

An effect of the educational water games program was to develop some motor abilities and learn swimming for beginners

Asst. Lect. Mazen Kazim Nassif*, Prof. Dr. Maytham Latif Ibrahim

¹ College of Physical Education and Sport Sciences, University of Babylon, Iraq.

* Corresponding author, Email: mazin.obaidi@student.uobabylon.edu.iq

Received: 11/07/2023

Accepted: 30/08/2023

Abstract

The study aimed to prepare an educational program with water games to develop some motor abilities and learn free swimming for beginners, and to identify the effect of the educational program with water games to develop some motor abilities and learn free swimming for beginners.

The researchers used the experimental method in the manner of the two (equivalent) groups, the experimental and the control equally, due to its suitability to the nature of the problem. The research sample (24) beginners were divided into two groups, so the number of the experimental group was (12) beginners and the same number of the control group (12) beginners, and after completing the testing and measurement process for the research variables for the pre and post tests, and then applying the research experiment, the results were **reached as follows**:

1-There are statistically significant differences in favor of the educational program in developing the motor abilities under study.

2-There are statistically significant differences in favor of the educational program in developing the performance of freestyle swimming for beginners?

The researchers recommend the following:

1-Adopting the educational water sports program to teach different levels in the free swimming event.

2-Using modern means and tools to learn freestyle swimming for beginners

Keywords: educational program, water games, motor abilities, free swimming.

اثير برنامج تعليمي بالألعاب المائية في تطوير بعض القدرات الحركية وتعلم السباحة الحرة للمبتدئين

م.م. مازن كاظم نصيف، أ.د. ميثم لطيف ابراهيم برين

¹ لية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بابل، العراق.

*البريد الالكتروني للمؤلف المراسل: mazin.obaidi@student.uobabylon.edu.iq

الخلاصة

هدفت الدراسة إلى اعداد برنامج تعليمي بالألعاب المائية لتطوير بعض القدرات الحركية وتعلم السباحة الحرة للمبتدئين , والتعرف على تأثير البرنامج التعليمي بالألعاب المائية لتطوير بعض القدرات الحركية وتعلم السباحة الحرة للمبتدئين . استخدم الباحثان المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين (المتكافئتين) التجريبية والضابطة بالتساوي لملائمته لطبيعة المشكلة , وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية (القرعة), والمتمثلة بالمشاركين (المبتدئين) في الدورات الصيفية التعليمية وبأعمار (10 - 12) سنة في المسبح الاسباني في بابل , وبلغ عدد افراد عينة البحث (24) مبتدئاً قسمت الى مجموعتين فكان عدد المجموعة التجريبية (12) مبتدئاً وبالعدد نفسه للمجموعة الضابطة (12) مبتدئاً, وبعد اتمام عملية الاختبار والقياس لمتغيرات البحث لاختبارين القبلي والبعدي وبعدها تطبيق تجربة البحث تم التوصل الى النتائج وكالاتي:

1. وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح البرنامج التعليمي في تطوير القدرات الحركية قيد البحث.
 2. وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح البرنامج التعليمي في تطوير اداء السباحة الحرة للمبتدئين . ويوصي الباحثان بالاتي :
 1. اعتماد البرنامج التعليمي بالألعاب المائية تعليم مستويات مختلفة في فعالية السباحة الحرة.
 2. استعمال الوسائل والادوات الحديثة في تعلم السباحة الحرة للمبتدئين.
- الكلمات المفتاحية:** برنامج تعليمي، الألعاب المائية، القدرات الحركية , السباحة الحرة .

-المقدمة

تعد رياضة السباحة من الرياضات المهمة، والتي أصبح من الضرورة على الإنسان تعلمها، ذلك لما لها من أهمية في اجتياز الكثير من المواقف التي يتعرض اليها الإنسان، بحيث انها قد تنقذ حياته في موقف ما قد يتعرض فيه الانسان للغرق إذ لم يتقن أداءها، وبما ان السباحة الحرة أكثر استخداماً مع للأطفال المتعلمين المبتدئين إذ أصبحت هذه السباحة حاجة مطلوبة بل وضرورية فهي تأتي بالمركز الاول بين انواع السباحة والتي يرغب الاطفال تعلمها وتناسب المبتدئين في جميع الاعمار وذلك لسهولة تعلمها لكلا الجنسين. وتكمن أهمية البحث من خلال اعداد برنامج تعليمي بالألعاب المائية تساعد القائمين على العملية التعليمية في تطوير اهم القدرات الحركية وتعلم اداء السباحة الحرة للمبتدئين.

أما مشكلة البحث فتضمنت , ان السباحة من الرياضات التي تمارس في وسط مائي (بيئي) مختلف عن البيئة المعتادة لدى المتعلم (اليابسة) لذلك يأخذ التعلم وقتاً طويلاً في التعليم ومن خلال متابعة الباحثان للمتعلمين في الدورات الصيفية وبمساعدة المدربين في هذه الدورات وجد ان هناك صعوبة في تعلم اداء السباحة الحرة وخاصة في عملية التوافق بين ضربات اليدين والرجلين والتنفس لذا ارتأى الباحثان بإيجاد حلول جذرية من خلال اعداد برنامج تعليمي باستخدام الألعاب المائية والوسائل التعليمية التي تثير الرغبة والحماس لدى المتعلمين وتكسبهم مجموعة من المهارات الأساسية على امل ان يحدث تطور في القدرات الحركية وتعلم الاداء للسباحة الحرة للمبتدئين وهذا ما دفع الباحثان لدراسة هذه المشكلة .

أن أهداف البحث شملت اعداد برنامج تعليمي بالألعاب المائية في تطوير اهم القدرات الحركية وتعلم السباحة الحرة للمبتدئين وكذلك التعرف على تأثير البرنامج التعليمي بالألعاب المائية في تطوير اهم القدرات الحركية وتعلم السباحة الحرة للمبتدئين .

1-2 منهج البحث:-

اختار الباحثان المنهج التجريبي وذلك لملائمته لحل مشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

من الامور الواجب مراعاتها في البحث العلمي اختبار عينة تمثل المجتمع الاصلي تمثيلاً صادقاً وحقيقياً "اذ ترتبط عملية اختيار العينة ارتباطاً وثيقاً بطبيعة البحث المأخوذ من العينة كونها تمثل الجزء الذي يمثل المجتمع الاصلي او النموذج الذي يجري الباحث مجمل ومحور عمله عليه". (وجيه محجوب، 2002، 164)

تم تحديد مجتمع البحث من المشاركين المبتدئين في الدورات التعليمية الصيفية في محافظة بابل – المسيح الاسباني – بأعمار (10 – 12) سنة والبالغ عددهم (70) مشاركاً، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية (الفرعة) البالغ عددهم (24) مشاركاً موزعين بالتساوي على مجموعتين تجريبية وضابطة لكل مجموعة (12) مشاركاً.

2-3 الأدوات والوسائل والأجهزة المستخدمة في البحث:-**1-3-2 أدوات البحث:-**

- الملاحظة.

- المقابلات الشخصية.

- الاستبانة.

- المصادر والمراجع.

2-3-2 الوسائل والأجهزة المستخدمة في البحث:-

- جهاز لابتوب نوع (HP) صيني الصنع.

- ميزان طبي لقياس الوزن.

- آلة تصوير نوع (Sony) عدد(2) .

- ساعة توقيت الكترونية عدد (2) نوع (CASIO) يابانية الصنع.

- شريط قياس بطول (25) متر وطول (2) متر.

- اطواق ملونه عدد (24).

- كرات ملونه عدد (6).

- اقراص (CD) للتصوير.

- نظارات للسباحة عدد (12).

- مسبح عدد (2).

- صافرة عدد(3) نوع (fox) .

- ادوات الانقاذ والامان(خط الحياة، الحلقة الطافية، طوق الانقاذ، عصا الانقاذ)

2-4 الاختبارات المستخدمة في البحث :**1-4-2 تحديد اختبارات القدرات الحركية:**

بعد الاطلاع على المصادر العلمية والدراسات السابقة في مجال اختبارات القدرات الحركية (المرونة , التوازن , التوافق), تم اعداد استبانة استبانة حول تحديد انساب الاختبارات, وعرضها على السادة الخبراء والمختصين في مجال التعلم الحركي والسباحة والبالغ عددهم (8) خبيراً ومختصاً , لأخذ آرائهم لتحديد الاهمية النسبية للاختبارات المرشحة , وتم الاتفاق على الاختبارات الاتية :

الاختبار الأول : اختبار المرونة: (محمد صبحي : 1995 , 350)

• اسم الاختبار : اختبار مرونة الكتف.

• الغرض من الاختبار : قياس مرونة الكتف .

• الأدوات المستخدمة : قائم مدرج بالسنتيمتر، يثبت عمودياً على الارض بحيث يكون صفر التدرج موازياً للأرض ، ملحق بالقائم عارضة صغيرة موازية للأرض وقابلة للحركة على الحامل لأعلى ولأسفل المسطرة .

- **وصف الأداء :** من وضع الرقود الزراعين عالياً واليدان ممسكتان بمسطرة بحيث تكون موازية للأرض ، يقوم المختبر برفع الذراعين خلفاً الى أقصى مسافة ممكنة دون حدوث انثناء في المرفقين ، ويقوم المحكم الجالس امام المختبر بتحريك السطح السفلي للمسطرة التي يمسكها المختبر .
- **التسجيل :** مرونة المختبر هي المسافة من الارض حتى العارضة الملامسة للسطح السفلي للمسطرة التي يمسك به تحسب المسافة بالسنتيمتر .
- **الاختبار الثاني : اختبار التوازن:** (يعرب خيون : 1987 ، 146)
- **اسم الاختبار :** الركض على عارضة التوازن .
- **الغرض من الاختبار :** قياس الموازنة المتحركة .
- **الأدوات المستخدمة :** عارضة توازن و ساعة توقيت .
- **وصف الأداء :** يبدأ المختبر من إحدى نهايتي العارضة ثم محاولة الركض وينتهي عند اجتياز المختبر نهاية العارضة عند العودة .
- **التسجيل :** يعطى المختبر محاولتين وتحسب المحاولة الأقل وقتاً .
- **الاختبار الثالث : اختبار التوافق :** (ريسان خريبط : 1989 ، 171)
- **اسم الاختبار :** اختبار نط الحبل .
- **الغرض من الاختبار :** قياس التوافق .
- **الأدوات المستخدمة :** حبل طوله (24) بوصة، يعقد من طرفيه بحيث تكون المسافة بين العقدتين (16) بوصة، وهي المسافة التي سيتم الوثب من بينها، ويترك مسافة (4) بوصة خارج كل عقدة لاستخدامها في مسك الحبل .
- **وصف الاداء :** يمسك المختبر الحبل من الاماكن المحددة، ثم يقوم بالوثب من فوق الحبل بحيث يمر من الامام وأسفل القدمين، يكرر هذا العمل (5) مرات .
- **التسجيل :** يسجل عدد مرات الوثب الصحيح من الخمس محاولات التي يقوم بها المختبر .

2-4-2- الاداء الفني في السباحة الحرة:

- **اسم الاختبار:** اختبار السباحة الحرة لمسافة 15م.
- **الغرض من الاختبار:** قياس مستوى الأداء الفني في السباحة الحرة والقدرة على أداء ضربات الرجلين وحركات الذراعين والتنفس.
- **الأدوات المستخدمة:** حوض سباحة، شريط قياس، صافرة، أعلام لتحديد المسافة، حبل النجاة
- **وصف الاداء:** يقف المتعلم داخل الحوض، ممسكا الحائط بإحدى اليدين، ثم يدفع الحائط بالقدمين معاً، وعند الإشارة يبدأ السباحة دون توقف حتى قطع مسافة الاختبار.
- **التسجيل:** أعتد الباحثان في تقييم الأداء الفني على استمارة تقييم الاداء المعدة من قبل وفيقة مصطفى. (وفيقة مصطفى سالم، 1997، 414) والمعدلة من قبل (وضاح غانم سعيد، 2004، 109) إذ قسمت المهارة على التقسيم نفسه الذي يتم به تعلم مهارات السباحة الحرة والتي تتكون من (ضربات الرجلين، حركات الذراعين، التنفس، التوافق)، وأعطيت درجات لكل جزء من المهارات وكالاتي:
- (15) درجة لمهارة ضربات الذراعين .
- (9) درجات لمهارة ضربات الرجلين.
- (12) درجة لمهارة التنفس .
- (6) درجات لمهارة التوافق.
- ويكون التقييم عن طريق الخبراء (الحكام) بحسب التفاصيل المثبتة فيها.

2-5- الاختبارات القبلية :

اجريت الاختبارات القبلية في القدرات الحركية ومهاتي كتم النفس والطفو في الماء على مجموعتي البحث (الضابطة ، التجريبية) البالغ عددهم (24) مشارك من المشاركين المبتدئين في الدورات التعليمية الصيفية بإعمار (10 – 12) سنة ، وذلك في يومي الاحد والاثنين المصادف (3-2022/7/4) في الساعة الخامسة مساءً في المسبح الاسباني في محافظة بابل.

2-6- البرنامج التعليمي:

قبل تنفيذ البرنامج التعليمي شارك الباحثان في دورات (تعلم السباحة) لعينات مماثلة لعينة البحث قبل الشروع بتطبيق برنامجهم لمعرفة كيفية الية تطبيق برامج الدورات، وماهي الوسائل والادوات المطبقة في ذلك البرنامج، كذلك الوقوف على نقاط الضعف عند المتعلمين من خلال التشاور مع المدربين لغرض تلافيتها اثناء تطبيق برنامجهم.

وقام الباحثان بإعداد برنامج تعليمي باستخدام الالعب المائية وتطبيقه على عينة البحث (المجموعة التجريبية) مستنداً في اعداده على الاسس العلمية للتعلم الحركي، فضلاً عن المقابلات الشخصية مع السادة الخبراء والمختصين، في مجال السباحة والتعلم الحركي، واستخدم الطريقة (الجزئية – كلية – جزئية) ، والطريقة (كلية – جزئية) مع التمارين خارج الماء.

مدة تنفيذ مفردات البرنامج التعليمي (4) اسابيع (لان الفترة المحدد ضمن برنامج الدورات التعليمية الصيفية هي شهر واحد)، عدد الوحدات التعليمية في الاسبوع الواحد (اربع وحدات)، بلغ عدد الوحدات التعليمية الكلية (16) وحدة تعليمية ، بدأ البرنامج التعليمي من يوم الثلاثاء المصادف 2022/7/5 الى يوم الجمعة المصادف 2022/8/5 ، وبلغ زمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة موزعة حسب الاتي :

- الجزء التمهيدي ويتضمن الاحماء وبلغ زمنه (12) دقائق (ضمن عمل مدرب الدورات التعليمية)
- الجزء الرئيسي بلغ زمنه (70) دقيقة ويتكون من:
- أ- القسم التعليمي بلغ زمنه (10) دقيقة، (يتضمن عرض مقطع فيديو اضافة الى شرح الية عمل المهارة بنموذج، وكذلك يتضمن اعطاء التغذية الراجعة للمتعلمين).

ب- القسم التطبيقي بلغ زمنه (60) دقيقة, إذ يتضمن منه (10) دقائق إعادة المهارات السابقة, ويتضمن (50) دقيقة للتمرينات والالعاب المائية.

وتوزع البرنامج التعليمي على الشكل الآتي :

- 1- الثقة بالماء- العاب مائية- تنظيم تنفس.
 - 2- تنظيم التنفس – العاب مائية- الطفو.
 - 3- الطفو – العاب مائية – تنظيم التنفس - تمارين عملية التنفس.
 - 4- الطفو-الانسياب - تمارين عملية التنفس – ضربات الرجلين.
 - 5- الطفو-الانسياب تمارين عملية التنفس – ضربات الرجلين مع الانسياب.
 - 6- الانسياب –العاب مائية -عملية التنفس مع الانسياب.
 - 7- الانسياب ضربات الرجلين-عملية التنفس مع الانسياب.
 - 8- التنفس مع الانسياب بضربات الذراعين- العاب مائية.
 - 9- اداء السباحة الحرة بشورت الطفو المصمم.
 - 10- تكرار بدون الادوات المصممة.
- الجزء الختامي تضمن نشاط داخل المسبح والخروج منه مدته (5) دقائق (ضمن عمل مدرب الدورات التعليمية) .

وراعى الباحثان في وضع مفردات التمرينات باستخدام الالعاب المائية ما يأتي:

1. تنوع التمرينات والالعاب المائية لزيادة التفاعل بين افراد المجموعة التجريبية.
 2. التدرج من السهل الى الصعب في تنفيذ تمرينات الوحدة التعليمية.
 3. يتضمن البرنامج ألعاب مائية تساعد في سرعة تعلم المهارة .
- اما بالنسبة للمجموعة الضابطة سيتم تنفيذ البرنامج المعد في الدورات التعليمية من قبل المدرب.

2-7 الاختبارات البعدية :

بعد تطبيق البرنامج التعليمي , قام الباحثان بأجراء الاختبارات البعدية لعينة البحث والتي تتضمن اختبار القدرات الحركية والاداء الفني في السباحة الحرة على العينة الرئيسة والمكونة من (24) مشارك مقسمين بالتساوي على مجموعتين (ضابطة وتجريبية) في المسبح الاولمبي في محافظة بابل , وذلك في يومي الاحد والاثنين المصادف (7-8/8/2022) في تمام الساعة الخامسة مساءً .

2-8 الوسائل الإحصائية:

استعملت الحقيبة الإحصائية (SPSS) الاصدار (24) للوسائل الإحصائية لغرض معالجة البيانات .

3 عرض النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لاختبارات القدرات الحركية للمجموعة التجريبية والضابطة :

الجدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) لنتائج الاختبارات القبلية والبعدية في القدرات الحركية للمجموعة التجريبية والضابطة

الدلالة الاحصائية	قيمة (sig)	قيمة (t) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	القدرات الحركية
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
معنوي	0.000	11.371	1.337	25.833	1.477	19	التجريبية	المرونة
معنوي	0.000	12.894	1.084	24.583	1.267	18.833	الضابطة	
معنوي	0.000	12.198	0.409	2.917	0.718	6.167	التجريبية	التوازن
معنوي	0.000	7.532	0.603	4	0.651	6.333	الضابطة	
معنوي	0.000	19	0.937	7.833	0.669	3.083	التجريبية	التوافق
معنوي	0.000	9.263	1.084	6.417	0.718	3.167	الضابطة	

يبين الجدول (1) نتائج قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلية والبعدية في القدرات الحركية للمجموعتين الضابطة والتجريبية , ومن خلال ملاحظة الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية , نجد هنالك فروقاً , ولمعرفة هذه الفروق استخدم اختبار (t-test) للعينات المستقلة , وظهر ان هنالك فروق معنوية ولصالح الاختبار القبلي , لان قيمة (Sig) كانت اقل من مستوى الدلالة (0.05) .

3-2 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات الحركية :

الجدول (2)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) لنتائج الاختبارات البعدية في القدرات الحركية للمجموعتين الضابطة والتجريبية

الدلالة الاحصائية	قيمة (sig)	قيمة (t) المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	القدرات الحركية
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
معنوي	0.020	2.516	1.337	25.833	1.084	24.583	سم	المرونة

التوازن	ثانية	4	0.603	2.917	0.409	5.152	0.000	معنوي
التوافق	عدد	6.417	1.084	7.833	0.937	3.425	0.002	معنوي

يبين الجدول (2) نتائج قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات البعدية في القدرات الحركية للمجموعتين الضابطة والتجريبية , ومن خلال ملاحظة الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية , نجد هنالك فروقاً , ولمعرفة هذه الفروق استخدم اختبار (t-test) للعينات المستقلة , وظهر ان هنالك فروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية , لان قيمة (Sig) كانت اقل من مستوى الدلالة (0.05) .

يعزو الباحثان الى ان هذا التطور لدى المجموعة التجريبية نتيجة استخدام البرنامج وحدات تعليمية تتضمن ألعاب مائة قد ساهم بصورة واضحة في تطوير مستوى الأداء في عناصر والقدرات الحركية قيد البحث , كما اضفى روح المرح والسرور والتشويق وخلق جو من المنافسة في الوحدات التعليمية , كما اسهم في جذب انتباه المبتدئين وإثارة دافعيتهم نحو مزيد من الجهد وعدم الشعور بالتعب أثناء عملية التعلم , كما أنه أتاح للمبتدئين وجود مواقف مشابهة للمواقف التي تقابلهم أثناء تعلم العديد من المهارات , ويتفق هذا مع ما أشار إليه (Edwards 1994) من أن استخدام الألعاب الصغيرة يساهم في تعلم الألعاب الكبيرة واكتشاف مهاراتها بطريقة أسرع واكثر تشويقاً كما يطور الصفات البدنية والحركية (Edwards : 1994 , 34) , كما يتفق مع (Ronald, 2008) "إن التعلم عن طريق الوسائل والأدوات والألعاب المائية هو احد أشكال التعلم , وهو الاقتراب من التعلم لمساعدة المتعلم في تطوير قابليات الحركات الأساسية لذلك النشاط (Ronald : 2008 , 15) , كما إذ يشير (Larry Kats 2004) إلى " أن استخدام التكنولوجيا والوسائل التعليمية في تعلم المهارات الرياضية قد ساعد في التعلم واختصر الكثير من الوقت والجهد" (Larry Kats : 2004 , 21) اما بالنسبة للتطور الحاصل في المجموعة الضابطة يوعز الباحثان السبب في استخدام التمرينات التي اعتمدت في البرنامج التعليمي كذلك كفاءة المدرب وخبرته الشخصية في الكيفية التعليمية التي يعرض فيها المارة سواء النظرية او العملية كذلك الفترة الزمنية التي تعاشها المبتدئ في بيئة مائية مختلفة الكثافة عن البيئة العادية مما يولد احمال اضافية تعمل على تطوير القدرات (قيد البحث) من خلال اداء السباحة الحرة التي تعتمد على توافق حركات اليدين والرجلين والتوازن ومرونة الكتفين.

3-3 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاداء للسباحة الحرة :

الجدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) لنتائج الاختبارات البعدية في الاداء للسباحة الحرة للمجموعتين الضابطة والتجريبية

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	قيمة (sig)	الدلالة الاحصائية
		الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
ضربات الزراعين	درجة	6.667	0.685	7.650	0.657	3.588	0.002	معنوي
ضربات الرجلين	درجة	3.475	0.205	4.433	0.150	13.075	0.000	معنوي
التنفس	درجة	4.225	0.129	6.200	0.160	33.366	0.000	معنوي
التوافق	درجة	2.625	0.106	3.408	0.323	7.981	0.000	معنوي
الاداء الكلي	درجة	16.992	0.650	21.692	0.574	18.768	0.000	معنوي

يبين الجدول (3) نتائج قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات البعدية في الاداء الفني للسباحة الحرة للمجموعتين الضابطة والتجريبية , ومن خلال ملاحظة الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية , نجد هنالك فروقاً , ولمعرفة هذه الفروق استخدم اختبار (t-test) للعينات المستقلة , وظهر ان هنالك فروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية , لان قيمة (Sig) كانت اقل من مستوى الدلالة (0.05) .

يعزو الباحثان ذلك الى فاعلية استخدام البرنامج التعليمي الذي استهدف الطفو من خلال اداة الطفو الذي يعتبر المنطلق الاساسي لباقي تعلم المهارات السباحة وهذا ما اكده (محب حامد وحسام عبد) ان المطلب الاساسي للمتعلم المبتدئ هو الطفو ومن خلاله يصل الى تعلم مختلف المهارات الاساسية. (محب حامد الحديثي وحسام عبد محي، 2020، 42) ويؤكد الباحثان ان فاعلية البرنامج التعليمي باستخدام (شورت الطفو وقناع التنفس), ساهم في سرعة تعلم المهارة، مما ادى الى توفير الوقت والجهد، وهذه ما أكدته (وفيقه سالم)، "ان التنوع في استخدام الوسائل يساهم بشكل فعال في تعلم مهارات السباحة. (وفيقه سالم، 1997، 192)

ان استخدام الوسائل التعليمية المساعدة المستخدمة في تعلم مهارة التنفس مع التمارين المشابهة لمسارات الحركية الأساسية لهذه المهارة الذي ساعد في الاسراع بالتعلم والتحسين بالأداء المهاري لدى المبتدئين هذا ما اكده (عباس وعبد الكريم السامرائي) "ان الاهتمام بالوسائل المساعدة تعود بالفائدة الكبيرة على عملية التعلم، إذ ظهر إن استخدامها يزيد من عمق الأثر التعليمي والإسراع بالتعلم والتطوير وبأقل جهد ممكن وبإتقان عالي.

(عباس وعبد الكريم السامرائي، 1991، 172)

كذلك كان للبرنامج التعليمي تأثير ذو دلالة احصائية معنوية ولصالح المجموعة التجريبية في تعلم مهارتي (ضربات اليدين – ضربات الرجلين) من خلال استخدام الوسائل التعليمية المعدة للبرنامج التعليمي مما ادى الى سرعة تعلم مهارتي السباحة من خلال اختزال للوقت والجهد وهذا ما أكدته (Ronald) "إن التعلم عن طريق الوسائل والأدوات والألعاب المتنوعة هو احد أشكال التعلم , وهو الاقرب لمساعدة الأطفال في تطوير قابليات الحركات الأساسية لذلك النشاط".

(Dienstmann, Ronald, 2008, 7)

كما تؤكد (ناهده عبد زيد) " إن الأدوات والوسائل تساعد في بناء وتكوين المعلومة وإيصالها إلى الطفل أو المتعلم بطريقة مختصرة ومنظمة للوصول إلى الهدف المطلوب أو أداء المهارة المطلوبة". (ناهده عبد زيد، 2010، 167)

4 - الاستنتاجات والتوصيات:

1-4 الاستنتاجات :

1. للبرنامج التعليمي بالألعاب المائية تأثير واضح في سرعه التأقلم مع البيئة المائية من خلال المقارنة في اداء السباحة بين المجموعتين التجريبية والضابطة .
2. للبرنامج التعليمي بالألعاب المائية اهمية في تطوير القدرات الحركية ولصالح المجموعة التجريبية من خلال الفروق المعنوية بين الاختبارات (بعديّة -بعديّة) للمجموعتين.
3. للبرنامج التعليمي تأثير إيجابي لصالح المجموعة التجريبية في اداء السباحة الحرة 15م للمبتدئين من خلال مقارنة الدلالة الاحصائية بين المجموعتين.

2-4 التوصيات :

1. ضرورة استعمال الوسائل والادوات الحديثة في تعلم السباحة الحرة للمبتدئين.
2. استخدام البرنامج التعليمي في تعلم مهارات السباحة الحرة ولفئات عمرية اخرى.
3. عدم استخدام قناع التنفس للأعمار دون ثمان سنوات للمبتدئين.
4. استخدام البرنامج التعليمي بالألعاب المائية مع المبتدئين له الاثر الكبير في سرعه التكيف مع الوسط المائي
5. ضرورة التركيز على اتقان مهارة الطفو والتنفس وذلك لأهميتها في تعلم اداء السباحة الحرة للمبتدئين ودورها الكبير في سرعه اكتساب المهارات الاخرى.
6. ضرورة استخدام الالعاب المائية في تعلم وتطور اداء السباحة الحرة للمبتدئين كونها تثير الرغبة والحماس والدافعية لدى المتعلمين
7. اجراء بحوث اخرى على عينه تمثل فئات عمرية اخرى.

المصادر :

- ريسان خريبط مجيد : موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية ، ج 1 ، جامعة البصرة ، مطابع التعليم العالي ، 1989 .
- عباس احمد السامرائي وعبد الكريم السامرائي: كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية ، (جامعة البصرة ، مطبعة دار الحكمة، 1991.
- محب حامد الحديثي وحسام عبد محي :فن تعليم وتدريب رياضة السباحة، 2020.
- محمد صبحي حسانين : القياس والتقويم في التربية البدنية و الرياضية ، ج 1 ، ط3 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995 .
- ناهده عبد زيد: مفاهيم في التربية الحركية، ط1، لبنان، دار الكتب العلمية، 2010.
- وجيه محجوب: البحث العلمي ومناهجه، بغداد ، دار الكتب للطباعة والنشر، 2002 .
- وضاح غانم سعيد: المراحل العمرية المناسبة للبدء في تعلم سباحتي الصدر والحرّة، اطروحة دكتوراه ، جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية ، 2004.
- وفيقة مصطفى سالم: الرياضات المائية اهدافها - تدريسيها - اسس تربيها - اساليب تقويمها ، ط1، الاسكندرية ، منشأة المعارف ، الاسكندرية ، 1997.
- يعرب خيون : علاقة مركز النقل بالتوازن ، المؤتمر العربي العلمي الأول للجمياز ، عمان ، الجامعة الأردنية ، كلية التربية الرياضية ، 1987 .

- Dienstmann, Ronald, games for learning, human kinetics, 2008.
- Edwards, H : Socially of Sport, Berkeley University of California , 1994 .
- Larry Katz ; The Interactive sports CD-ROM-Amutimedia Tool for the coach and Teacher : (Journal of sport Tehnology Research Centre)University of NorthFlorida , 2004.