنامج التعليمي المقترح وتدريبه بأسلوب حل المشكلات لما له من تأثير في تنمية بعض القدرات الإبداعية الحركية.

- دراسة وائل عبد المعطي خلف الله محمد (٢٠٠٢م) (٩): بعنوان "فعالية استخدام بعض أساليب التدريس في تعلم مهارات السباحة". وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على فاعلية كل من التعلم التعاوني والتعلم التنافسي في تحقيق أهداف مادة السباحة وتم تحديد عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب الفرقة الأولى بقسم التربية الرياضية كلية التربية جامعة الأزهر وبلغ قوام العينة "٣٧٥" وتم استخدام المنهج التجريبي وبتصميم تجريبي ثلاث مجموعات مجموعتين تجريبيتين وأخرى ضابطة وتضم كل مجموعة "٢٥" طالبا بحيث يتم تطبيق التعلم التعاوني على المجموعة الأولى بينما يتم تطبيق التعلم التنافسي على المجموعة الثانية ويطبق التعلم التقليدي على المجموعة الثالثة.

وكان من أهم نتائج هذه الدراسة أن استخدام التعلم التعاوني له تأثير إيجابي أكثر من التعلم التنافسي والطريقة التقليدية والتعلم التنافسي له تأثير إيجابي أكثر من الطريقة التقليدية في مستوى أداء المهارات الأساسية لرياضة السباحة.

#### الدراسات الاجنبية

- قام "بايمبرج هنري Baumberger- Henry M (٢٠٠٥) (10) بدراسة بعنوان "المقارنة بين التدريس التعاوني والتدريس التقليدي دراسة تحليلية" واستهدفت التعرف على وصف الاختلافات بين أسلوب التدريس من خلال محاولة قام بتطبيقها طلاب التربية العملية بمدرستين احدهما باستخدام الأسلوب التعاوني حيث أشترك في التدريس عدد (٢) من طلاب التربية العملية معاً بينما في المدرسة الأخرى قام الطلاب المعلمين بالتدريس بالأسلوب التقليدي ، وأسفرت النتائج عن أن الطلاب المعلمين الذين استخدموا الأسلوب التقليدي كان تركيزهم الأكبر منصب على انجاز محتوى الدرس وكانت نتائجهم أكثر إيجابية بينما الطلاب المعلمين الذين استخدموا

الأسلوب التعاوني أنصب اهتمامهم على النواحي الإدارية والتنظيمية للدرس أكثر من الاهتمام بالمحتوى العلمي للمادة المتعلمة.

أولاً: منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي لمجموعه تجريبية واحدة مع إجراء القياسات القبليّة والبعدية على عينة البحث ، وذلك لمناسبة لطبيعة البحث .

ثانياً: مجتمع وعينة البحث:

يشتمل مجتمع البحث على المبتدئين المبتدئين في مدارس السباحة من النادي الأهلي وقد بلغ قوامها ( ٦٠ ) طفل ، وقد قام الباحث باختيار العينة الخاصة بالبحث باستخدام الطريقة العمدية العشوائية والبالغ عددها ( ٦٠ ) ستون طفلاً وتم تقسيمهم كما يلي : تجريبية وتشمل (٢٠) عشرون طفلاً ، ولقد اتبع معها البرنامج التعليمي المقترح باستخدام أسلوب تدريس التعلم التعاوني لتعليم سباحة الزحف على البطن ، ، . وقد تم إجراء الدراسات الاستطلاعية على عينة قوامها (٤٠) أربعون طفلاً تم تقسيمهم إلى أربع مجموعات : الأولى وتشمل (١٠) مبتدئين للدراسة الاستطلاعية الخاصة باختبارات القدرات البدنية ، والثانية عينة قوامها (١٠) مبتدئين للدراسة الاستطلاعية الخاصة بالاختبار المعرفي ، والثالثة (١٠) مبتدئين للدراسة الاستطلاعية الخاصة باختبارات الأداء المهاري ، والرابعة قوامها (١٠) مبتدئين للدراسة الاستطلاعية الخاصة باختبار الذكاء، وذلك على عينة من المجتمع الأصلي ومن خارج عينة البحث الأساسية .

شروط اختيار عينة البحث :

١. أن تتراوح أعمارهم من ٨-١٠ سنوات .
٢. أن جميع أفراد العينة سباحين ناشئين قد اجتازوا مرحلة التعليم الأولى في السباحة.
٣. أن يكون جميع أفراد العينة من مستوى تعليمي واحد ، يتقارب فيها النضج العقلي

تجانس عينة البحث :

للتأكد من خلو العينة من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية قام الباحث بحساب : المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، الوسيط ، معامل الالتواء للمتغيرات الأساسية وهي : العمر الزمني ، الطول ، الوزن ، الذكاء ، الإختبارات البدنية والإختبارات المهارية لعينة البحث.

جدول (١)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط والالتواء لمتغيرات (السن - الطول - الوزن - الذكاء)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
السن	سنة	٨.٢٤٠	٠.١٩٣	٨.٢٠٠	٠.٨٤٤

٠.٨٤٥-	١٣٨.٠٠٠	٣.٨٠٧	١٣٧.٦٢٥	سم	الطول
٠.٥١٢-	٣٧.٠٠٠	٢.٣٤١	٣٧.١٧٥	كجم	الوزن
٠.٤٦٨	٧٧.٠٠٠	٣.٨٥٣	٧٧.٢٢٥	درجة	الذكاء

يتضح من جدول (١) ان معاملات الالتواء لمتغيرات " السن - الطول - الوزن - الذكاء - التحصيل المعرفي " قيد البحث قد انحصرت ما بين ( $3 \pm$ ) مما يدل على اعتدالية البيانات في هذه القياسات .

### جدول (٢)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط والالتواء للمتغيرات البدنية

الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المتغيرات
٠.٣٥٦	١٩.٥	٢.٣٣١	١٩.٥٢٥		اختبار رفع الرجلين من الرقود
٠.٠٦٦-	٦	١.٢٠٢	٦.١٢٥		اختبار ثني الجذع من الوقوف والجلوس طول
٠.٢٨	٧	٠.٥٧٤	٧.٠٦٥		عدو ٣٠ م من بداية متحركة
٠.٢٥٦-	٧	١.٣١٩	٦.٩٥		اختبار نط الحبل
٠.٦٥٦-	٢١	٣.٠٤٠	٢٠.١٢٥		اختبار جري الزجراجي
٠.٦٠٨	٢٠	٤.٥٠٧	٢٠.٨٧٥		اختبار التوازن
٠.٣٤-	١.٧٨٥	٠.٠٨٥	١.٧٧٤		الوثب العمودي من الثبات

يتضح من جدول (٢) ان معاملات الالتواء للمتغيرات البدنية قيد البحث قد انحصرت ما بين ( $3 \pm$ ) مما يدل على اعتدالية البيانات في هذه القياسات .

### جدول (٣)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط والالتواء للمتغيرات المهارية

الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المتغيرات
٠.٣٥٦	٤	١.٠٠١	٤.٣٥٠	الدرجة	القدرة على الطفو الانقي على البطن
٠.٦٩٦	٤.٣	٠.٨٠١	٤.٤٥٣	متر	القدرة على الانزلاق على البطن
٠.٠٣٣-	٦.٥	١.٢١٨	٦.٥٥٠	عدد	اخذ الشهيقي واخرجه في الماء
٠.٤٨	٧.٠٥	٠.٩١١	٧.٣٠٦	متر	ضربات الرجلين لاطول مسافة
٠.٤٤١	٨	١.٠٠٥	٨.٣٧٥	متر	جركات الذراعين لاطول مسافة
١.١٣١	١٣	١.٦٤٨	١٣.٤٧٥	درجة	سباحة ٢٠ م
٠.٠٦٧-	٨	٠.٨٥٩	٧.٦٧٥	متر	مسافة قفزة البداية

يتضح من جدول (٣) ان معاملات الالتواء للمتغيرات المهارية قيد البحث قد انحصرت

ما بين (٣±) مما يدل على اعتدالية البيانات في هذه القياسات  
تحديد متغيرات البحث :

لما كانت مشكلة البحث تنحصر في التعرف على فعالية استخدام بعض أساليب التدريس على تعلم مهارة الزحف على البطن للسباحين المبتدئين ، وقد اشتمل البحث على المتغيرات الآتية:

#### المتغير المستقل independent variable

وينحصر المتغير المستقل في أسلوب التدريس ، وهو أسلوب التعلم التعاوني على المجموعة التجريبية.

#### المتغير التابع dependent variable

- مستوى الأداء المهاري لسباحة الزحف على البطن.

#### ضبط المتغيرات غير التجريبية :

لمعرفة اثر المتغير التجريبي على المتغير التابع كان من الضروري ضبط المتغيرات غير التجريبية وتثبيتها والتي قد تؤثر على المتغير التابع ، ولقد تم التحكم في العوامل المرتبطة بخصائص عينة البحث والمتمثلة في (الطول والوزن والعمر الزمني ، ومستوى الذكاء ، عدد المبتدئين في مجموعتي البحث ) والعوامل المرتبطة بالعمل التجريبي ، المتمثلة في ( القائم بعملية التدريس والمدة الزمنية للتجربة والمهارات المختارة قيد البحث .

#### تكافؤ عينة البحث :

قام الباحث بأجراء التكافؤ بين مجموعته البحث (الوحدات النسقية - و الطريقة المتبعة) في ضوء المتغيرات الاساسية (السن والطول والوزن ، الذكاء )  
اختيار الخبراء :

قام الباحث باختيار الخبراء البالغ عددهم (١٠) خبراء في مجال التربية الرياضية وفقا للشروط التالية :

- أن يكون عضو هيئة تدريس بكلية التربية الرياضية بأحد الأقسام التالية :
- قسم المناهج وطرق التدريس .
- قسم تدريب الرياضات الفردية تخصص التدريب الرياضي (السباحة) .

#### ثالثا: ادوات جمع البيانات

قام الباحث بتحديد الأدوات المستخدمة في البحث وقد روعي في اختيارها الشروط التالية:

- ان تكون سهلة التنفيذ مع توفر أجهزة قياسها .

- أن تكون فعالة في تشخيص الجوانب المحددة للبحث .
  - أن تتوفر لها المعايير العلمية (الصدق والثبات).
  - وقد قسم الباحث هذه الأدوات إلى مايلي :
  - أدوات وأجهزة البحث ، تشمل على :
  - ساعة إيقاف معايرة لقياس الزمن .
  - شريط لقياس المسافة .
  - الواح طفو ، حبال بلاستيكية
  - لوحات تعليمية
  - قياس معدلات النمو ، ويشتمل على :
  - العمر الزمني : ويقاس بالرجوع الى تاريخ الميلاد (لاقرب سنة) .
  - الطول : ويقاس بواسطة جهاز الريستاميتير (لاقرب سنتيمتر) .
  - الوزن : ويقاس بواسطة الميزان الطبي (لاقرب كجم) .
- الاستمارات**

قام الباحث بتصميم إستمارات لتسجيل القياسات الخاصة بالبحث تتوفر فيها البساطة وسهولة الإستخدام والدقة وسرعة التسجيل من أجل تجميع البيانات وجدولتها وهي كما يلي

- إستمارة تسجيل قياسات السباحين في متغيرات (السن - الطول - الوزن - الذكاء - واختبارات اللياقة البدنية- الاختبارات المهارية) .
- استمارة تحديد عناصر اللياقة البدنية التي تم اختيارها من قبل الخبراء والخاصة باللياقة البدنية لسباحة الزحف على البطن
- استمارة تحديد اختبارات اللياقة البدنية التي تم عرضها على الخبراء
- اختبارات اللياقة البدنية الخاصة بسباحة الزحف على البطن
- تم عرض استمارة استطلاع رأى على السادة الخبراء لتحديد الاختبارات التي تقيس الأداء المهارى الخاص بسباحة الزحف على البطن
- الاختبارات المهارية الخاصة بسباحة الزحف على البطن التي تم اختيارها من قبل الخبراء

**الاختبارات :**

وتشمل الاختبارات على مايلي

(ا) الاختبارات البدنية :

اختبار قياس عناصر اللياقة البدنية لسباحة الزحف على البطن :

قام الباحث بتصميم استمارة استطلاع رأى الخبراء حول أهم عناصر اللياقة البدنية

المرتبطة بسباحة الزحف على البطن وعددها (٧) عناصر بدنية ، وكذلك أنسب الاختبارات المناسبة لقياس تلك القدرات ، وبعد الاطلاع على المراجع العلمية المتخصصة في مجال السباحة والاختبارات والمقاييس، وتم عرضها على الخبراء ،

#### جدول ( ٤ )

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول تحديد أهم عناصر اللياقة البدنية الخاصة المرتبطة برياضة السباحة

( ن = ١٠ )

النسبة المئوية	أنسب الاختبارات	النسبة المئوية	القدرات البدنية
٨٠ %	رفع الرجلين من الرقود	٨٠ %	القوة العضلية
٨٠ %	ثني الجذع من الوقوف والجلوس طولا	١٠٠ %	المرونة
١٠٠ %	عدو (٣٠) مترا من بداية متحركة	٩٠ %	السرعة
٩٠ %	نط الحبل	١٠٠ %	توافق
٩٠ %	الجري الزجراجي بين الحواجز (بالارقام)	١٠٠ %	الرشاقة
٩٠ %	التوازن لفليشمان	٩٠ %	التوازن
١٠٠ %	الوثب العريض من الثبات	٩٠ %	القوة المميزة بالسرعة

يتضح من جدول (٤) أن النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول تحديد أهم عناصر اللياقة البدنية، وكذلك أنسب الاختبارات البدنية لعناصر اللياقة البدنية الأكثر ارتباطا بسباحة الزحف علي البطن، قد ارتضى الباحث بنسبة مئوية التي حصلت علي (٨٠%) فأكثر. وقد توصل الباحث إلي أنسب الاختبارات البدنية لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة برياضة السباحة،

#### جدول (٥)

الاختبارات البدنية المرتبطة برياضة السباحة

م	عناصر اللياقة البدنية	الاختبارات	وحدة القياس
١	القوة العضلية	إختبار رفع الرجلين من الرقود	عدد
٢	المرونة	إختبار ثني الجذع من الوقوف والجلوس طولا	سم
٣	السرعة	إختبار عدو (٣٠) مترا من بداية متحركة	ثانية
٤	توافق	إختبار نط الحبل	عدد
٥	الرشاقة	إختبار الجري الزجراجي بين الحواجز (بالارقام)	ثانية
٦	التوازن	إختبار التوازن لفليشمان	ثانية
٧	القوة المميزة بالسرعة	إختبار الوثب العريض من الثبات	سم

## جدول (٦)

معاملات الارتباط بين التطبيقين (الاول - الثاني) فى الاختبارات البدنية  
ومعامل الصدق الذاتي

(ن = ١٠)

الصدق الذاتي	قيمة ر	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		الاختبارات
		ع	م	ع	م	
٠.٩٣٣	٠.٨٧	٠.١٢	٢.٤٩	٠.١٥	٢.٤٠	اختبار الجرى الزجراجى بين الحواجز
٠.٨٨٩	٠.٧٩	٠.٤٢	٦.٠٦	٠.٤٥	٦.٣٨	العدو ٣٠ متر من البداية
٠.٩٦٠	٠.٩٢	١.٦٥	٤.٤٠	١.٩٠	٣.٥٠	اختبار نط الحبل
٠.٩٨٩	٠.٩٨	٣.٨٩	١٧.٥٠	٣.٦٨	١٦.٧٠	تبار رفع الرجلين من الرقود
٠.٩٤٨	٠.٩٠	٠.٩٧	٥.٥٠	١.٤٠	٤.٨٠	ثنى الجزع للامام من الوقوف
٠.٩٤٤	٠.٩٩	٠.٩٨	٥.٠٨	٠.٩٣	٥.٢٥	التوازن
٠.٩٣٤	٠.٨٧	٠.١٣	١.٨١	٠.١٠	١.٨١	الوثب العالى (سارجنت)

قيمة ر الجدولية عند مستوي (٠.٠٥) = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (٦) ان قيمة ر المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوي (٠.٠٥) ما بين التطبيقين الاول والثاني فى الاختبارات البدنية حيث تراوحت قيم الارتباط ما بين (٠.٧٩٢ ، ٠.٩٨٩) مما يدل على ان الاختبارات البدنية قيد البحث على درجة مقبولة من الثبات كما تراوحت قيم معامل الارتباط الذاتي ما بين (٠.٨٨٩ ، ٠.٩٨٩) وهي قيم دالة احصائيا عند مستوي (٠.٠٥) مما يدل على ان الاختبارات على درجة مقبولة من الصدق.

**الاختبارات المهارية:**

قام الباحث بتصميم استمارة استطلاع رأى الخبراء حول أهم الاختبارات المهارية المرتبطة بسباحة الزحف على البطن

## جدول (٧)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول تحديد أهم الاختبارات  
المهارية لسباحة الزحف علي البطن

(ن = ١٠)

النسبة المئوية	أنسب الاختبارات المهارية	م
١٠٠ %	القدرة على الطفو الاقفي على البطن	١
٩٠ %	القدرة على الانزلاق على البطن	٢
١٠٠ %	اخذ الشهيق واخراجة في الماء	٣

٤	ضربات الرجلين لأطول مسافة	١٠٠ %
٥	حركات الذراعين لأطول مسافة	٩٠ %
٦	سباحة لمسافة ٢٥ متر	١٠٠ %
٧	مسافه قفزه البدايه	١٠٠ %

يتضح من جدول (٧) أن النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول تحديد أهم الاختبارات المهارية لسباحة الزحف علي البطن ، قد ارتضي الباحث بنسبة مئوية التي حصلت علي (٩٠%).

### جدول (٨)

معاملات الارتباط بين التطبيقين (الاول - الثاني) في الاختبارات المهارية ومعامل الصدق الذاتي

(ن=١٠)

الصدق الذاتي	قيمة ر	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		وحدة القياس	الاختبارات
		ع	م	ع	م		
٠.٨٩٧	٠.٨٠٦	١.٣٥٠	٤.٦٠٠	١.٦٣٣	٤.٠٠٠	الدرجة	القدرة على الطفو الأفقي على البطن
٠.٩٨٥	٠.٩٧١	٠.٤٨٠	٣.٧٤٥	٠.٥٠٣	٣.٥٩٠	متر	القدرة على الانزلاق على البطن
٠.٨٧٤	٠.٧٦٤	٠.٩٧٢	٥.٥٠٠	٠.٨٢٣	٤.٧٠٠	عدد	اخذ الشهيق واخرجه في الماء
٠.٩٩٣	٠.٩٨٧	٠.٧٣٢	٥.٠٢٥	٠.٧٠٨	٤.٨٦٥	متر	ضربات الأطول مسافة
٠.٩٩٣	٠.٩٨٨	٠.٥١٦	٧.٦٥٠	٠.٥١٤	٧.٤٢٥	متر	حركات الذراعين لأطول مسافة
٠.٨٤٣	٠.٧١١	٠.٨٠١	٦.٣٣٠	٠.٤٩٨	٥.٤٣٣	درجة	السباحة ٢٠متر
٠.٩٢١	٠.٨٤٩	٠.٥٩٠	٣.٥٧٥	٠.٦٦٧	٣.٠٧٥	متر	مسافة قفزة البدايه

قيمة ر الجدولية عند مستوي (٠.٠٥) = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (٨) ان قيمة ر المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوي (٠.٠٥) ما بين التطبيقين الاول والثاني في الاختبارات المهارية حيث تراوحت قيم الارتباط ما بين (٠.٧١١ ، ٠.٩٨٨) مما يدل على ان الاختبارات المهارية قيد البحث على درجة مقبولة من الثبات ، كما تراوحت قيم معامل الارتباط الذاتي ما بين (٠.٨٤٣ ، ٠.٩٩٣) وهي قيم دالة احصائيا عند مستوي (٠.٠٥) مما يدل على ان الاختبارات على درجة مقبولة من الصدق..

خطوات إعداد البرامج التعليمية باستخدام اسلوب التعلم التعاوني :

\* تحديد الأهداف العامة للبرنامج:-

بعد الإطلاع علي المراجع العلمية والدراسات السابقة بهدف التعرف علي الأسس التي ينبغي مراعاتها عند تحديد الاهداف وكيفية صياغتها ومعاييرها، وبتحديد الهدف العام من الدراسة

وذلك للتعرف علي أثر استخدام أسلوب التعلم التعاوني في تعليم مهارة سباحة الزحف علي البطن قام الباحث بتحديد الأهداف العامة لبرنامج البحث ( التعلم التعاوني ) طبقاً لجوانب التعلم وتتمثل فيما يلي:

- الهدف المهاري: يتمثل في إكساب المبتدئين كيفية الأداء الفني والمهاري والخطوات التعليمية لسباحة الزحف علي البطن.
- الهدف الوجداني: يتمثل في إكساب المبتدئين بعض الإنطباعات الإيجابية نحو استخدام أسلوب التعلم التعاوني لتعليم مهارة سباحة الزحف علي البطن.

#### أسس وضع البرنامج :-

لقد راعي الباحث مجموعة من الأسس العلمية عند إعداد البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب التعلم التعاوني لتعليم سباحة الزحف علي البطن للمبتدئين علي اعتبار أن هذه الأسس معايير للبرنامج التعليمي وتتمثل فيما يلي:

- تصميم البرامج طبقاً للأسس العلمية.
- مراعاة خصائص النمو وميول واتجاهات المبتدئين .
- مرونة البرامج وقابليته للتطبيق العملي.
- أن يناسب محتواه أهداف البرامج .
- أن تتميز البرامج بالبساطة والتنوع والوضوح.
- أن يضيف محتوى البرامج المرح والسرور والتشويق والسعادة.
- أن يراعي في البرامج تنميه الجانب الإبداعي والابتكاري لدي المبتدئين.
- أن يراعي مبدأ التدرج من السهل إلي الصعب ومن البسيط إلي المركب في تعليم المهارة.
- ملائمة محتوى البرامج لمستوي قدرات المبتدئين بما يسمح باستثارة دافعيتهم لتحقيق العائد التربوي.
- أن يحقق محتويات البرامج مبدأ التفاعل وتكامل الشخصية من حيث علاقة الطفل مع ذاته.
- أن تتيح فرصة الاشتراك والممارسة لكل طفل في وقت واحد ومراعاة الفروق الفردية بين المبتدئين.
- مراعاة توفير المكان والإمكانيات المتاحة لتنفيذ البرامج مع الاهتمام بعوامل الأمن حرصاً علي سلامه المبتدئين.
- مراعاة إشباع حاجات المبتدئين من النشاط والحركة بين النشاط والراحة.
- مراعاة استخدام أدوات مساعدة وإمكانيات مناسبة عند تنفيذ محتوى البرامج .

## \* الإطار العام لتنفيذ البرامج التعليمية:-

- \* وقد راعى الباحث علي أن يكون الإطار العام لتنفيذ البرنامج التعليمي علي النحو التالي :-
- تصميم الدروس التعليمية.
  - مدة تطبيق البرنامج التعليمي المعد باستخدام أسلوب التعلم التعاوني (٦) سته أسابيع لمدة شهر ونصف.
  - ينفذ برنامج التعليم من خلال وحدات تعليمية بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع ، وبذلك يصبح عدد الوحدات التعليمية (١٢) اثني عشر وحدة .
  - زمن تنفيذ الوحدة التعليمية (٦٠) دقيقة .
  - وقد راعي الباحث عوامل الضبط التجريبي بين مجموعة الدراسة في المتغيرات التجريبية المتعلقة بتصميم الدروس التعليمية حيث تم توحيد الزمن الكلي، وزمن أجزاء الدرس، ومحتوي الدروس، والامكانات المادية بين كلا من المجموعتين، وكان الاختلاف الوحيد هو أسلوب التدريس فقط.
  - أجزاء الدرس بعد إدخال البرنامج التعليمي كما هو موضح بالجدول ويكون علي النحو التالي:

## جدول (9)

## الإطار العام لتنفيذ الوحدات التعليمية

نموذج لمجموعة التعلم التعاوني	
الفترة الزمنية	أجزاء الوحدة التعليمية
١٠ دقائق	الجزء التمهيدي
٤٥ دقيقة	الجزء الرئيسي
٥ دقائق	الجزء الختامي
٦٠ دقيقة	الإجمالي

## الامكانات اللازمة لتنفيذ البرنامج التعليمي:-

قام الباحث بتحديد الأدوات والأجهزة اللازمة لتنفيذ البرنامج التعليمي وذلك علي النحو

التالي:

- حمام سباحة.
- صافرة
- ساعة إيقاف.
- وسائل تعليمية .
- أقماع وأطواق .

- صافرة .
- أساليب التدريس المستخدمة:-
- قام الباحث بإستخدام برنامج تعليمي بإستخدام أسلوب التعلم التعاوني مع المجموعة التجريبية
- وفيما يلي نموذج للدرس التي تم استخدامها بإستخدام أسلوب التعلم التعاوني مع المجموعة التجريبية
- وحدة تعليمية لتعليم المهارات الأساسية فى سباحة الزحف على البطن بأسلوب التعلم التعاوني
- الوحدة التعليمية : الأولى
- زمن الوحدة : ٦٠ دقيقة
- الهدف التعليمي: التعرف على البيئة المائية (الثقة والتعود على الماء) ، والنزول تحت سطح الماء مع كتم النفس وفتح العينين، التحرك للإمام والخلف ، القفز إلى الماء بالرجلين وبالرأس من ارتفاعات مختلفة.
- أسماء الفريق:
- ١. قائد (يحدد المهارات)
- ٢. موضح (يؤدى نموذج للمهارة)
- ٣. مؤدى
- ٤. حكم (يحدد صحة أو خطأ الأداء )
- ٥. مقرر يكتب ويسجل كل مايدورثم يعرضه على المجموعات الأخرى

التكرار والزمن	المحتوى	الهدف	أجزاء الدرس
٥ق	- الجرى الخفيف حول السباحة مع عمل مرجحات للذراعين بالتبادل أماما وخلفا	- الاحماء والتمرينات (خارج الماء)	التمهدي
٣ق	- (وقوف.فتحا.مسك الساقين باليدين انحناء) ثنى الجذع مع الضغط لأسفل		
٢ق	- (وقوف فتحا) تبادل ثني الجذع على الجانبين.		
١٠ق	- المشى من جانب الحوض إلى الجانب الآخر ممسكا حافة الحمام	- الابتعاد عن الخوف والشعور بالأمان.	
١٠ق	- نفس التمرين السابق بدون مسك الحافة	- التعود على الماء والتحرك دون	

١٠ ق	- من الوقوف يقوم المتعلم بأخذ الشهيق ثم يثنى ركبتيه لنزول الرأس بالكامل للماء ويخرج الزفير ببطء على شكل فقاقيع	خوف - وضع الوجه في الماء مفتوح العينين	
٥ق	- من الوقوف يقوم المتعلم بأخذ الشهيق ثم يثنى ركبتيه لنزول الرأس بالكامل للماء وتفتح العين لالتقاط بعض الاشكال الملونة من قاع الحمام	- وضع الرأس في الماء والسماع - أخذ شهيق من الفم وإخراج الزفير من الأنف	
٥ق	- يقف المتعلم مواجه للحائط في الجزء الضحل ويمسك حافة الحمام ويأخذ نفسا عميقا ثم يغوص بالجسم في الماء كليا حتى يتم فرد الزراع		
٥ق	- المشى الخفيف إلى نهاية الحمام والعودة.	التهدة	الختامي
٥ق	أخذ الغياب والخروج من الماء		

### الإجراءات التطبيقية للبحث:-

#### \* الدراسة الاستطلاعية:-

قام الباحث بإجراء الدراسة الإستطلاعية في الفترة من ١٢/٢/٢٠٢١م إلي ١٥ /٢ /٢٠٢١م ، حيث تم تنفيذها علي عينة قوامها (١٠) مبتدئين مماثلة لعينة البحث ومن غير العينة الأصلية وكان الهدف منها:

- التعرف علي المشاكل التي تواجه عملية التنفيذ.
- تدريب المساعدين علي القياسات القبلية.
- معرفة مدي مناسبة البرنامج لقدرات المبتدئين واختبار صلاحية المكان المستخدم لتنفيذ البرنامج.
- تجربة الأدوات والتأكد من صلاحيتها، وتدريب المبتدئين علي كيفية إستخدامها.
- وقد أسفرت النتائج علي ملائمة البرنامج للهدف المراد تحقيقه.

#### القياس القبلي:-

تم تنفيذ القياس القبلي علي مجموعه الدراسة(التجريبية) لكلا من متغيرات الدراسة التالية(الأداء المهاري)، وذلك ١/٣/٢٠٢١م .

الدراسة الأساسية:-

تم تطبيق الدراسة الأساسية علي مجموعه الدراسة(التجريبية) في الفترة من ٣/٣/٢٠٢١م إلي ١٨ /٤ /٢٠٢١م، وذلك بواقع (٦) أسابيع لمدة شهر ونصف، من خلال وحدتين تعليمية في الأسبوع، وبذلك يصبح عدد الوحدات التعليمية (١٢) درس، وقام الباحث بتطبيق الوحدات التعليمية المعدة بإستخدام التعلم التعاوني علي مبتدئين المجموعة التجريبية

## القياس البعدي:-

بعد إنتهاء المدة المحددة من تنفيذ التجربة الأساسية لتطبيق البرنامج التعليمي المعد بإستخدام التعلم التعاوني علي مبتدئين المجموعة التجريبية ، قام الباحث بإجراء القياس البعدي لعينة الدراسة لكل من متغيرات الدراسة التالية (الأداء المهاري) في ٢٠/٤/٢٠٢١ م

المعالجات الإحصائية المستخدمة في البحث:-

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج قام الباحث بتجميع النتائج بدقة وتنظيمها ومعالجتها إحصائياً بإستخدام برنامج الحزم الإحصائية SPSS للعلوم الإجتماعية، وذلك بإستخدام المعاملات العلمية التالية:

- المتوسط الحسابي.
  - معامل الارتباط.
  - النسبة المئوية.
  - الإنحراف المعياري.
  - إختبار (ت) لدلالة الفروق.
  - معامل الإلتواء
- عرض النتائج ومناقشتها:-

## جدول(10)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية التي استخدمت أسلوب التعلم التعاوني في تعلم مهارات سباحة الزحف علي البطن قيد الدراسة

ن = ٢٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)
			ع	س	ع	س	
١	القدرة على الطفو الاقفي على البطن	الدرجة	٦.٥٠	٤.٣٥٠	٧.٥٠	٦.٣٩	١٤.٠٥
٢	القدرة على الانزلاق على البطن	متر	١.١٢	٤.٤٥٣	٧.٣٠	١.١٢	٥.٥٩
٣	اخذ الشهيقي واخرجة في الماء	عدد	٩.١٠	٦.٥٥٠	٨.٢٠	٨.٠٦	١١.٨٣
٤	ضربات الرجلين لأطول مسافة	متر	١.١٤	٧.٣٠٦	٩.٦٠	١.١٤	١٢.٠٧
٥	حركات الذراعين لأطول مسافة	متر	٠.٩٢	٨.٣٧٥	٩.٢٠	١.٠١	١٢.٣٦
٦	سباحة لمسافة ٢٠ متر	درجة	٢.٣٤	١٣.٤٧٥	١٦.٣٠	٢.٤٧	٩.٨٧
٧	مسافه قفزه البدايه	متر	٠.٩٢	٧.٦٧٥	٨.٦٠	٠.٩٤	٧.٣٨

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية(١٨) ومستوي دلالة معنوية (٠.٠٥) = ١.٧٧

## يتضح من الجدول (١٠) ما يلي:

وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات القياسين (القبلي والبعدي) للمجموعة التجريبية التي استخدمت أسلوب التعلم التعاوني في تعلم مهارات سباحة الزحف علي البطن(قيد الدراسة) لصالح القياس البعدي حيث إن قيمة(ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند

مستوي معنوية (٠.٠٥)، مما يدل علي تحسن المجموعة التجريبية في أداء مهارات سباحة الزحف على البطن بدرجة دلالة معنوية.

يتضح من نتائج وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية التي استخدمت أسلوب التعليم التعاوني في تعلم مهارة سباحة الزحف علي البطن(قيد البحث) لصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية، مما يشير أن التدريس بأسلوب التعليم التعاوني قد ساهم إيجابيا علي تعليم مهارة سباحة الزحف علي البطن لطلاب المجموعة التجريبية.

ويعزو الباحث هذا التقدم الذي طرأ علي طلاب المجموعة التجريبية إلي أن التدريس بأسلوب التعليم التعاوني ، وذلك تحديد المشكلة ووضع الخطوات المطلوب تعلمها وإعطاء فكرة واضحة عن كيفية الأداء السليم، والانتظام والاستمرار في الممارسة والتعلم مع تقديم مجموعة من الخطوات التعليمية والتدرج من السهل إلي الصعب والتكرار من جهة الطلاب، إضافة إلي التنافس المستمر بين السباحين لتقديم الأفضل مما يؤثر إيجابيا في كفاءة مستوى الأداء المهاري والإرتقاء بمستوي الأداء وأداء المهارة بشكل أفضل، مع قيام الباحث بتصحيح الأخطاء للسباحين والقيام بالتغذية الراجعة من جانب المعلم أثناء عملية التعلم كل هذا أتاح للمتعم فرصة جيدة لكي يتعلم بشكل جيد.وفي هذا الصدد يشير كلا من " نوال شلتوت، عفت الطنطاوي (٢٠٠٧م) (٨)

ويعزو الباحث هذا التقدم الذي طرأ علي المتعلمين بالمجموعة التجريبية في تعلم مهارة سباحة الزحف علي البطن لبرنامج السباحة إلي مدي أهمية إستخدام التعلم التعاوني في العملية التعليمية، حيث أتاح فرصة للمتعلمين من التعاون كمجموعات تعاونية في تعلم المهارات الأساسية لرياضة في سباحة الزحف على البطن من خلال التعاون، وتقدم خبرات يربوية للمتعلمين ساعد علي مراعاة الفروق الفردية وإستغلال زمن التعلم بطريقة مثلي قد سمح للمتعلمين بالمرونه المناسبة للتعامل مع المعلومات بما يناسب كل طالب مما أدي إلي حدوث تحسن في عملية التعلم، وكل ذلك يقدم تفاعلا جيدا من نوعه يثير إهتمام المتعلمين ويحفزهم علي بذل المزيد من الجهد وعدم شعورهم بالملل، وأن التعلم التعاوني ساعد علي سرعة إستيعاب المهارات وزيادة الدافعية وتحقيق أفضل معدلات للأداء المهاري.

ويوضح كلا من "محروس قنديل ، محمد شحاته ، أحمد الشاذلي (١٩٩٨م)" أن أساليب التعلم غيرالتقليدية تعمل علي جذب انتباههم نحو التعلم فعملية التعلم من خلال البرنامج التعليمي تتم بكل حماس لانهم يجيدون فيه ما يتناسب مع قدراتهم ويحاولون الارتقاء بهذه القدرات حتي يصل

الي مستوى الاداء المطلوب حيث ان البرنامج التعليمي يحقق لهم اقصى ما تسمح به قدراتهم  
(٥:٧٧) .

ويري الباحث أن التعلم التعاوني قد وفر عنصر التعاون والتشويق والإثارة وعاملا يساعد علي التخلص من التعلم التقليدي، وكان مناسباً إلي درجة كبيرة مما كان له الأثر الفعال في توصيل المعلومات للمتعلمين ، وفي هذا الصدد تتفق تلك النتيجة مع نتائج دراسة كلا من " أمير صبرى (٢٠٠٥)، (١)

#### الاستنتاجات:

- تأثير البرنامج التعليمي المعد باستخدام التعلم التعاوني وتوافر وسائل تقديم المحتوى بما يتناسب مع المتعلمين، وأدي ذلك إلي جذب انتباههم وزيادة التركيز وعدم الشعور بالملل وإثارة اهتمامهم وحماسهم وتشويقهم وحثهم علي بذل المزيد من الجهد عقليا وعمليا،
- أتاح فاعلية أكثر للأداء العملي والممارسة الفعلية وزيادة فرص النجاح وتقليل الاستجابة الخاطئة مما يؤدي إلي تجنب سلبية المتعلمين
- زيادة مشاركتهم الإيجابية في إكتساب الخبرة بالإضافة إلي تقليل الشرح أثناء التعليم الذي يمثل مضيعة للوقت الفعلي للممارسة مما ادي الي زياده استيعاب المتعلمين في التطبيق العملي
- التغذية الراجعة المستمرة المصاحبة للبرنامج كل ذلك ادي الي التفاعل المتميز لطلاب المجموعة التجريبية
- أن التعليم يتأثر بطرق التدريس إلي حد ما التي يتبعها المعلم لذا فإن التعليم الذي يقوم علي أساس من التجريب والتطبيق ينتقل أثره أسرع وأسهل من بالتعاون والحماس ومساعدة المتعلمين بعضهم لبعض وقد ظهرت أساليب وطرق تدريس تساعد علي توجيه الطلاب لإكتساب المهارات المختلفة

#### التوصيات :-

- في حدود نتائج دراسته وما تم التوصل اليه من استنتاجات يوصي الباحث بما يلي:
١. استخدام أسلوب التعلم التعاوني عند تعليم المهارات الأساسية في سباحة الزحف على البطن.
  ٢. تشجيع معلمى مدارس السباحة في الأندية الرياضية استخدام اساليب أخرى مختلفه لتعليم المهارات الأساسية في سباحة الزحف على البطن بما يتمشي مع الامكانيات المتاحة.
  ٣. عقد دورات صقل وتأهيل لمعلمي السباحة بهدف اعدادهم لاستخدام الاساليب العلميه الحديثه في تخطيط وتنفيذ وتقويم دروس السباحة المختلفه واستخدام تلك الاساليب لمزيدا من التعلم والتقدم لكافه المتعلمين بمدارس السباحة.

٤. الاهتمام بإجراء دراسات جديدة علي سباحات أخرى وعلي عينات مختلفة واستخدام أكثر من أسلوب لمزيدا من التقدم والرقى .

#### أولا : المراجع العربية

١. أمير صبرى بدير أبو العطا (٢٠٠٥) : فاعلية استخدام أسلوب التعلم التعاوني والتبادلي علي التحصيل المعرفي و المهاري لبعض مهارات كرة اليد لتلاميذ المرحلة الإعدادية "، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة .

٢. حسن حسين زيتون(٢٠٠٣) استراتيجيات التدريس رؤية معاصرة لطرق التعليم والتعلم، عالم الكتب، القاهرة مهارات التدريس، دار العالمية للنشر ، القاهرة

٣. سناء محمد سليمان التعلم التعاوني ( أسسه - استراتيجياته - تطبيقاته ) عالم الكتب، الطبعة الأولى ، القاهرة

٤. لمياء حسن الحيوان(٢٠٠٥): أثر استخدام تأثير أساليب تدريسية مختلفة في تنمية بعض القدرات الإبداعية الحركية في درس التربية الرياضية. جامعة البصرة كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٦م

٥. محروس محمد قنديل ، محمد ابراهيم شحاته ، أحمد الشاذلي (١٩٩٨) : أساسيات التمرينات البدنية ، منشأه المعارف ، الاسكندرية .

٦. مديحة حسن عبد الرحمن(١٩٩٣م): فعالية استراتيجية التعلم التعاوني على تحصيل تلاميذ المرحلة الابتدائية للرياضيات، مجلة التربية، العدد ٢٩ المجلد الثانى، جامعة أسيوط .،

٧. مصطفى مسعد نصار(٢٠١٠) بناء برنامج تعليمي بسوف يستخدم أسلوب العصف الذهني وتأثيره في اكتساب المهارات التدريسية للطالب المعلم بشعبة التدريس بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ،جامعة الاسكندرية ،

٨. نوال ابراهيم شلتوت ، عفت الطنطاوي (٢٠٠٧): طرق التدريس في التربية الرياضية التدريس للتعليم والتعلم ج ٢ ، دار الوفاء لدينا للطباعة ، الاسكندرية .

٩. وائل عبد المعطى خلف الله (٢٠٠٢م): فعالية استخدام بعض أساليب التدريس فى تعلم مهارات السباحة ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان .،

#### ثانيا : المراجع الاجنبية

10. Baumberger – Henry M(2005): Cooperative learning and case study: does the combination improve student's perception of problem – solving and decision making skills?, National Center for Biotechnology Information, U.S. National Library of Medicine,.
11. Siau , k,l, 1995 , Daeyl Grop creativity and teahnology "journal of creative behavior , , Sport Education What is Sport Educationand How it work ? Journal of physical Education recreation and Dance Vol 29, no ,3pp,201-216