

تأثير برنامج تعليمي باستخدام تطبيقات العروض التقديمية على مستوى الأداء الفني فى سباحة الفراشة لدى الأطفال المبتدئين

* أ.م.د/ ريهام أحمد فاضل عبد العزيز

المقدمة ومشكلة البحث:

لقد جرت منذ مطلع القرن العشرين محاولات جادة أستهدفت تحديث النظم التعليمية ، وتطويرها، وإحداث تغييرات جوهرية في محتواها وأساليب ممارستها، وقد صاحب ذلك اهتمام متزايد باستخدام التقنيات التعليمية المتاحة كافة، والإفادة مما حققه التقدم العلمي والتكنولوجي الذي أغنى العملية التربوية ، والتعليمية بأساليب حديثة متطورة ، وصولاً إلى تعليم أكثر فاعلية وكفاية.

ويبرز دور الحاسب الآلى كأداة اتصال تعليمية في تأكيد الاتجاهات التربوية الحديثة على التعلم ، وتعلم كيفية التعلم ، وزيادة مسؤولية الفرد عن تعلمه بالإضافة إلى زيادة الحاجة إلى تفريد التعليم ليتناسب مع قدرات الفرد واحتياجاته ، ومراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين بأنماط ، واستراتيجيات متنوعة.(٥٦:٣٠)

ومن ثم فإنه ينبغي حدوث نقلة شاملة بطرائق التعليم والاستفادة مما وفره الحاسب الآلى من برامج تخدم مجال التعليم مثل: برنامج العروض التقديمية **Power Point** ، وبرنامج إكسل (**Excel**) وبرنامج وورد (**Word**) ، وغيرها من البرامج الموجودة حالياً أو المستحدثة قريباً بشرط أن تكون مناسبة لمجال التربية والتعليم.(١٨:٢٨)

ويشير **يس عبد الرحمن قنديل (٢٠١٥)** أن برنامج العروض التقديمية هو أحد أنواع البرمجيات التطبيقية ، وأحد برامج **Office** ، وهو برنامج مختص بإنشاء العروض للموضوعات ، ويكون العرض علي شكل شرائح بحيث تعرض كل شريحة جزء أو نقاط من موضوع العرض ، وبعد البرنامج أفضل البرامج في هذا المجال نظراً لما يوفره من إمكانية تنسيق النصوص ، وإدراج الصور والمخططات ، وغيرها من العناصر الذي يمكنك من إنشاء عرض متكامل.(٣٣٨:٢٥)

ويضيف **عزب محمد عزب و أنور عبد الحميد (٢٠١٧)** أن البوربوينت هو برنامج يقوم بتحويل الموضوعات، والأفكار إلى شرائح كثيرة مستخدماً مجموعة من المؤثرات الفنية المتعددة يطلق

* أستاذ مساعد بقسم الرياضات المائية والمنازلات - كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق.

عليه إسم "فيلم" أو "العرض التقديمي" من خلال تسجيل النصوص ، واستدعائها، وتعديلها وتنسيقها، وعرضها مرئية متتابعة ، أو عشوائية على شاشة الحاسب الشخصي أو على الشبكات بهدف توصيل المعلومات للمتعلمين.(١٦٤:١٢)

ويحتوي العرض التقديمي على مجموعة من الشرائح "شاشات العرض" ولا يحتاج أن يكون المستخدم بارعاً في التصميم بسبب سهولة الاستخدام، ووجود تصميمات وتخطيطات جاهزة للشرائح، وتوجد شرائح متعددة لتصميم وإنشاء العروض التقديمية منها : برنامج (**Freelance Graphics**)، وبرنامج (**Microsoft Power Point**)، ولم يقف برنامج العرض التقديمي عند هذا الحد بل يمكن طباعة محتواه بأكمله أو بعض الشرائح المنتقاة لتعرض بعد ذلك على شاشات العرض العملاقة في المدارس أو المؤتمرات ، فبواسطة برنامج العرض التقديمي يمكن تحويل أفكار مختلفة إلى عرض على شاشة الحاسب الآلى لتجذب انتباه المتعلمين لمشاهدة العرض ، حيث يتميز برنامج العروض التقديمية ببعض المثيرات البصرية والسمعية من خلال الصوت والصورة ، والألوان المبهرة والموسيقى والحركة التي تبهر المتعلمين.(٦١:٣٠)

وتستهدف السباحة التعليمية **Learning swimming** إكساب الفرد مهارات، وطرق السباحة المختلفة بدءاً بالمهارات الأساسية مثل مهارات الثقة مع الماء ، ومهارات الطفو، ومهارات الإنزلاق ، ومهارات الوقوف فى الماء ، ومهارات السباحة التمهيدية مثل سباحة البطن والظهر المجدافية وصولاً إلى طرق السباحة الأربع وهى (سباحة الزحف على البطن ، سباحة الزحف على الظهر ، سباحة الصدر ، سباحة الفراشة)، وذلك فى إطار تحقيق مبدأين هامين هما الترويج وتحقيق الأمن والسلامة.(٥ : ٢٣)،(٢٠ : ١٤)

وتعتبر سباحة الفراشة من بين أهم طرق السباحة التنافسية ، كما أنها تعتبر ثاني أسرع طريقة فى سباحة مسافة محددة بعد سباحة الزحف على البطن ، وحيث أن سرعة السباحة هدف أساسي يحدد إمكانية الفوز فى المنافسة أى قطع مسافة السباق فى أقل زمن ممكن ، لذلك يتطلب من المتخصصين دراسة العناصر الضرورية التى يجب أن تتوافر فى سباحى الدولفين حتى يمكن وضع الوسائل الملائمة لتميتها بطريقة علمية توفر الجهد والوقت ، وتوصل إلى قيمة المستوى بطريقة إقتصادية.(١٨٧:٥)

ويعد استخدام الحاسب الآلى ، وبرنامج العروض التقديمية وسيلة تكنولوجية تعليمية ذا أثر فعال في العملية التعليمية كما أشارت نتائج الكثير من الدراسات العلمية مثل دراسة كل من: دينا متولى أحمد (٢٠٠٨)(١٠)، مصطفى محمد نصر الدين (٢٠٠٨)(٢١)، أحمد البهلول عطيه (٢٠١٩) (٣) ، أحمد حميدة نويشى (٢٠١٩) (٤)، محمد السيد كامل (٢٠١٩)(١٧) إلى فاعلية الحاسب الآلى كوسيلة اتصال تعليمية تفوق الطريقة المعتادة نظراً لدوره في توفير الوقت والجهد أثناء شرح المادة التعليمية ، كما تبين عدم وجود دراسة علمية واحدة - على حد علم الباحثة - تناولت برنامج العروض التقديمية لتعليم سباحة الفراشة لدى الأطفال المبتدئين.

كما لاحظت الباحثة من خلال خبرتها العلمية والعملية فى تعليم وتدريب الناشئين فى رياضة السباحة إنخفاض مستوى الأداء الفنى فى سباحة الفراشة لدى الأطفال المبتدئين من (٩-١١) سنة بمركز شباب الجزيرة بالقاهرة ، وترجع الباحثة ذلك الإنخفاض إلى إستخدام مدربى ومعلمى السباحة الطريقة التقليدية المتبعة (أسلوب التعلم بالأمر) فى تعلم سباحة الفراشة للمبتدئين ، والتي تعتمد على مصدر واحد وهو القائم بعملية التعليم ، والذي يقوم بالشرح اللفظى من جانبه يتبعه عرض للنموذج للمهارة المراد تعلمها دون أدنى مشاركة فعلية من المبتدئين فى الموقف التعليمى ، كما أن هناك بعض المبتدئين من لا يستطيع رؤية النموذج للمهارة بشكل واضح التفاصيل ومن زوايا متعددة ، وبالتالي لا يتضح لهم النواحي الفنية لأداء المهارة بشكل صحيح ، مما يؤكد على ضرورة استخدام التقنيات التربوية الحديثة لتحقيق أهداف العملية التعليمية ومراعاة قدرات ، وإستعدادات الأطفال المبتدئين من (٩-١١) سنة.

وهذا ما دفع الباحثة إلى القيام بدراسة تأثير برنامج تعليمى بإستخدام تطبيقات العروض التقديمية على مستوى الأداء الفنى فى سباحة الفراشة لدى الأطفال المبتدئين من (٩ - ١١) سنة.

هدف البحث :

يهدف هذا البحث إلي وضع برنامج تعليمى بإستخدام تطبيقات العروض التقديمية ومعرفة تأثيره على مستوى الأداء الفنى فى سباحة الفراشة لدى الأطفال المبتدئين من (٩ - ١١) سنة بمركز شباب الجزيرة بالقاهرة.

فروض البحث :

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء الفني في سباحة الفراشة لصالح القياس البعدي.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء الفني في سباحة الفراشة لصالح القياس البعدي.
- ٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الأداء الفني في سباحة الفراشة لصالح المجموعة التجريبية.

المصطلحات المستخدمة في البحث:

الحاسب الآلي Computer :

هو "جهاز إلكتروني يستخدم في معالجة وتشغيل البيانات تبعاً لمجموعة من القواعد أو العمليات تتم كتابتها بأحادي لغات الحاسب وتسمى برامج، وذلك لتمويل البيانات إلي معلومات صالحة للاستخدام واستخراج النتائج المطلوبة لاتخاذ القرار". (٨: ٢٢٣)

برنامج العروض التقديمية Power Point :

هو "أحد برامج العروض التقديمية من شركة مايكروسوفت ويتضمن مجموعه من قوالب التصميم والخلفيات والصور ولقطات الفيديو والمؤثرات الصوتية والحركية التي يمكنك من تصميم عروض متميزة وجذابة". (١٤: ١٢)

مستوى الأداء الفني لسباحة الفراشة* The Level of Technical Performance :

هو "درجة إتقان الأداء الفني لسباحة الفراشة الذي يحققه المبتدئ في نهاية عملية التعليم".

إجراءات البحث :

منهج البحث :

أستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة هذا البحث، وذلك بإتباع التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة باستخدام القياسات القبليّة والبعديّة.

* تعريف إجرائي.

مجتمع وعينة البحث :

أشتمل مجتمع البحث على جميع مبتدئي السباحة من (٩-١١) سنة الذين سبق لهم تعلم سباحة الزحف على البطن والظهر وسباحة الصدر بمركز شباب الجزيرة بالقاهرة في الموسم التدريبي ٢٠١٩/٢٠٢٠ ، وبلغ عددهم (٣٠) مبتدئ سباحة ، وقد قامت الباحثة بإختيار عينة للدراسة الإستطلاعية عشوائياً من بين أفراد المجتمع الكلى بلغ عددها (١٠) مبتدئين لإستخدامها فى إيجاد المعاملات العلمية للإختبارات المستخدمة فى البحث ، وبذلك أصبحت عينة البحث الأساسية (٢٠) مبتدئ ، تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحدهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (١٠) مبتدئين سباحة.

وقامت الباحثة بحساب أعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى بعض المتغيرات التى قد تؤثر على المتغير التجريبى مثل : السن ، الطول ، الوزن ، وبعض المتغيرات البدنية (قوة عضلات الرجلين والظهر - القدرة العضلية للرجلين - قوة القبضة يمين / يسار - مرونة مفصلى الكتفين - مرونة مفصل القدم - مرونة الجذع والفخذ - التوافق)، ومستوى أداء سباحة الزحف على البطن والظهر وسباحة الصدر، ومراحل أداء ٥٠ متر فراشة ، وجدولى (١)،(٢) يوضحان ذلك.

جدول (١)
إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى السن والطول
والوزن والمتغيرات البدنية قيد البحث

ن = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
السن	سنة	٩,٩٠	٠,٦٣	٩,٧٠	٠,٩٥
الطول	سم	١٣٩,٥٠	٥,٩١	١٣٨,٠٠	٠,٧٦
الوزن	كجم	٤٠,٢٧	٤,٧٣	٣٩,٠٠	٠,٨١
قوة عضلات الرجلين	كجم	٥٦,٠٠	٥,٨٤	٥٤,٥٠	٠,٧٧
قوة عضلات الظهر	كجم	٤٥,٤٠	٥,١١	٤٤,٠٠	٠,٨٢
الوثب العريض من الثبات	متر	١,٣٥	٠,١٧	١,٣٠	٠,٨٨
قوة القبضة يمين	كجم	١٥,٨٠	٢,٥١	١٥,٠٠	٠,٩٦
قوة القبضة يسار	كجم	١٤,٥٠	٢,٣٧	١٤,٠٠	٠,٦٣
مرونة الكتفين	سم	٢٩,٣٠	٣,٦٤	٢٨,٥٠	٠,٦٦
مرونة الجذع والفخذ	سم	٦,٧٠	٢,٣٩	٦,٠٠	٠,٨٨
مرونة مفصل القدم	سم	١٠,١٠	٢,٥٢	٩,٥٠	٠,٧١
التوافق	ثانية	٩,٠٣	١,٣٨	٨,٨١	٠,٤٨

ينضح من جدول (١) أن قيم معاملات الالتواء فى معدلات النمو والمتغيرات البدنية قيد

البحث تنحصر ما بين (± 3) مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد العينة فى هذه المتغيرات.

جدول (٢)
إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في متغيرات الأداء
الفنى فى السباحة قيد البحث

ن = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الإرتداد المعياري	الوسيط	معامل الإلتواء
سباحة ٥٠ م زحف على البطن	درجة	١٠,٤٠	١,٢٧	١٠,٠٠	٠,٩٤
سباحة ٥٠ م زحف على الظهر	درجة	٤٥,٧٠	٢,٥١	٤٥,٠٠	٠,٨٤
سباحة ٥٠ م الصدر	درجة	٤٤,٥٠	٢,٨٣	٤٤,٠٠	٠,٥٣
غطسة البداية	درجة (١٢)	٣,٩٠	٠,٧٦	٤,٠٠	٠,٣٩-
أول ٢٥ متر	درجة (١٢)	٣,٨٠	٠,٧٥	٤,٠٠	٠,٨٠-
الدوران	درجة (١٢)	٣,٦٠	٠,٧٢	٣,٥٠	٠,٤٢
ثاني ٢٥ متر	درجة (١٢)	٣,٢٠	٠,٦٦	٣,٠٠	٠,٩١
النهاية	درجة (٢)	٠,٧٠	٠,٦١	٠,٥٠	٠,٩٨
مجموع الدرجات	درجة (٥٠)	١٥,٢٠	٣,٥٠	١٥,٠٠	٠,١٧

يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء فى مستوى أداء سباحة الزحف على البطن والظهر وسباحة الصدر ، ومرحلة أداء ٥٠ متر فراشة تتحصر ما بين (٣±) مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد العينة فى هذه المتغيرات.

تكافؤ مجموعتى البحث:

قامت الباحثة بإجراء التكافؤ بين مجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى المتغيرات قيد البحث ، وتم ذلك بعد إجراء المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للإختبارات قيد البحث، والجدولين (٣)، (٤) يوضحان ذلك.

جدول (٣)
دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة
فى معدلات النمو والمتغيرات البدنية قيد البحث

ن=٢=١٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت" المحسوبة
		ع	م	ع	م	
السن	سنة	٩,٨٠	٠,٤٧	٩,٩٠	٠,٥٢	٠,٤٣
الطول	سم	١٣٨,٠٠	٥,١١	١٣٩,٢٠	٤,٨٥	٠,٣٤
الوزن	كجم	٣٩,٠٠	٣,٨٤	٤٠,٠٠	٣,٩١	٠,٥٥
قوة عضلات الرجلين	كجم	٥٤,٨٠	٤,٦٦	٥٥,٩٠	٤,٧٩	٠,٤٩
قوة عضلات الظهر	كجم	٤٤,٦٠	٣,٩٥	٤٥,٣٠	٤,٠٢	٠,٣٧
الوثب العريض من الثبات	متر	١,٣٠	٠,١٥	١,٣٥	٠,١١	٠,٨١
قوة القبضه يمين	كجم	١٥,٠٠	٢,٢٧	١٥,٧٠	٢,٤٤	٠,٦٣
قوة القبضه يسار	كجم	١٤,٠٠	٢,٠١	١٤,٤٠	٢,٢٧	٠,٤١
مرونة الكتفين	سم	٢٩,٠٠	٢,٣٨	٢٨,٥٠	٢,١١	٠,٤٧
مرونة الجذع والفخذ	سم	٦,٠٠	٢,١٢	٦,٣٠	٢,٠٣	٠,٣١
مرونة مفصل القدم	سم	٩,٢٠	٢,٣٧	١٠,٠٠	٢,٢٤	٠,٧٣
التوافق	ثانية	٩,١٢	١,٠١	٩,٠١	٠,٩٦	٠,٢٤

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٠١

يتضح من جدول (٣) توجد فروق غير دالة إحصائياً عند مستوي ٠,٠٥ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في معدلات النمو والقدرات البدنية مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.

جدول (٤)
دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة
في متغيرات الأداء الفني في السباحة قيد البحث

ن=١=٢=١٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت" المحسوبة
		ع	م	ع	م	
سباحة ٥٠ م زحف على البطن	درجة	١٠,١٠	١٠,١٤	١٠,٣٠	١,٠٢	٠,٣٩
سباحة ٥٠ م زحف على الظهر	درجة	٤٥,٠٠	٢,٣٩	٤٥,٦٠	٢,٤٧	٠,٥٢
سباحة ٥٠ م الصدر	درجة	٤٤,٠٠	٢,٥١	٤٤,٣٠	٢,٦٣	٠,٢٥
غطسة البداية	درجة (١٢)	٣,٨٠	٠,٧١	٣,٩٠	٠,٧٥	٠,٢٩
أول ٢٥ متر	درجة (١٢)	٣,٦٥	٠,٦٩	٣,٨٠	٠,٧٢	٠,٤٥
الدوران	درجة (١٢)	٣,٤٠	٠,٧١	٣,٥٠	٠,٦٧	٠,٣١
ثاني ٢٥ متر	درجة (١٢)	٣,٠٥	٠,٦٤	٣,٢٠	٠,٦١	٠,٥١
النهاية	درجة (٢)	٠,٦٠	٠,٥٧	٠,٧٠	٠,٥٥	٠,٣٨
مجموع الدرجات	درجة (٥٠)	١٤,٥٠	٣,٣٢	١٥,١٠	٣,٣٠	٠,٣٩

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٠١

يتضح من جدول (٤) توجد فروق غير دالة إحصائياً عند مستوي ٠,٠٥ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات الأداء الفني في السباحة قيد البحث مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.

أدوات ووسائل جمع البيانات :

لتحديد القدرات البدنية المؤثرة في سباحة الفراشة، وكذا تحديد الإختبارات البدنية ، قامت الباحثة بتصميم إستمارة لإستطلاع آراء الخبراء حول تحديد أهم القدرات البدنية للمهارة قيد البحث وكيفية قياسها ، وتم عرض الإستمارة من خلال المقابلة الشخصية مع الخبراء في مجال السباحة (ملحق ١)، وقد إرتضت الباحثة بنسبة (٨٠%) من آراء الخبراء لتحديد المتطلبات البدنية وكيفية قياسها كما يلي:

أولاً : الإختبارات البدنية قيد البحث : ملحق (٢)

١- إختبار قياس قوة عضلات الرجلين بالكيلو جرام.

٢- إختبار قياس قوة عضلات الظهر بالكيلو جرام.

٣- إختبار الوثب العريض من الثبات.

- ٤- إختبار قياس قوة القبضة (اليمنى - اليسرى) بالكيلو جرام.
- ٥- إختبار مرونة مفصلى الكتفين أفقياً.
- ٦- إختبار ثنى الجذع أماماً من الوقوف.
- ٧- إختبار مرونة مفصلى القدم.
- ٨- إختبار الدوائر المرقمة.

ثانياً : قياس مستوى الأداء الفنى فى سباحة الفراشة :

تم قياس مستوى الأداء الفنى بإستخدام إختبار النجمة الثانية - وهى الخاصة بسباحة الفراشة - والذى وضعه الإتحاد المصرى للسباحة عام ٢٠١٢ فى إطار مشروع "النجوم الثلاثة" لتأهيل البراعم من سن (٨-١٠ سنوات) لإعتمادهم نحو المشاركة فى سباحة المنافسات.

(٦ : ٢) ، (٧ : ٢)

وتم قياس مستوى الأداء الفنى لأفراد عينة البحث الأساسية عن طريق إستمارة خاصة ، والمعدة من قبل إتحاد السباحة بتقييم مهارات النجوم (ملحق ٣) ، وذلك عن طريق (٣) أساتذة تدريب السباحة بكلية التربية الرياضية بنات بالزقازيق (ملحق ٤) سبق لهم إختبار العديد من المبتدئين ، وتم ذلك فى صورة أداء فردى لكل فرد من المجموعتين دون معرفة الخبراء لأنتماء كل مبتدئ لأحد المجموعتين التجريبية والضابطة لضمان عامل الحيدة . مع تحديد درجة كل إختبار بمتوسط درجات الخبراء الثلاثة ، وقد أكتسبت هذه الإختبارات مصداقية عالية نظراً لتطبيقها بنجاح منذ عام (٢٠١٢) فى جميع مناطق الإتحاد المصرى للسباحة ، وبالتالي يمكن تطبيقها فى الدراسة الحالية.

ثالثاً : الأجهزة والأدوات المستخدمة فى البحث:

- جهاز الرستامير لقياس الطول الكلى للجسم بالسنتيمتر.
- ميزان طبي معاير لقياس الوزن بالكيلو جرام.
- جهاز الديناموميتر لقياس قوة القبضة.
- جهاز الديناموميتر ذو السلسلة لقياس قوة عضلات الظهر والرجلين.

- حاسب آلي وملحقاته.

- ساعة إيقاف رقمية **Stop Watch** ١٠٠/١ من الثانية ومزودة بذاكرة.

- حمام سباحة تعليمي وأدوات السباحة المختلفة.

الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الإستطلاعية فى الفترة من ٢٩/١٢/٢٠١٩ وحتى ٤/١/٢٠٢٠ على عينة قوامها (١٠) مبتدئين سباحة من (٩-١١) سنة من مجتمع البحث ، ومن خارج عينة البحث الأساسية، وأستهدفت التعرف على ما يلى:

١- مدى ملائمة الإختبارات البدنية وإستمارة التقييم لأفراد عينة البحث.

٢- إجراء المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للإختبارات قيد البحث.

المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للإختبارات قيد البحث:

أولاً: معامل الصدق **Validity** :

تم حساب معامل الصدق للإختبارات البدنية وإستمارة تقييم مستوى الأداء الفنى لسباحة الفراشة عن طريق صدق التمايز بأسلوب المقارنة بين المجموعة المميزة ، وهم ناشئى السباحة الحاصلين على مهارات النجوم الثلاثة فى السباحة بلغ عددهم (١٠) ناشئين بمركز شباب الجزيرة بالقاهرة ، والأخرى مجموعة غير مميزة وهى عينة البحث الاستطلاعية وعددهم (١٠) مبتدئين سباحة من مجتمع البحث ، ومن خارج عينة البحث الأساسية، والجدولين (٥)،(٦) يوضحان ذلك.

جدول (٥)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة
فى الإختبارات البدنية قيد البحث

ن=١٠=٢=١٠

قيمة "ت" المحسوبة	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		وحدة القياس	الإختبارات
	ع	م	ع	م		
*٣,٧٣	٣,١١	٥١,٨٠	٢,١٥	٥٦,٥٠	كجم	قوة عضلات الرجلين
*٤,٠٩	٢,٩٧	٤٤,٠٠	٢,٠٣	٤٨,٩٠	كجم	قوة عضلات الظهر
*٢,٧١	٠,١٠	١,٣٠	٠,٠٥	١,٤٠	متر	الوثب العريض من الثبات
*٣,٧٩	١,٩٥	١٥,٦٠	١,٧٤	١٨,٩٠	كجم	قوة القبضة يمين
*٣,٥٤	١,٧٢	١٤,٥٠	١,٥١	١٧,٢٠	كجم	قوة القبضة يسار
*٢,٩٩	١,٥٩	٢٩,٣٠	١,٦٦	٢٧,٠٠	سم	مرونة الكتفين
*٥,٤١	١,٤٦	٥,٨٠	١,١٩	٩,٢٠	سم	مرونة الجذع والفخذ
*٤,١١	١,٢٤	١٠,٢٠	١,٠٢	٨,٠٠	سم	مرونة مفصل القدم
*٣,٠٥	٠,٥٢	٩,١١	٠,٤٨	٨,٣٩	ثانية	التوافق

* دال عند مستوي ٠,٠٥

قيمة " ت " الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ٢,١٠١

يتضح من جدول (٥) توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوي ٠,٠٥ بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في الإختبارات البدنية ولصالح المجموعة المميزة مما يشير إلي صدق الاختبارات فيما تقيس.

جدول (٦)
دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة
في إستمارة التقييم قيد البحث

ن=٢=١٠

قيمة "ت" المحسوبة	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		وحدة القياس	مكونات الإستمارة
	ع	م	ع	م		
*١٤,٥٢	٠,٩٥	٣,٩٠	١,١٢	١١,٠٠	درجة (١٢)	غطسة البداية
*١٣,٠٧	٠,٨٩	٣,٧٠	١,٣١	١٠,٦٠	درجة (١٢)	أول ٢٥ متر
*١٤,٤١	٠,٨١	٣,٥٠	١,١٦	١٠,٣٠	درجة (١٢)	الدوران
*١٢,٨٩	٠,٧٢	٣,٣٠	١,٢٥	٩,٥٠	درجة (١٢)	ثاني ٢٥ متر
*٤,٧٤	٠,٥٨	٠,٦٠	٠,٤٩	١,٨٠	درجة (٢)	النهاية
*١٢,٩٩	٣,٩٥	١٥,٠٠	٥,٣٣	٤٣,٧٠	درجة (٥٠)	مجموع الدرجات

* دال عند مستوي ٠,٠٥

قيمة " ت " الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ٢,١٠١

يتضح من جدول (٦) توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوي ٠,٠٥ بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في إستمارة تقييم ولصالح المجموعة المميزة مما يشير إلي صدق الإستمارة فيما تقيس.

ثانياً: معامل الثبات Reliability :

تم حساب معامل الثبات للإختبارات البدنية وإستمارة تقييم مستوى الأداء الفني لسباحة الفراشة عن طريق تطبيق الإختبارات وإعادة التطبيق Test - Retest على أفراد العينة الاستطلاعية، وعددهم (١٠) مبتدئين سباحة ، وبفارق زمني قدره (٧) أيام بين التطبيقين الأول والثاني في الفترة من ٢٩/١٢/٢٠١٩ وحتى ٤/١/٢٠٢٠، والجدولين (٧)،(٨) يوضحان ذلك.

جدول (٧)
معامل الثبات في الإختبارات البدنية قيد البحث

ن = ١٠

قيمة "ر" المحسوبة	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الإختبارات
	ع	م	ع	م		
*٠,٧٩٢	٢,٩٦	٥٢,٥٠	٣,١١	٥١,٨٠	كجم	قوة عضلات الرجلين
*٠,٨٠١	٢,٥١	٤٤,٧٠	٢,٩٧	٤٤,٠٠	كجم	قوة عضلات الظهر
*٠,٩١٦	٠,١٢	١,٣٥	٠,١٠	١,٣٠	متر	الوثب العريض من الثبات
*٠,٨٣٥	٢,٢٧	١٦,٠٠	١,٩٥	١٥,٦٠	كجم	قوة القبضة يمين
*٠,٨٤١	١,٦٩	١٤,٨٠	١,٧٢	١٤,٥٠	كجم	قوة القبضة يسار
*٠,٨٦٠	١,٥٣	٢٨,٩٠	١,٥٩	٢٩,٣٠	سم	مرونة الكتفين
*٠,٧٩٩	١,٣٩	٦,٥٠	١,٤٦	٥,٨٠	سم	مرونة الجذع والخذ
*٠,٨٧١	١,١١	١٠,٠٠	١,٢٤	١٠,٢٠	سم	مرونة مفصل القدم
*٠,٨٩٥	٠,٤٧	٨,٩٧	٠,٥٢	٩,١١	ثانية	التوافق

* دال عند مستوي ٠,٠٥

قيمة " ر " الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢

يتضح من جدول (٧) يوجد ارتباط دال إحصائياً عند مستوي ٠,٠٥ بين نتائج التطبيقين الأول والثاني للإختبارات البدنية قيد البحث مما يشير إلي ثبات الإختبارات عند إجراء القياس.

جدول (٨)
معامل الثبات لإستمارة تقييم مستوى الأداء الفني لسباحة الفراشة

ن = ١٠

قيمة "ر" المحسوبة	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	مكونات الإستمارة
	ع	م	ع	م		
* ٠,٩٠١	٠,٩٨	٤,٠٠	٠,٩٥	٣,٩٠	درجة (١٢)	غطسة البداية
* ٠,٨٥٧	٠,٨٢	٣,٩٠	٠,٨٩	٣,٧٠	درجة (١٢)	أول ٢٥ متر
* ٠,٩١١	٠,٩٦	٣,٦٠	٠,٨١	٣,٥٠	درجة (١٢)	الدوران
* ٠,٨٤٦	٠,٧٧	٣,٥٠	٠,٧٢	٣,٣٠	درجة (١٢)	ثاني ٢٥ متر
* ٠,٨٩٩	٠,٥١	٠,٧٠	٠,٥٨	٠,٦٠	درجة (٢)	النهاية
* ٠,٨٨٣	٤,٠٤	١٥,٧٠	٣,٩٥	١٥,٠٠	درجة (٥٠)	مجموع الدرجات

* دال عند مستوي ٠,٠٥

قيمة "ر" الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢

يتضح من جدول (٨) يوجد ارتباط دال إحصائياً عند مستوي ٠,٠٥ بين نتائج التطبيقين الأول والثاني لإستمارة تقييم مستوى الأداء لسباحة الفراشة مما يشير إلي ثبات الإستمارة عند التقييم.

البرنامج التعليمي بإستخدام تطبيقات العروض التقديمية :

يعد تصميم البرنامج التعليمي بإستخدام تطبيقات العروض التقديمية المحور الرئيسي الذي يدور حوله موضوع البحث، ولذا قامت الباحثة بالإطلاع على المراجع العلمية المتخصصة ، والدراسات المرجعية (١)،(٣)،(٤)،(٥)،(٩)،(١٠)،(١٣)،(١٥)،(١٦)،(١٧)،(٢٣) وذلك لتحديد المحاور الأساسية للبرنامج التعليمي المقترح كما يلي:

الهدف من البرنامج التعليمي :

- تعليم سباحة الفراشة لأفراد المجموعة التجريبية.

أسس وضع البرنامج التعليمي :

- مراعاة تقديم المعلومات التي يتضمنها البرنامج التعليمي في إطار متكامل ومتربط وفعال يستخدم جميع حواس المتعلم.

- عرض جميع الرسوم والصور ولقطات الفيديو بواسطة الحاسب الآلى بجانب النص المعرفى.

- أن يتسم البرنامج بالاجاذبية والتشويق.

- خلق بيئة مشوقة للتعليم والتعلم للمتعلم تقوده إلى إتقان ما يتعلمه مما يزيد من فعالية التعليم.

محتوى البرنامج التعليمي :

قامت الباحثة بتجميع المواد التعليمية المستخدمة في البرنامج من (النصوص التعليمية، الصور التوضيحية ، لقطات الفيديو الخاصة بمراحل أداء سباحة الفراشة ثم تم إدخالها على الحاسب الآلي في صورة ملفات مجمعة حتى يتم معالجتها حيث أستعانت الباحثة بالعديد من البرمجيات المختلفة المساعدة في إنتاج برنامج العروض التقديمية ومنها ما يلي :

- **النص التعليمي** : هي مجموعة المعلومات والمعارف التي تم التوصل حيث قامت الباحثة بكتابتها في برنامج Visual Basic ثم حفظها فيه (نص تعليمي).
- **لقطات الفيديو** : هي لقطات فيديو ترتبط بمراحل أداء سباحة الفراشة حيث قامت الباحثة بتصويرها وتجميعها ، وعمل المونتاج لها من خلال استخدام جهاز المكسر (Mixer) أو من خلال جهاز الحاسب الآلي باستخدام برنامج (Windows Movie Maker).
- **الموسيقى (Music)** استخدمت بعض المقطوعات الموسيقية كخلفية مصاحبة للشرائح الافتتاحية لكل مهارة تعليمية.

تجريب برنامج العروض التقديمية :

بعد تحديد محتوى البرنامج التعليمي بإستخدام تطبيقات العروض التقديمية لتعليم سباحة الفراشة تم عرض البرنامج على مجموعة من أساتذة طرق التدريس والسباحة (ملحق ٥) وذلك بهدف استطلاع رأيهم في الهدف من البرنامج ، ومحتوى البرنامج ، وأسلوب العرض داخل البرنامج، حيث تم تجريب البرنامج التعليمي بقاعة كمبيوتر خاصة مجهزة داخل النادي في الدراسة الاستطلاعية الثانية في الفترة من ٢٠٢٠/١/٨ وحتى ٢٠٢٠/١/١١ على عدد (١٠) مبتدئين سباحة من خارج عينة البحث الأساسية ومن نفس مجتمع البحث ، بتطبيق وحدة تعليمية من البرنامج التعليمي، بهدف التعرف على مدى مناسبة محتوى البرنامج التعليمي لمستوى المتعلمين.

التوزيع الزمني للبرنامج التعليمي :

- ١- إجمالي عدد الأسابيع (٨) أسابيع هي فترة تطبيق التجربة.
- ٢- الزمن المخصص لكل وحدة تعليمية (٩٠) دقيقة.
- ٣- عدد الوحدات التعليمية (٣) وحدات في الأسبوع.

٤- إجمالي عدد الوحدات التعليمية فى البرنامج (٢٤) وحدة تعليمية.

القياسات القبليّة :

قامت الباحثة بإجراء القياسات القبليّة لمجموعتى البحث التجريبيّة والضابطة فى مراحل أداء سباحة (٥٠) متر فراشة ، فى الفترة من ٢٠٢٠/١/١٣ ، وحتى ٢٠٢٠/١/١٥ .

تطبيق البرنامج التعليمى المقترح :

تم تطبيق محتوى البرنامج التعليمى بإستخدام تطبيقات العروض التقديمية على أفراد المجموعة التجريبيّة ملحق (٦) لمدة (٨) أسابيع متصلة بواقع (٣) وحدات تعليمية ، وذلك فى الفترة من ٢٠٢٠/١/١٧ وحتى ٢٠٢٠/٣/١٢ ، كما تم إستخدام الطريقة التقليديّة مع المجموعة الضابطة، وملحق (٧) يوضح نموذج لوحدة تعليمية بإستخدام الطريقة التقليديّة (التعلم بالأمر).

القياسات البعديّة:

تم إجراء القياسات البعديّة للمجموعتين التجريبيّة والضابطة فى مراحل أداء سباحة (٥٠) متر فراشة بنفس ترتيب وشروط القياسات القبليّة فى الفترة من ٢٠٢٠/٣/١٣ وحتى ٢٠٢٠/٣/١٥ .

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

أستخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابى. **Mean**
- الإنحراف المعياري. **Standard Deviation**
- الوسيط. **Mediain**
- معامل الإلتواء. **Skewness**
- معامل الارتباط البسيط. **Correlation Coficients**
- إختبار "ت". **T.Test**
- نسب التحسن. **Progress Ratios**

عرض ومناقشة النتائج :
أولاً: عرض النتائج :

جدول (٩)
دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة
التجريبية في مراحل أداء ٥٠ متر فراشة

ن = ١٠

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت" المحسوبة
		ع	م	ع	م	
غطسة البداية	درجة (١٢)	٣,٨٠	٠,٧١	١٠,٨٠	٠,٩٨	*١٦,٢١
أول ٢٥ متر	درجة (١٢)	٣,٦٥	٠,٦٩	١١,٠٠	٠,٩١	*١٩,١٧
الدوران	درجة (١٢)	٣,٤٠	٠,٧١	١٠,٩٠	٠,٨٥	*١٨,٩١
ثاني ٢٥ متر	درجة (١٢)	٣,٠٥	٠,٦٤	١٠,٧٠	٠,٩٣	*٢٠,١٦
النهاية	درجة (٢)	٠,٦٠	٠,٥٧	٢,٠٠	٠,٦١	*٥,٠٤
مجموع الدرجات	درجة (٥٠)	١٤,٥٠	٣,٣٢	٤٥,٤٠	٤,٢٨	*١٥,٩١

* دال عند مستوى ٠,٠٥

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٢٦٢

يتضح من جدول (٩) توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مراحل أداء ٥٠ متر فراشة ولصالح القياس البعدي.

جدول (١٠)
دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة
الضابطة في مراحل أداء ٥٠ متر فراشة

ن = ١٠

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت" المحسوبة
		ع	م	ع	م	
غطسة البداية	درجة (١٢)	٣,٩٠	٠,٧٥	٩,٨٠	٠,٨٣	*١٤,٢٩
أول ٢٥ متر	درجة (١٢)	٣,٨٠	٠,٧٢	١٠,١٠	٠,٧٩	*١٥,٨١
الدوران	درجة (١٢)	٣,٥٠	٠,٦٧	١٠,١٠	٠,٧١	*١٧,٣٤
ثاني ٢٥ متر	درجة (١٢)	٣,٢٠	٠,٦١	٩,٨٠	٠,٨٥	*١٦,٩٢
النهاية	درجة (٢)	٠,٧٠	٠,٥٥	١,٣٠	٠,٥٧	*٢,٤٦
مجموع الدرجات	درجة (٥٠)	١٥,١٠	٣,٣٠	٤١,١٣	٣,٧٥	*١٣,٣٦

* دال عند مستوى ٠,٠٥

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٢٦٢

يتضح من جدول (١٠) توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مراحل أداء ٥٠ متر فراشة ولصالح القياس البعدي.

جدول (١١)
دلالة الفروق بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية
والضابطة في مراحل أداء ٥٠ متر فراشة

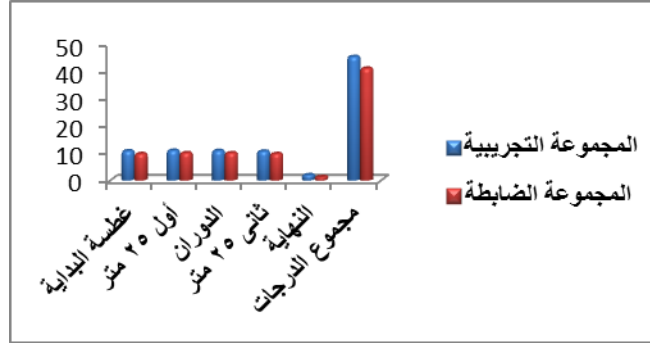
ن=٢=١٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت" المحسوبة
		ع	م	ع	م	
غطسة البداية	درجة (١٢)	١٠,٨٠	٠,٩٨	٩,٨٠	٠,٨٣	*٢,٣٤
أول ٢٥ متر	درجة (١٢)	١١,٠٠	٠,٩١	١٠,١٠	٠,٧٩	*٢,٢٤
الدوران	درجة (١٢)	١٠,٩٠	٠,٨٥	١٠,١٠	٠,٧١	*٢,١٧
ثاني ٢٥ متر	درجة (١٢)	١٠,٧٠	٠,٩٣	٩,٨٠	٠,٨٥	*٢,١٤
النهاية	درجة (٢)	٢,٠٠	٠,٦١	١,٣٠	٠,٥٧	*٢,٥٢
مجموع الدرجات	درجة (٥٠)	٤٥,٤٠	٤,٢٨	٤١,١٣	٣,٧٥	*٢,٢٦

* دال عند مستوى ٠,٠٥

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٠١

يتضح من جدول (١١) توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مراحل أداء ٥٠ متر فراشة ولصالح المجموعة التجريبية.



الشكل (١)

دلالة الفروق بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مراحل أداء ٥٠ متر فراشة

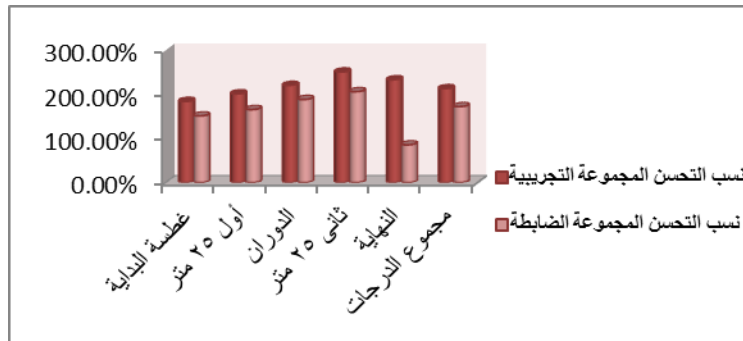
جدول (١٢)

نسب تحسن القياس البعدي عن القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة في مراحل أداء ٥٠ متر فراشة

ن=١٠=٢=١٠

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة	
	قبلي	بعدي	نسب التحسن	نسب التحسن
غطسة البداية	٣,٨٠	١٠,٨٠	%١٨٤,٢١	%١٥١,٢٨
أول ٢٥ متر	٣,٦٥	١١,٠٠	%٢٠١,٣٧	%١٦٥,٧٩
الدوران	٣,٤٠	١٠,٩٠	%٢٢٠,٥٩	%١٨٨,٥٧
ثاني ٢٥ متر	٣,٠٥	١٠,٧٠	%٢٥٠,٨٢	%٢٠٦,٢٥
النهاية	٠,٦٠	٢,٠٠	%٢٣٣,٣٣	%٨٥,٧١
مجموع الدرجات	١٤,٥٠	٤٥,٤٠	%٢١٣,١٠	%١٧٢,٣٨

يتضح من جدول (١٢) تفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة في نسب تحسن القياس البعدي عن القبلي في مراحل أداء ٥٠ متر فراشة.



الشكل (٢)

نسب تحسن القياس البعدي عن القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة في مراحل أداء ٥٠ متر فراشة

ثانياً: مناقشة النتائج :

أ- مناقشة نتائج الفرض الأول للبحث:

أظهرت نتائج جدول (٩) توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مراحل أداء ٥٠ متر فراشة ولصالح القياس البعدي.

وترجع الباحثة التحسن في مراحل أداء ٥٠ متر فراشة لدى أفراد المجموعة التجريبية إلى التأثير الإيجابي لإستخدام برنامج العروض التقديمية ، والذي وفر بيئة تعليمية جديدة تضمنت مثيرات بصرية وسمعية ، وصور توضيحية ، ولقطات فيديو تعليمية توضح الأداء النموذجي لسباحة الفراشة ، وتفاعل يعد جديد من نوعه يشجع على المشاركة الإيجابية في العملية التعليمية ، ويستثير تفكير المبتدئين، ويعمل على سير العملية التعليمية وفقاً لرغبة وسرعة كل سباح مبتدئ ، وكل ذلك تحقق من خلال البرنامج التعليمي بإستخدام العروض التقديمية ، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كل من : **راى ووردين Ray, J., & Warden (٢٠٠٨)**، **جيوريك وهيد Jurica & Head (٢٠٠٩)** أن برنامج العروض التقديمية يساعد على حل العديد من المشكلات المتعلقة بتوافر النماذج الجيدة من المهارات التطبيقية بواسطة الحاسب الآلي حيث يوفر مثيرات بصرية وسمعية عالية الجودة مما يؤدي إلى تكوين تصور جيد عن المادة العلمية ، وبالتالي إستفادة عدد كبير من المتعلمين من المادة العلمية المعروضة. (٢٩٠:٣١)، (٢٧:٣٠٤)

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من: **دينا متولى أحمد (٢٠٠٨) (١٠)**، **مصطفى محمد نصر الدين (٢٠٠٨) (٢١)**، **أحمد البهلول عطيه (٢٠١٩) (٣)**، **أحمد حميدة نويشى (٢٠١٩) (٤)**، **محمد السيد كامل (٢٠١٩) (١٧)** على أهمية إستخدام برنامج العروض التقديمية والوسائط الفائقة في تعلم وإتقان المهارات الحركية في المجال الرياضى.

وفي هذا الصدد يتفق كل من : **أبو النجا عز الدين (٢٠٠٦)**، **محمد عطية خميس (٢٠٠٩)** على أن مجال التعليم القائم على الحاسب الآلي له قيمة عظيمة في مجال التعليم والتعلم، فهذا يعني تطوير مجال التربية والتعليم من خلال تطوير المعلومات والأداء للمعلم والمتعلم ، وتوسيع للمدراك والقدرة على تبادل المعلومات ، وذلك في حد ذاته يمثل قضية هامة تهدف في المقام الأول إلى تغيير أنماط الفكر البشري ، وتعود المتعلمين على التفكير العلمي المنظم والإبداعى ، وخصوصاً في المرحلة الأولى من التعليم. (٢ : ١٢٢)، (١٩: ٢٣-٢٦)

وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول للبحث والذي ينص على: "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء الفني في سباحة الفراشة لصالح القياس البعدي".

ب- مناقشة نتائج الفرض الثاني للبحث:

أسفرت نتائج الجدول (١٠) عن وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مراحل أداء ٥٠ متر فراشة ولصالح القياس البعدي.

وترجع الباحثة التحسن في مراحل أداء ٥٠ متر فراشة لدى أفراد المجموعة الضابطة إلى فاعلية استخدام الطريقة التقليدية (أسلوب التعلم بالأمر) في التعليم والمتمثلة في الشرح اللفظي وإعطاء فكرة واضحة عن كيفية الأداء الصحيح ، وكذلك عمل نموذج لمرحل أداء سباحة الفراشة بواسطة المعلمة، ثم تقديم مجموعة من التدريبات المتدرجة من السهل إلى الصعب، ومن البسيط إلى المركب ثم تأتي الممارسة والتكرار من جهة المبتدئين ، ثم التغذية الراجعة من جانب المعلمة وتصحيح الأخطاء وتوجيههم ، وهذا أتاح للمبتدئين فرصة التعلم بصور سليمة مطابقة للأداء الفني لسباحة الفراشة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كل من : مارتن ولومسدين **Martin & lumsden** (١٩٩٧) (٢٩)، مهدي محمود سالم (٢٠٠٢) (٢٢)، وفيقة مصطفى سالم (٢٠٠٧) (٢٤) على أن أسلوب التعلم بالأمر (الطريقة التقليدية) في التعليم تعود عليها المتعلمين خلال مراحل التعليم المختلفة، ومن خلاله يسهل عليهم تحصيل المهارات الحركية لقيام المعلم بهذه المهمة، وفيها يتم تعديل سلوك المتعلم بالممارسة والتمرين حتى يحدث التكيف في المواقف الجديدة.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثاني للبحث والذي ينص على: "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء الفني في سباحة الفراشة لصالح القياس البعدي".

ج- مناقشة نتائج الفرض الثالث للبحث:

أظهرت نتائج الجدول (١١) والشكل (١) توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مراحل أداء ٥٠ متر فراشة ولصالح المجموعة التجريبية.

وتعزى الباحثة تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في مراحل أداء ٥٠ متر فراشة إلى استخدام أفراد المجموعة التجريبية بإستخدام برنامج العروض التقديمية، والذي يعتبر من أساليب التدريس الحديثة في تعزيز العملية التعليمية ، حيث يتأسس على تعلم كل متعلم وفقاً لقدراته ، وسرعته الذاتية من خلال تقسيم المهارة الحركية إلى أجزاء صغيرة في ضوء التسلسل المنطقي لها، وبطريقة منظمة ومتتابعة، في شكل صور ثابتة، وصور متحركة "لقطات فيديو تعليمية"، ونص مكتوب مما ساعد المبتدئ على التركيز ، والفهم لكل جزء وتعلمه بسهولة ، من خلال المشاركة الإيجابية والتفاعل مع مكونات البرنامج ، ومن ثم الوصول إلى درجة إتقان أداء سباحة الفراشة ، بينما لا تمكن الطريقة التقليدية المبتدئين من متابعة الشرح حيث أن هناك من لا يستطيع رؤية نموذج المهارة بشكل واضح من زوايا مختلفة ، وبالتالي لا تتضح له النواحي الفنية لأداء المهارة بصورة سليمة، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كل من : **أردن وكابلن Erden & kablán** (٢٠٠٨)، **عبد الله موسى** (٢٠١٠) أن برنامج العروض التقديمية يخدم المعلم ، إذ يقوم المعلم بإعداد بعض الدروس التي يمكن تدريسها بوساطة الكمبيوتر، وتقديم نماذج من التجارب العملية ، وكذلك إعداد الرسومات والصور المتعلقة بالمنهج الدراسي، وكذلك عرض المواد التعليمية التي تهدف إلى نقل الصورة من الواقع الذي يصعب توفير نماذج فعلية مصغرة أو مكبرة بهدف تقديم المادة التعليمية بشكل يثير الانتباه ، ويعمل على زيادة دافعية المتعلمين.(٣٥١:٢٦)،(١١:١٣٧)

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من: **مصطفى محمد نصر الدين** (٢٠٠٨)(٢١)، **أحمد البهلول عطيه** (٢٠١٩) (٣)، **أحمد حميدة نويشى** (٢٠١٩) (٤)، **محمد السيد كامل** (٢٠١٩)(١٧) على فاعلية إستخدام برنامج العروض التقديمية في إتقان المهارات الحركية في الرياضات الفردية والجماعية مقارنة بأسلوب التعلم بالأمر.

كما أشارت نتائج الجدول (١٢) والشكل (٢) إلى تفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة في نسب تحسن القياس البعدى عن القبلى في مراحل أداء ٥٠ متر فراشة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه **محمد على القط** (٢٠٠٠)(٢٠) أن استخدام الوسائل التعليمية من العوامل الهادفة بالعملية التعليمية حيث أنها جزءاً هاماً للارتقاء بتعليم مهارات السباحة، حيث أنها تساعد المتعلم على اكتساب المهارات الحركية اكتساباً كاملاً ، وتساعد على التغلب على عامل الخوف ، واختصار الزمن المخصص لكل مرحلة تعليمية، وإثارة الدافعية لعملية التعلم، وتسهيل إمكانية تعلم الحركات الصعبة.

وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الثالث والذي ينص على: " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الأداء الفني في سباحة الفراشة لصالح المجموعة التجريبية".

الإستخلاصات:

- في ضوء أهداف وفروض البحث والنتائج التي تم التوصل إليها يمكن استخلاص ما يلي:
- ١- يؤثر البرنامج التعليمي بإستخدام تطبيقات العروض التقديمية تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) على مستوى الأداء الفني للمبتدئين في سباحة الفراشة من (٩-١١) سنة.
 - ٢- يؤثر أسلوب التعلم بالأمر (الطريقة التقليدية) تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) على مستوى الأداء الفني للمبتدئين في سباحة الفراشة من (٩-١١) سنة.
 - ٣- زيادة فاعلية البرنامج التعليمي بإستخدام تطبيقات العروض التقديمية عن أسلوب التعلم بالأمر في مستوى الأداء الفني للمبتدئين في سباحة الفراشة من (٩-١١) سنة.
 - ٤- تفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة في نسب تحسن القياس البعدى عن القبلى في مستوى الأداء الفني للمبتدئين في سباحة الفراشة من (٩-١١) سنة.

التوصيات:

- في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث توصى الباحثة بما يلي:
- ١- ضرورة إستخدام البرنامج التعليمى المدعم بتطبيقات العروض التقديمية لتعلم وإتقان سباحة الفراشة لمبتدئى السباحة من (٩-١١) سنة.
 - ٢- العمل على إدخال التجهيزات والإمكانات اللازمة من أجهزة إلكترونية وشاشات عرض فى المؤسسات الرياضية المختلفة.
 - ٣- تشجيع المدربين على إستخدام الوسائل التكنولوجية فى تعليم مهارات السباحة للمبتدئين وذلك لتفادى جمود الطريقة التقليدية فى التعليم.
 - ٤- إجراء دراسات مشابهة بإستخدام وسائل تكنولوجيا التعليم الحديثة ومعرفة تأثيرها على تعلم بقية مهارات السباحة للمبتدئين.

المراجع

أولاً : المراجع العربية :

- ١- أبو العلا أحمد عبد الفتاح (١٩٩٦): $٤ \times ١٢ = ٤٨$ ساعة لتعلم السباحة ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٢- أبو النجا احمد عز الدين (٢٠٠٦) : المناهج وتكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية، مطبعة ٦ أكتوبر، المنصورة.
- ٣- أحمد البهلول عطية (٢٠١٩): "فعالية العروض التقديمية باستخدام تكنولوجيا ثلاثية الأبعاد على بعض نواتج تعلم مسابقة الوثب العالى - جامعة طرابلس" ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة الإسكندرية.
- ٤- أحمد حميدة نويشى (٢٠١٩): "تأثير إستخدام عروض الفيديو التقديمية على التحصيل المعرفى والمستوى الفنى لحكام كرة القدم" ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا.
- ٥- أسامة كامل راتب (١٩٩٨) : تعليم السباحة ، ط٣ ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٦- الإتحاد المصرى للسباحة (٢٠٠٢): مشروع النجوم الثلاثة لتأهيل البراعم فى سباحة المنافسات ، وثائق منطقة القاهرة للسباحة ، القاهرة .
- ٧- الإتحاد المصرى للسباحة (٢٠١٢) : مشروع تطوير إختبارات النجوم المطور للسباحات التنافسية ، وثائق منطقة القاهرة للسباحة ، القاهرة .
- ٨- الغريب زاهر إسماعيل (٢٠١٤): تكنولوجيا التعليم (نظرة مستقبلية) " ط٣ ، دار الكتاب الحديثة، القاهرة.
- ٩- جمانة محمد عبدالحميد (٢٠٠٩): رياضة السباحة تعلمها، تدريبها ، قانونها ، دار المستقبل للطباعة والنشر، الأردن.

- ١٠- دينا متولى أحمد (٢٠٠٨): "تأثير برنامج مقترح بإستخدام الوسائط فائقة التداخل على كل من مستوى الأداء والقلق لدى الأطفال المبتدئين فى سباحة الدولفين"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
- ١١- عبد الله موسى (٢٠١٠) : استخدام الحاسب الآلي في التعليم، مكتبة الشقري، الرياض، المملكة العربية السعودية.
- ١٢- عزب محمد عزب ، أنور عبد الحميد محمود (٢٠١٧): الكمبيوتر للمبتدئين (سلسلة تعلم الكمبيوتر بسهولة)، دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع ، القاهرة.
- ١٣- على محمد عبد المنعم (٢٠١٢): تكنولوجيا التعليم والوسائل التعليمية، ط٢، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية.
- ١٤- فراس إبراهيم (٢٠٠٥) : طرق التدريس ووسائله وتقنياته - وسائل التعلم والتعليم ، دار أسامة للنشر والتوزيع ، عمان، الاردن.
- ١٥- ماهر إسماعيل صبري (٢٠٠٥) : التنوير التكنولوجي وتحديث التعليم ، المكتب الجامعي الحديث ، الإسكندرية.
- ١٦- محمد الجابري منتصر وآخرون (٢٠٠٨): الحاسوب فى التعليم ، الشركة العربية المتحدة للتسويق والتوزيعات ، القاهرة.
- ١٧- محمد السيد كامل (٢٠١٩): "تأثير إستخدام خرائط المفاهيم بواسطة برنامج العروض التقديمية على مستوى أداء بعض مهارات كرة القدم "، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة بورسعيد.
- ١٨- محمد صبحى حسانين (٢٠٠٣): القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضة، ط٤، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ١٩- محمد عطية خميس (٢٠٠٩) : تكنولوجيا التعليم والتعلم ، دار السحاب للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة.
- ٢٠- محمد على القط (٢٠٠٠): السباحة بين النظرية والتطبيق، مكتب العزيزى للكمبيوتر، الزقازيق.

- ٢١- مصطفى محمد نصر الدين (٢٠٠٨): "تأثير إستخدام خريطة المفاهيم بواسطة برنامج العروض التقديمية بالحاسب الآلى على بعض مهارات كرة اليد بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية"، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة ، العدد (١١)، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
- ٢٢- مهدي محمود سالم (٢٠٠٢): تقنيات ووسائل التعليم، دار الفكر العربى، القاهرة.
- ٢٣- وفيقة مصطفى سالم (١٩٩٧): الرياضات المائية (أهدافها - طرق تدريسها - أسس تدريبها - أساليب تقويمها) ، جهاز الطبع والنشر للكتاب الجامعى ، جامعة الإسكندرية.
- ٢٤- وفيقة مصطفى سالم (٢٠٠٧): تطبيقات تكنولوجيا التعليم وتفعيل العملية التعليمية فى التربية البدنية والرياضية ، الجزء الثانى ، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- ٢٥- يس عبد الرحمن قنديل (٢٠٠٦): تكنولوجيا التعليم ، مطابع جامعة السودان المفتوحة، السودان.

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 26-Erden & Kablan (2008):** Instructional Efficiency of integrated and separated text with Animation presentations in computer- based science instruction.
- 27-Jurica, J., & Head, I., (2009):** Using Computer Simulations in Elementary Social Studies Classrooms national forum of teacher education, journal of Social Studies, Vo., 19, NO. 3.
- 28-Leppert, M .,(2005):** Microcomputer in Education : Motivational and Social Issues, Amrrican J.,janvier, U.S.A.
- 29-Martin and Lumsden (1997):** Coaching an Effective Behavioral Approach, college publishing, Toronto.
- 30-Plow Man, T., (2010):** Academic in Tegrity and information al Technology, Journal of Tech Trends, 44, (1). U.S.A.
- 31-Ray, J., & Warden, M., (2008):** Technology, computers, and the special needs learner. Albany, NY: Delmar Publishers.

ملحق (١)

إستطلاع رأى الخبراء

السيد الأستاذ الدكتور/.....

تحية طيبةويعد

تقوم الباحثة الدكتورة / ريهام أحمد فاضل عبد العزيز . الأستاذ المساعد بقسم الرياضات المائية والمنازلات - بكلية التربية الرياضية بنات بالزقازيق بإجراء دراسة عنوانها :

تأثير برنامج تعليمى بإستخدام تطبيقات العروض التقديمية على مستوى الأداء الفنى فى سباحة الفراشة لدى الأطفال المبتدئين

ولما كان هذا البحث يتطلب الإستعانة بخبرات سيادتكم العلمية والميدانية،لذا فإن الباحثة تتشرف بمساهماتكم وفكركم البناء حول تحديد أهم القدرات البدنية المؤثرة والمرتبطة بسباحة الفراشة للمبتدئين ، وكيفية قياسها.

ولا يسع الباحثة إلا أن تتقدم لسيادتكم بخالص الشكر والتقدير على معاونتكم الصادقة.

بيانات شخصية للخبير:

- الإسم:

- الدرجة العلمية:

- جهة العمل:

- عدد سنوات الخبرة: تدریس

تدريب

الباحثة

تابع ملحق (١)

أسلوب التعامل مع الإستمارة

١- تحديد أهم القدرات البدنية لسباحة الفراشة:

يرجى من سيادتكم إبداء الرأى فى تحديد أهم القدرات البدنية لسباحة الفراشة، وذلك بإعطاء درجة من عشر درجات أمام كل متغير حسب أهميته كما يلى:

الدرجة من عشرة	القدرات البدنية	م
	القدرة العضلية للذراعين	١
	القدرة العضلية للرجلين	٢
	قوة القبضة	٣
	التوازن	٤
	المرونة (الكتفين - القدم)	٥
	التوافق	٦
	قوة عضلات الرجلين	٧
	السرعة الإنتقالية	٨
	قوة عضلات الظهر	٩

متطلبات بدنية أخرى ترون سيادتكم إضافتها:

.....

.....

.....

.....

.....

الباحثة

تابع ملحق (١)

٢- الإختبارات المستخدمة فى قياس القدرات البدنية :

يرجى تحديد أنسب الإختبارات التى تقيس القدرات البدنية لسباحة الفراشة، وبذلك بوضع علامة (✓) أمام أفضل إختيار ترونه سيادتكم بما يحقق أهداف الدراسة كما يلى:

م	المكونات البدنية	الإختبارات المرشحة	العلامة
١	القدرة العضلية للرجلين	* إختبار الوثب العريض من الثبات. * إختبار الوثب العمودى من الثبات. * إختبار الوثبات المتتالية فى المكان.	
٢	المرونة	* إختبار ثنى الجذع للأمام من الوقوف. * إختبار مرونة مفصلى القدم. * إختبار مرونة مفصلى الكتف.	
٣	قوة عضلات الرجلين	- قياس قوة عضلات الرجلين بجهاز الديناموميتر.	
٤	قوة عضلات الظهر	- قياس قوة عضلات الظهر بجهاز الديناموميتر.	
٥	قوة القبضة	- قياس قوة القبضة بجهاز ديناموميتر القبضة.	
٦	التوافق	* إختبار الدوائر المرقمة. * إختبار رمى وإستقبال الكرات.	

ما ترونه سيادتكم من إقتراحات أو إضافات أخرى:

.....
.....
.....

الباحثة

تابع ملحق (١)

أسماء الخبراء فى السباحة *

م	الإسم	الوظيفة
١	سحر عبد العزيز حجازى	أستاذ السباحة - كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق
٢	عبير عبد الرحمن شديد	أستاذ السباحة - كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق
٣	طارق مهدى عطية	أستاذ تدريب السباحة - ورئيس قسم نظريات وتطبيقات الرياضات المائية - كلية التربية الرياضية بنين - جامعة الزقازيق
٤	محمد محمود مصطفى	أستاذ تدريب السباحة - قسم نظريات وتطبيقات الرياضات المائية - كلية التربية الرياضية بنين - جامعة الزقازيق
٥	نادية محمد طاهر شوشة	أستاذ السباحة - كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

* تم ترتيب أسماء السادة الخبراء وفقاً لترتيب الحروف الهجائية.

ملحق (٢)

الإختبارات البدنية قيد البحث

١- إختبار قوة عضلات الرجلين

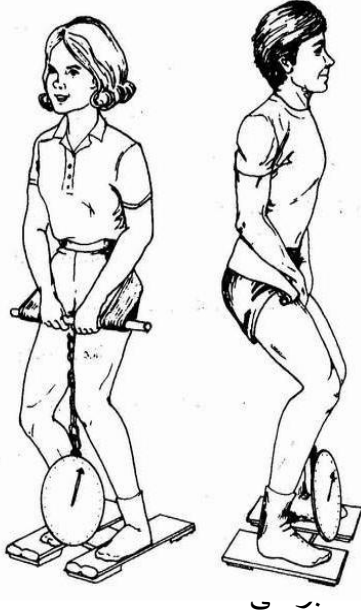
الغرض من الإختبار : قياس قوة عضلات الرجلين.

الأدوات المستخدمة : جهاز ديناموميتر مثبت على قاعدة مناسبة للوقوف ، وبه مقياس مدرج ،

مثبت به سلسلة حديدية طولها حوالي ٦٠ سم تنتهي ببار حديدي

طوله يتراوح من ٥٠ إلى ٥٥ سم .

طريقة الأداء :



- يثبت الديناموميتر بالقاعدة ، ويثبت به من أعلى

السلسلة الحديدية التي تنتهي بالبار الحديدي .

- يلف حزام عريض من الجلد حول وسط المختبر

بطريقة تمكنه من ربط طرفية في نهايتي البار

الحديدي .

- يتخذ المختبر وضع الوقوف على القاعدة ، ثم

يقبض على البار الحديدي بكلتا اليدين بحيث يكون

ظهرا اليدين للخارج .

- يقوم المختبر بثني الرجلين قليلا حتى يصل بالبار

الحديدي فوق الفخذين بحيث يثبت حزام الوسط بالبار الحديدي .

هذا الوضع .

- عند إعطاء إشارة البدء يقوم المختبر بمد الرجلين لأعلى لإخراج أقصى قوة ممكنة .

تعليمات الإختبار :

- يجب على المختبر أن يحافظ على وضع الظهر والذراعين باستقامة واحدة في وضع متعامد

على الأرض .

- عدم الميل بالرأس للأمام أو للخلف .

- يتم الشد على جهاز الديناموميتر ببطء وبدون الدفع فجأة أو مرة واحدة .

التسجيل :

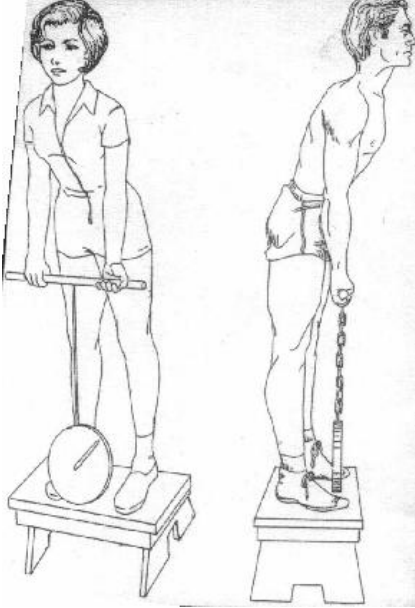
يعطى لكل مختبر محاولتان متتاليتان ، تحتسب له أفضلهما مقربة إلى أقرب نصف رطل أو

نصف كيلو جرام . (١٨ : ٢٤٧ ، ٢٤٨)

٢- إختبار قوة عضلات الظهر

الغرض من الإختبار : قياس قوة عضلات الظهر.

الأدوات المستخدمة :



- جهاز ديناموميتر كما فى الإختبار السابق .

طريقة الأداء :

- يتخذ المختبر وضع الوقوف على قاعدة
- الديناموميتر ، ثم يقوم بثنى الجذع للأمام
- ولأسفل ليقبض على البار الحديدى باليدين .
- يعدل طول السلسلة الحديدية التى تصل البار
- الحديدى بالديناموميتر بالصورة التى تمكن
- المختبر من الشد لأعلى من وضع ثنى الجذع
- وفرد الركبتين .

- عند إعطاء إشارة البدء يقوم المختبر بالشد باليدين لأعلى بحيث تكون حركة الشد من الجذع
- وليس من الرجلين ، ويكون الشد ببطء لإخراج أقصى قوة ممكنة .

تعليمات الإختبار :

- يجب الإحتفاظ بالركبتين مفردتين والقدمين على قاعدة الديناموميتر .
- القبض على البار الحديدى بالطريقة العكسية ، أى يكون ظهر إحدى اليدين للخارج
- يجب أن يكون الرأس مع الجذع على إستقامة واحدة .

التسجيل :

يعطى لكل مختبر محاولتان متتاليتان ، تحتسب له أفضلهما مقربة إلى أقرب نصف

رطل أو نصف كيلو جرام . (١٨ : ٢٤٦ ، ٢٤٧)

٣- إختبار الوثب العريض

الغرض من الإختبار:

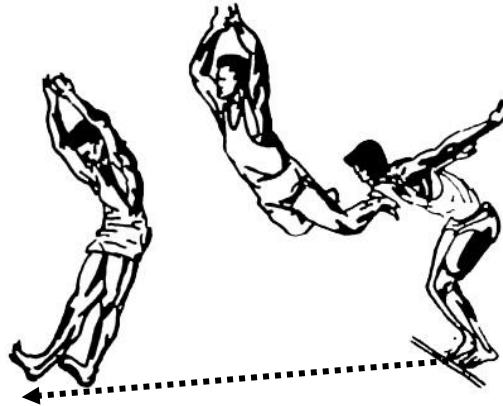
قياس القدرة العضلية للرجلين فى الوثب للأمام.

الأدوات المستخدمة:

مكان مناسب مستوى للوثب، شريط قياس، طباشير.

طريقة الأداء:

يقف المختبر خلف خط البداية والقدمان متباعدتان قليلاً ومتوازيتان، بحيث يلامس القدمين خط البداية من الخارج، ثم يبدأ المختبر بمرجحة الذراعين للخلف مع ثنى الركبتين والميل للأمام قليلاً، ثم يقوم بالوثب للأمام لأقصى مسافة ممكنة، عن طريق مد الركبتين والدفع بالقدمين مع مرجحة الذراعين للأمام، ويجب أن يكون الإرتقاء بالقدمين معاً، ولكل مختبر ثلاثة محاولات متتالية تحتسب له أفضل المحاولات.



حساب الدرجات:

تحتسب المسافة التى وثبها المختبر من خط البداية حتى آخر جزء من الجسم يلمس الأرض

ناحية هذا الخط. (١٨ : ٣٨٢ ، ٣٨٣)

٤- إختبار قوة القبضة

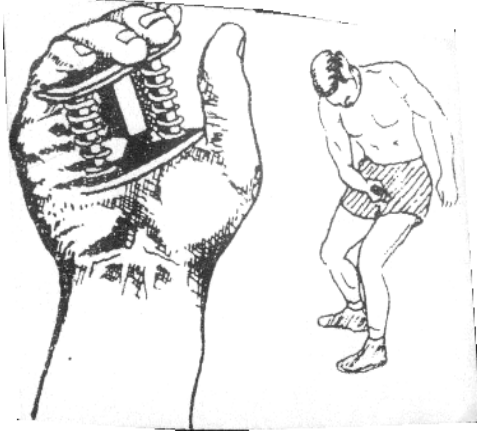
الغرض من الإختبار :

قياس قوة العضلات القبضة اليمنى أو اليسرى (العضلات المثنية للأصابع) .

الأدوات المستخدمة :

- جهاز ديناموميتر به مقياس مدرج مع ملاحظة أن التدرج يختلف باختلاف السن .

طريقة الأداء :



- يمسك المختبر الديناموميتر بقبضة يده .

- يقوم بالضغط بقبضة اليد على الديناموميتر

لمحاولة إخراج أقصى قوة ممكنة .

تعليمات الإختبار :

- يجب على المختبر ألا يلمس باليدين أى جزء

من جسمه أى شئ خارجى .

- يؤدى الإختبار مرة باليد اليمنى ومرة أخرة باليد اليسرى .

التسجيل :

- يعطى لكل مختبر محاولتان متتاليتان ، وتحسب له نتائج أفضلهما. (١٨ : ٢٦٥ - ٢٦٧)

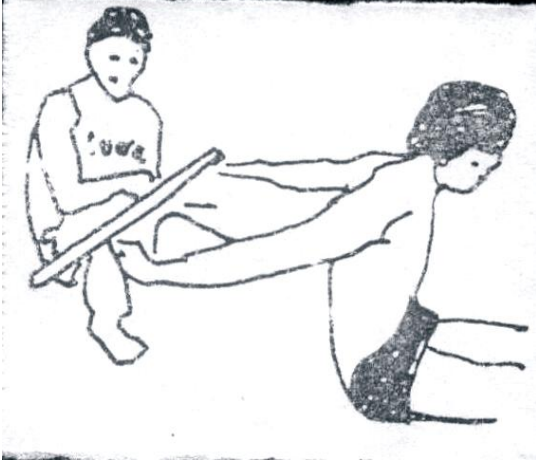
٥- إختبار مرونة مفصلي الكتفين (أفقيا)

الغرض من الإختبار : قياس مرونة مفصلي الكتفين (أفقيا)

الأدوات المستخدمة :

- مسطرة مدرجة .

طريقة الأداء :



- يجلس السباح منتصب الظهر بحيث تكون الرجلين والركبتين على كامل إمتدادهما ثم رفع الذراعين جانبا بارتفاع الكتفين محركا الذراعين إلى أقصى مدى للخلف .

- يقوم (الزميل) من خلال المسطرة المدرجة بقياس المسافة بين الأصبعين الأوسطين لليدين .

التسجيل :

- درجة المختبر هي : أقصى نقطة على المقياس يصل إليها المختبر من وضع الذراعين خلفاً . (١٨ : ٣٣٠)

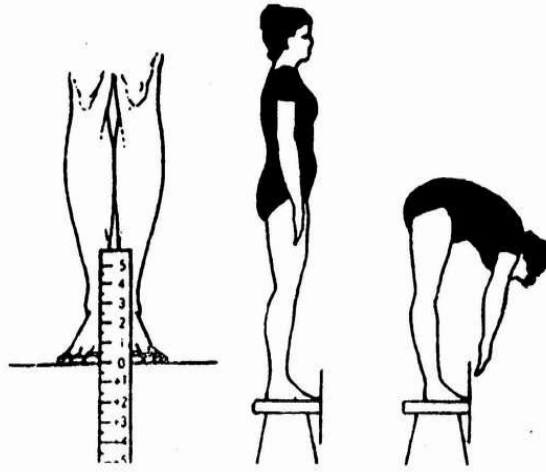
٦- إختبار ثنى الجذع من الوقوف

الغرض من الإختبار:

قياس مدى مرونة الجذع والفخذ.

الأدوات المستخدمة:

مقياس مدرج من الخشب أو مسطرة طولها (٥٠) سم مقسمة إلى وحدات كل وحدة تساوى اسم، مقعد أو كرسي يتحمل وزن المختبر.



مواصفات الأداء:

- يتخذ المختبر وضع الوقوف على حافة المقعد بحيث تكون القدمان ملامستان لجانبى المقياس الخشبي (المسطرة).
- يقوم المختبر بثنى الجذع أماماً أسفل بحيث تصبح الأصابع أمام المقياس، ومن هذا الوضع يحاول المختبر ثنى الجذع لأقصى مدى ممكن بقوة وببطئ، مع ملاحظة أن تكون أصابع اليدين فى مستوى واحد.

طريقة التسجيل:

درجة المختبر هى أقصى نقطة يصل إليها المختبر على المقياس من وضع ثنى الجذع أماماً أسفل. (١٨ : ٣٢٧ ، ٣٢٨)

٧- إختبار مرونة مفصل القدم

الغرض من الإختبار : قياس مرونة مفصل القدم فى القبض لأسفل .

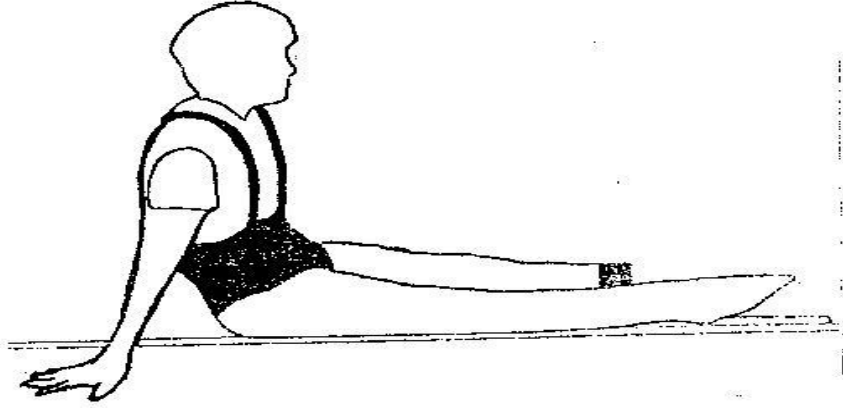
الأدوات المستخدمة : مسطرة مدرجة .

طريقة الأداء :

- يقوم المختبر بإتخاذ وضع الجلوس طولا ، يقوم المختبر بقبض القدم لأسفل إلى أقصى مدى يستطيع الوصول إليه .

التسجيل :

- درجة المختبر هى : حساب المسافة بين أسفل اللإصبعين الكبيرين والأرض وكلما قلت هذه المسافة دل ذلك على زيادة المرونة وتقاس بالسـم.



(١٨ : ٣٣٩ - ٣٤٠)

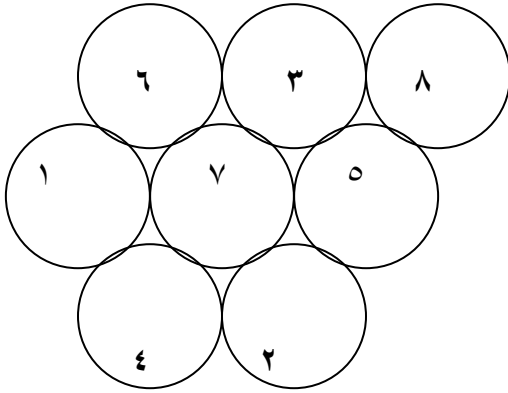
٨- إختبار الدوائر المرقمة

الغرض من الإختبار : قياس توافق الرجلين والعينين .

الأدوات المستخدمة : يرسم على الأرض ثمانى دوائر على أن يكون قطر كل منها ستون (٦٠)

سننيمتر ، ترقم الدوائر كما هو وارد بالشكل - ساعة إيقاف .

طريقة الأداء :



- يقف المختبر داخل الدائرة رقم (١)

عند سماع إشارة البدء يقوم بالوثب

بالقدمين معا إلى الدائرة رقم (٢) ثم

إلى الدائرة رقم (٣) ثم الدائرة رقم

(٤) حتى الدائرة رقم

(٨) ، يتم ذلك بأقصى سرعة .

التسجيل :

- يسجل للمختبر الزمن الذى يستغرقه فى الإنتقال عبر الثمانى دوائر .

(١٨ : ٤١١)

ملحق (٣)
استمارة التقييم

جدول بالعرض

ملحق (٤)

أسماء المحكمات لمستوى الأداء الفني

فى سباحة الفراشة *

م	الإسم	الوظيفة
١	سحر عبد العزيز حجازى	أستاذ السباحة - كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق
٢	عبير عبد الرحمن شديد	أستاذ السباحة - كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق
٣	نادية محمد طاهر شوشة	أستاذ السباحة - كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

* تم ترتيب أسماء السادة الخبراء وفقاً لترتيب الحروف الهجائية.

ملحق (٥)

أسماء الخبراء فى طرق تدريس التربية الرياضية

ورياضة السباحة*

م	الإسم	الوظيفة
١	إيمان حسن الحارونى	أستاذ طرق التدريس - عميدة كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق
٢	عبير عبد الرحمن شديد	أستاذ السباحة - كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق
٣	علاء الدين صالح	أستاذ طرق التدريس - كلية التربية الرياضية بنين - جامعة الزقازيق.
٤	طارق محمد ندا	أستاذ السباحة ووكيل كلية التربية الرياضية بنين لشئون الدراسات العليا والبحوث - جامعة الزقازيق سابقاً
٥	طارق مهدى عطية	أستاذ تدريب السباحة - ورئيس قسم نظريات وتطبيقات الرياضات المائية - كلية التربية الرياضية بنين - جامعة الزقازيق

* تم ترتيب أسماء السادة الخبراء وفقاً لترتيب الحروف الهجائية.

ملحق (٦)

محتوى البرنامج التعليمي باستخدام تطبيقات العروض التقديمية

لتعلم سباحة الفراشة لأفراد المجموعة التجريبية

الأسبوع الأول

الهدف التعليمي : تعلم وضع الجسم والبدء فى سباحة الفراشة. زمن الوحدة : ٩٠ دقيقة

الأدوات	المحتوى	الزمن	أجزاء الوحدة
جهاز حاسب آلى وداتا شو وشاشة عرض	تقوم المعلمة بعرض محتوى العرض التقديمى على مبتدئى السباحة لمشاهدة لمراحل أداء سباحة الفراشة ، وبعض الخطوات التعليمية ، والتدريبات الفنية.	١٠ق	مشاهدة العروض التقديمية
	١- الجرى المتنوع (أمامى - خلفى - جانبي) حول حمام السباحة. ٢- تمرينات الإطالة والمرونة لجميع أجزاء الجسم (الذراعين - الجذع - الرجلين).	٥ق	أحماء عام
	١- (وقوف فتحاً) ثني الجذع أماماً أسفل والضغط . ٢- (وقوف) الجري الزجراجي بين الأقماع لمسافة ١٠ أمتار. ٣- انبطاح مائل) ثني الذراعين. ٤- (وقوف) الجري في المكان لمدة ١٥ ث. ٥- (جلوس على أربع) قذف الرجلين خلفاً مع فتحهما.	١٥ق	إعداد بدنى خاص
	النشاط التعليمي والتطبيقي : ١- التدريب على الوضع الصحيح للجسم لسباحة الفراشة والتركيز على أن تكون منطقة الأرداف قريبة من سطح الماء والشكل الإنسيابي العام للجسم وشد مشط القدم للخارج. ٢- التدريب على أن تكون ضربات الرجلين قوية ولأسفل حيث تساعد على رفع منطقة الوسط والأرداف قريبة من سطح الماء . ٣- تركيز السباح البرعم دائماً بأستواء مستوى الكتفين وعدم ميلهما وقربهما من سطح الماء وشد مشط القدم للخارج . ٤- من وضع الوقوف على مكعب البدء وعند سماع إشارة خذ مكانك يتقدم البرعم لحافة المنصة ويلف أصابع القدم على حافتها ويمسك الحافة بيده مع ميل الجسم للأمام بقدر الإمكان وثنى خفيف للركبتين (التركيز على أن تكون أصابع القدمين قابضة على حافة المكعب). ويمجرد سماع إشارة البدء يعمد البرعم إلى إخلال توازن الجسم مع التركيز على دخول اليدين معاً والذراعين حول الأذنين. - وضع الرأس بين الذراعين لتقليل المقاومة مع الإنسياب. - أن يكون وضع الجسم إنسيابي والجذع والركبتين. - ضربات الرجلين الدولفينية القوية للحفاظ على الإنسيابية. - التنفس بعد أول ضربتين بالذراعين.	٥٥ق	الجزء الرئيسي
	١- لعبة وثبة الأرنب في الجزء الضحل بعرض الحمام. ٢- الإنزلاق في الماء وأداء الطفو للإسترخاء.	٥ق	الختام

تابع ملحق (٦) الأسبوع الثانى

الهدف التعليمى : تعلم حركات الرجلين فى سباحة الفراشة. زمن الوحدة : ٩٠ دقيقة

الأدوات	المحتوى	الزمن	أجزاء الوحدة
جهاز حاسب آلى وداتا شو وشاشة عرض	تقوم المعلمة بعرض محتوى العرض التقديمى على مبتدئى السباحة لمشاهدة لمراحل أداء سباحة الفراشة ، وبعض الخطوات التعليمية ، والتدريبات الفنية.	١٠ق	مشاهدة العروض التقديمية
	١- الجرى المتنوع (أمامى - خلفى - جانبي) حول حمام السباحة. ٢- تمارين الإطالة والمرونة لجميع أجزاء الجسم (الذراعين - الجذع - الرجلين).	٥ق	أحماء عام
	١- (الوقوف،مواجه لعدة صناديق) الوثب للأمام بالقدمين. ٢- (وقوف مواجه الصندوق،قدم فوق الصندوق) وضع القدمين على الصندوق بالتبادل. ٣- (وقوف،الذراعين اماما،مسك كرة طرية) رفع الذراعين عاليا. ٤- (وقوف) الوثب فتحاً مع رفع الذراعين جانباً . ٥- (الوقوف مواجه- ثنى الجذع أماما- مسك يد الزميلة) الضغط لأسفل بالذراعين.	١٥ق	إعداد بدنى خاص
	النشاط التعليمى والتطبيقي : ١- من وضع الوقوف والسند بأحد الذراعين على الحائط يتم تحريك أحد القدمين للأمام وللخلف مع ثنى خفيف فى مفصل الركبة(القدم اليمنى) . ٢- يكرر التمرين السابق (القدم اليسرى) . ٣- أداء ضربات الرجلين بمساعدة المعلمة وذلك بمسك الماسورة ويجب على البرعم أن تكون ذراعيه ممدوتين مع رفع الرأس عن سطح الماء وجعل الذقن مرتكزة على الماء ثم التدريب على ضربات الرجلين فى الماء . ٤- يكرر البرعم التمرين ٣×٥٠م. ٥- التدريب على ضربات الرجلين بمساعدة أداة طفو . مد الذراعين أمام ووضع الرأس فى الماء ثم أداء ضربات الرجلين. ٦- يكرر البرعم التمرين ٥×٥٠م. ٧- يكرر البرعم التمرين مع رفع الرأس عن سطح الماء وجعل الذقن مرتكزة على الماء ثم التدريب على ضربات الرجلين فى الماء . ٨- يكرر البرعم التمرين ٨×٥٠م. ٩- من وضع الوقوف التدريب على ضربات الرجلين تحت سطح الماء بمد الذراعين للأمام والجسم كله مغمور تحت الماء ويقوم بأداء حركات القدمين والساقين . ١٠- بدون أداة للطفو مد الذراعين أمام ووضع الرأس فى الماء ثم أداء ضربات الرجلين. ١١- يكرر البرعم التمرين ٨×٥٠م.	٥٥ق	الجزء الرئيسى
	١- يتحرك البرعم فى اتجاهات مختلفة تبعا لإشارة المعلمة. ٢- الإنزلاق فى الماء وأداء الطفو للإسترخاء.	٥ق	الختام

تابع ملحق (٦)

الأسبوع الثالث

الهدف التعليمي : تعلم حركات الرجلين والوسط في سباحة الفراشة. زمن الوحدة : ٩٠ دقيقة

الأدوات	المحتوى	الزمن	أجزاء الوحدة
جهاز حاسب آلي وداتا شو وشاشة عرض	تقوم المعلمة بعرض محتوى العرض التقديمي على مبتدىء السباحة لمشاهدة لمراحل أداء سباحة الفراشة ، وبعض الخطوات التعليمية ، والتدريبات الفنية.	١٠ق	مشاهدة العروض التقديمية
	١- الجرى المتنوع (أمامي - خلفي - جانبي) حول حمام السباحة. ٢- تمرينات الإطالة والمرونة لجميع أجزاء الجسم (الذراعين - الجذع - الرجلين).	٥ق	أحماء عام
	١- (وقوف فتحاً) تباعد القدمين لأكثر مسافة. ٢- (وقوف) العدو ٣٠ متر . ٣- (وقوف) الحجل لمسافة ١٠ أمتار والعودة جرى. ٤- (وقوف) الوثب فتحاً مع رفع الذراعين جانباً. ٥- (وقوف) الوثب العريض من الثبات.	١٥ق	إعداد بدني خاص
	النشاط التعليمي والتطبيقي : ١- من وضع الوقوف في الماء وضع الذراعين عالياً ويتم تحريك الوسط مع القدمين للأمام وللخلف مع ثني خفيف في مفصل الركبة. ٢- من وضع الوقوف في الماء الجسم عمودي يقوم السباح بدفع الماء بواسطة الفخذين لأسفل مع ثني الركبتين نصفاً بزاوية ٩٠ درجة ويقوم بسحب الكعبين لأسفل في إتجاه المقعدة. ٣- التدريب على ضربات الرجلين والوسط في الماء . ٤- يكرر البرعم التمرين ٥٠×٥٠م. ٥- من وضع الوقوف في الماء. عمل ضربات الرجلين الجانبين يقوم السباح بمد ذراع واحد للأمام (اليمين) والذراع الأيسر في جانب الجسم ثم أداء ضربات الرجلين وهو على جانبية. ٦- يكرر البرعم التمرين ٥٠×٥٠م. ٧- من وضع الوقوف في الماء. عمل ضربات الرجلين الجانبين يقوم السباح بمد ذراع واحد للأمام (اليسار) والذراع الأيمن في جانب الجسم ثم أداء ضربات الرجلين وهو على جانبية. ٨- يكرر البرعم التمرين ٥٠×٥٠م. ٩- مد الذراعين معاً لأعلى ثم أداء ضربات الرجلين وهو على الظهر حتى يتقن الضربات. ١٠- يكرر البرعم التمرين ٥٠×٥٠م.	٥ق	الجزء الرئيسي
	١- لعبة أحسن طيارة وفيها يقوم البرعم بفرد جسمه على الماء وذراعيه مفردة للجانب. ٢- أداء الطفو للإسترخاء.	٥ق	الختام

تابع ملحق (٦)

الأسبوع الرابع

الهدف التعليمي : تعلم حركات الذراعين فى سباحة الفراشة. زمن الوحدة : ٩٠ دقيقة

الأدوات	المحتوى	الزمن	أجزاء الوحدة
جهاز حاسب آلى وداتا شو وشاشة عرض	تقوم المعلمة بعرض محتوى العرض التقديمى على مبتدىء السباحة لمشاهدة لمراحل أداء سباحة الفراشة ، وبعض الخطوات التعليمية ، والتدريبات الفنية.	١٠ق	مشاهدة العروض التقديمية
	١- الجرى المتنوع (أمامى - خلفى - جانبي) حول حمام السباحة. ٢- تمرينات الإطالة والمرونة لجميع أجزاء الجسم (الذراعين - الجذع - الرجلين).	٥ق	أحماء عام
	١- انبساط مائل. ثنى الركبة اليمنى اماما) تبادل قذف القدمين خلفا. ٢- (وقوف.مسك كرة طيية) الوثب لأعلى. ٣- (وقوف.مسك كرة طيية) تبادل تمرير الكرة بين زميلين. ٤- (جلوس طويل.الذراعين اماما) ثنى الجذع اماما اسفل. ٥- (وقوف) العدو ٣٠ متر.	١٥ق	إعداد بدنى خاص
	النشاط التعليمى والتطبيقي : ١- من وضع الوقوف خارج الماء التدريب على أداء حركات الذراعين مع تثبيت الرأس يكرر البرعم التمرين لتحسين الأداء. ٢- التدريب على أداء حركات الذراعين مع الرأس يكرر البرعم التمرين لتحسين الأداء. ٣- أداء حركات الذراعين من الوقوف فى الماء الضحل. ٤- أداء حركات الذراعين من المشى على قاع الحمام. ٥- أداء حركات الذراعين بمساعدة الزميل بمسك القدمين داخل الماء. ٦- أداء حركات الذراعين بدون مساعدة مع ثبات القدمين. ٧- من وضع الوقوف فى الماء. الوثب لأعلى داخل الماء مع تثبيت القدمين وتحريك الذراعين بدون مساعدة. ٨- أداء ضربة كاملة للذراعين دون تنفس لفترة قصيرة. ٩- مد أحد الذراعين (اليمين) والذراع الأخرى فى جانب الجسم والتدريب على الحركة الذراع اليمين على حدة مع أداء ضربات الساقين باستخدام أداة طفو. ١٠- يكرر البرعم التمرين ٨×٥ م. ١١- مد أحد الذراعين (اليسار) والذراع الأخرى فى جانب الجسم والتدريب على الحركة الذراع الأيسر على حدة مع أداء ضربات الساقين باستخدام أداة طفو. ١٢- يكرر البرعم التمرين ٨×٥ م.	٥٥ق	الجزء الرئيسى
	١- لعبة أحسن طيارة وفيها يقوم البرعم بفرد جسمه على الماء وذراعيه مفردة للجانب. ٢- أداء الطفو للإسترخاء.	٥ق	الختام

تابع ملحق (٦)
الأسبوع الخامس

الهدف التعليمي : تعلم حركات الذراعين فى سباحة الفراشة. زمن الوحدة : ٩٠ دقيقة

الأدوات	المحتوى	الزمن	أجزاء الوحدة
جهاز حاسب آلى وداتا شو وشاشة عرض	تقوم المعلمة بعرض محتوى العرض التقديمى على مبتدئى السباحة لمشاهدة لمراحل أداء سباحة الفراشة ، وبعض الخطوات التعليمية ، والتدريبات الفنية.	١٠ ق	مشاهدة العروض التقديمية
	١- الجرى المتنوع (أمامى - خلفى - جانبي) حول حمام السباحة. ٢- تمارين الإطالة والمرونة لجميع أجزاء الجسم (الذراعين - الجذع - الرجلين).	٥ ق	أحماء عام
	١- (وقوف) تقوس الجذع للخلف. ٢- (وقوف) الطعن اماما. ٣- (وقوف) الوثب فتحاً مع رفع الذراعين جانباً . ٤- (وقوف) ثبات الوسط) ثنى الركبتين نصفاً والذراعين أماماً. ٥- الجلوس طويلاً مع رفع الرجلين زاوية ٤٥ درجة.	١٥ ق	إعداد بدنى خاص
	النشاط التعليمى والتطبيقى : ١- من وضع الطفو فى الماء أداء حركات الذراعين كاملة. ٢- التركيز على تغيير اتجاه الكف فى مراحل الأداء المختلفة واستقامة الذراع ما بين الإنحناء والإستقامة. ٣- التدريب على الذراع اليمين ٢٥×٤ م. ٤- التدريب على الذراع الأيسر ٢٥×٤ م. ٥- التدريب على الذراعين كاملة ٥٠×٨ م. ٦- التدريب على الذراعين والقدمين كاملة ٥٠×٨ م.	٥٥ ق	الجزء الرئيسى
	١- لعبة أحسن طيارة وفيها يقوم البرعم بفرد جسمه على الماء وذراعيه مفردة للجانب. ٢- أداء الطفو للإسترخاء.	٥ ق	الختام

تابع ملحق (٦) الأسبوع السادس

الهدف التعليمي : تعلم التنفس في سباحة الفراشة. زمن الوحدة : ٩٠ دقيقة

الأدوات	المحتوى	الزمن	أجزاء الوحدة
جهاز حاسب آلي وداتا شو وشاشة عرض	تقوم المعلمة بعرض محتوى العرض التقديمي على مبتدئ السباحة لمشاهدة لمراحل أداء سباحة الفراشة ، وبعض الخطوات التعليمية ، والتدريبات الفنية.	١٠ق	مشاهدة العروض التقديمية
	١- الجري المتنوع (أمامي - خلفي - جانبي) حول حمام السباحة. ٢- تمارينات الإطالة والمرونة لجميع أجزاء الجسم (الذراعين - الجذع - الرجلين).	٥ق	أحماء عام
	١- (وقوف فتحاً) ثني الجذع أماماً أسفل والضغط . ٢- (وقوف) الجري الزجاجي بين الأقماع لمسافة ١٠ أمتار. ٣- انبطاح مائل) ثني الذراعين. ٤- (وقوف) الجري في المكان لمدة ١٥ ث. ٥- (جلوس على أربع) قذف الرجلين خلفاً مع فتحهما.	١٥ق	إعداد بدني خاص
	النشاط التعليمي والتطبيقي : ١- من وضع الوقوف خارج الماء التدريب على أداء عملية التنفس مع التركيز على أن يكون التنفس في نهاية الضربة الفعالة للذراعين معاً. ٢- يكرر التمرين السابق لإتقان الأداء. ٣- من وضع الوقوف داخل الماء التدريب على أداء عملية التنفس مع التركيز على عملية الشهيق. ٤- أداء عملية التنفس مع المشي في الماء الضحل. ٥- يكرر التمرين السابق لإتقان الأداء. ٦- من وضع الطفو في الماء أداء ثلاث ضربات بالرجلين ثم أخذ النفس. ٧- يكرر البرعم التمرين ٤×٢٥م. ٨- من وضع الطفو في الماء ومع كل ضربتين رجلين ودورة ذراع القيام بأخذ النفس. ٩- يكرر البرعم التمرين ٤×٢٥م. ١٠- يكرر البرعم التمرين ٨×٥م. ١١-التدريب على سرعة التنفس وخروج الزفير بقوة وبسرعة لأن الشهيق بعده مباشرة وبسرعة أيضاً. ١٢-التدريب على وضع الرأس دائماً للأمام لعدم ميل الجسم. ١٣-التدريب على عودة الرأس للماء مرة أخرى بعد التنفس وقبل دخول الساعدين للماء مرة أخرى. ١٤- التدريب على الأداء الكامل لسباحة الفراشة مع التركيز على التنفس يتم في نهاية الضربة الفعالة لكل من الرجلين والذراعين معاً.	٥٥ق	الجزء الرئيسي
	١- لعبة وثبة الأرنب. ٢- أداء الطفو للإسترخاء.	٥ق	الختام

تابع ملحق (٦) الأسبوع السابع

الهدف التعليمي : تعلم التوقيت والتوافق في سباحة الفراشة. زمن الوحدة : ٩٠ دقيقة

الأدوات	المحتوى	الزمن	أجزاء الوحدة
جهاز حاسب آلي وداتا شو وشاشة عرض	تقوم المعلمة بعرض محتوى العرض التقديمي على مبتدىء السباحة لمشاهدة لمراحل أداء سباحة الفراشة ، وبعض الخطوات التعليمية ، والتدريبات الفنية.	١٠ق	مشاهدة العروض التقديمية
	١- الجرى المتنوع (أمامي - خلفي - جانبي) حول حمام السباحة. ٢- تمرينات الإطالة والمرونة لجميع أجزاء الجسم (الذراعين - الجذع - الرجلين).	٥ق	أحماء عام
	١- انبساط مائل. ثنى الركبة اليمنى اماما) تبادل فذف القدمين خلفا. ٢- (وقوف.مسك كرة طبية) الوثب لأعلى. ٣- (وقوف.مسك كرة طبية) تبادل تمرير الكرة بين زميلين. ٤- (جلوس طويل.الذراعين اماما) ثنى الجذع اماما اسفل. ٥- (وقوف) العدو ٣٠ متر.	١٥ق	إعداد بدني خاص
	النشاط التعليمي والتطبيقي : ١- أداء التوافق بين حركات الرجلين والذراعين. يكرر البرعم التمرين ٤/٢٥م. ٢- التدريب على أن يكون وضع الرأس عند سطح الماء مع خط الشعر . ٣- التدريب على إنتظام إيقاع ضربات الرجلين. ٤- التدريب على دخول الذراع الماء بالأصابع أمام الكتف. ٥- يكرر البرعم التمرين ٤/٢٥م. ٦- أداء التوافق بين حركات الرجلين والذراعين والتنفس. ٧- التدريب على اخذ اول تنفس بعد اول دورة بالذراعين. ٨- التدريب على إخراج الزفير والوجه في الماء. ٩- التدريب على أخذ شهيق واحد في مرة التنفس الواحدة. ١٠- التدريب على التنفس كل ٣ ضربات ذراع ، يكرر البرعم التمرين ٨/٥٠م. ١١- التدريب على حركة الشد تحت الماء وتقاطع الساعد مع أسفل الجسم. ١٢- التدريب على دحرجة الحوض لتخطى زاوية ٤٥ درجة مع كل ضربة ذراعين. ١٣- التدريب على نهاية الشد بخروج الذراع والإبهام يلامس الفخذ. ١٤- التدريب على رجوع الذراع بالمرفق العالى. ١٥- التدريب على التوافق ٨/٥٠م.	٥٥ق	الجزء الرئيسي
	١- لعبة وثبة الأرنب. ٢- أداء الطفو للإسترخاء.	٥ق	الختام

تابع ملحق (٦) الأسبوع الثامن

الهدف التعليمي : تعلم التوقيت والتوافق والدوران فى سباحة الفراشة. زمن الوحدة : ٩٠ دقيقة

الأدوات	المحتوى	الزمن	أجزاء الوحدة
جهاز حاسب آلى وداتا شو وشاشة عرض	تقوم المعلمة بعرض محتوى العرض التقديمى على مبتدئى السباحة لمشاهدة لمراحل أداء سباحة الفراشة ، وبعض الخطوات التعليمية ، والتدريبات الفنية.	١٠ ق	مشاهدة العروض التقديمية
	١- الجرى المتنوع (أمامى - خلفى - جانبي) حول حمام السباحة. ٢- تمارينات الإطالة والمرونة لجميع أجزاء الجسم (الذراعين - الجذع - الرجلين).	٥ ق	أحماء عام
	١- انبطاح مائل. ثنى الركبة اليمنى اماما) تبادل قذف القدمين خلفا. ٢- (وقوف.مسك كرة طبية) الوثب لأعلى. ٣- (وقوف.مسك كرة طبية) تبادل تمرير الكرة بين زميلين. ٤- (جلوس طويل.الذراعين اماما) ثنى الجذع اماما اسفل. ٥- (وقوف) العدو ٣٠ متر.	١٥ ق	إعداد بدنى خاص
	النشاط التعليمى والتطبيقى : ١- أداء التوافق بين حركات الرجلين والذراعين والتنفس. يكرر البرعم التمرين ٤×٢٥م. ٢- أداء السباحة كاملة مع البدء ٤×٢٥م. ٣- التدريب على حركات الرجلين ثم ضربات الذراعين ٤×٢٥م. ٤- أداء السباحة كاملة فى صورة مسابقات. ٥- التدريب على سرعة دخول على الحائط بداية من ٧,٥ متر. ٦- يكرر التمرين ٥ مرات لإتقان الأداء. ٧- التدريب على الشقلبة بعد ٥ متر. ٨- يكرر التمرين ١٠ مرات لإتقان عملية الشقلبة. ٩- التدريب على الإحتفاظ بالوضع الإنسيابى ٣ ثوانى بعد الدخول. ١٠- التدريب على سباحة الفراشة بالبدء والدوران. ١١- منافسات بين البراعم فى سباحة الفراشة بالبدء والدوران.	٥٥ ق	الجزء الرئيسى
	١- لعبة أحسن طيارة. ٢- أداء الطفو للإسترخاء.	٥ ق	الختام

تابع ملحق (٦)
بعض الصور من برنامج العروض التقديمية



تابع ملحق (٦)

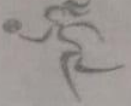



ملحق (٧)
نموذج لوحدة تعليمية باستخدام أسلوب التعلم
بالأوامر للمجموعة الضابطة

الهدف التعليمي : تعلم حركات الرجلين فى سباحة الفراشة. زمن الوحدة : ٩٠ دقيقة

الأدوات	المحتوى	الزمن	أجزاء الوحدة
	تقديم المهارة عن طريق سماع الشرح اللفظى ومشاهدة النماذج العملية من المعلمة لمراحل أداء سباحة الفراشة.	١٠ق	الشرح اللفظى والنموذج العملى من المعلمة
	١- الجرى المتنوع (أمامى - خلفى - جانبي) حول حمام السباحة. ٢- تمارينات الإطالة والمرونة لجميع أجزاء الجسم (الذراعين - الجذع - الرجلين).	٥ق	أحماء عام
	١- (الوقوف،مواجه لعدة صناديق) الوثب للأمام بالقدمين. ٢- (وقوف مواجه الصندوق،قدم فوق الصندوق) وضع القدمين على الصندوق بالتبادل. ٣- (وقوف،الذراعين اماما،مسك كرة طيبة) رفع الذراعين عاليا. ٤- (وقوف) الوثب فتحاً مع رفع الذراعين جانباً . ٥- (الوقوف مواجه- ثنى الجذع أماما- مسك يد الزميله) الضغط لأسفل بالذراعين.	١٥ق	إعداد بدنى خاص
	النشاط التعليمى والتطبيقى : ١- من وضع الوقوف والسند بأحد الذراعين على الحائط يتم تحريك أحد القدمين للأمام وللخلف مع ثنى خفيف فى مفصل الركبة(القدم اليمنى) . ٢- يكرر التمرين السابق (القدم اليسرى) . ٣- أداء ضربات الرجلين بمساعدة المعلمة وذلك بمسك الماسورة ويجب على البرعم أن تكون ذراعيه ممدوتين مع رفع الرأس عن سطح الماء وجعل الذقن مرتكزة على الماء ثم التدريب على ضربات الرجلين فى الماء . ٤- يكرر البرعم التمرين ٣×٥٠م. ٥- التدريب على ضربات الرجلين بمساعدة أداة طفو . مد الذراعين أمام ووضع الرأس فى الماء ثم أداء ضربات الرجلين. ٦- يكرر البرعم التمرين ٥×٥٠م. ٧- يكرر البرعم التمرين مع رفع الرأس عن سطح الماء وجعل الذقن مرتكزة على الماء ثم التدريب على ضربات الرجلين فى الماء. ٨- يكرر البرعم التمرين ٨×٥٠م. ٩- من وضع الوقوف التدريب على ضربات الرجلين تحت سطح الماء بمد الذراعين للأمام والجسم كله مغمور تحت الماء ويقوم بأداء حركات القدمين والساقين. ١٠- بدون أداة للطفو مد الذراعين أمام ووضع الرأس فى الماء ثم أداء ضربات الرجلين. ١١- يكرر البرعم التمرين ٨×٥٠م.	٥٥ق	الجزء الرئيسى
	١- يتحرك البرعم فى اتجاهات مختلفة تبعا لإشارة المعلمة. ٢- الإنزلاق فى الماء وأداء الطفو للإسترخاء.	٥ق	الختام

خطاب تسهيل مهمة علمية

كلية التربية الرياضية للبنات مكتسب العميد

السيد الأستاذ الفاضل / مدير مركز شباب الجزيرة
بالقاهرة

يسعدنا ويشرفنا أن نتقدم لشخص سيادتكم الكريم وأسرة
النادي الموقرة بخالص التحية والتقدير .

أنه من منطلق الدور الذي تؤديه الأندية والهيئات الرياضية في
خدمة العملية التعليمية والبحث العلمي .

نتشرف بأن نفيد سيادتكم بأن السيدة الدكتورة /
ريهام أحمد فاضل عبد العزيز - الأستاذ المساعد -
بقسم الرياضات المائية والمنارلات بالكلية بصدد إجراء
بحث ضمن متطلبات ترقى سيادتها إلى درجة أستاذ
بذات القسم ببحث مقدم منها بعنوان " تأثير برنامج تعليمي باستخدام
تطبيقات العروض التقديمية على مستوى أداء الفني في سباحة الفراشة لدى
الأطفال المبتدئين " .

لذا يرجى من سيادتكم التفضل بالموافقة على تسهيل
مهمة سيادتها في إجراء البحث على العينة المنتقاة والتابعة
بمركزكم الموقر (وذلك بتطبيق الإجراءات والقياسات الخاصة
بدراستها على الأطفال المبتدئين نفي سباحة الفراشة .

شاكرين لسيادتكم حسن تعاونكم مع باهئات الكلية
وأكون شاكرة تفضل سيادتكم بقبول فائق الاحترام والتقدير

عميدة الكلية
أمال محمد يوسف

مناقشة القاهرة
مدرسة الشباب والهيئات
مركز شباب
المعتمد

ادارة
صاحب
مدير
مركز
مناقشة

15/11/2014
14/11/2014
13/11/2014

د. محمد يوسف
د. محمد يوسف

ملخص البحث

تأثير برنامج تعليمي باستخدام تطبيقات العروض التقديمية على مستوى الأداء الفني فى سباحة الفراشة لدى الأطفال المبتدئين

* أ.م.د/ ريهام أحمد فاضل عبد العزيز

أستهدف البحث وضع برنامج تعليمي باستخدام تطبيقات العروض التقديمية ومعرفة تأثيره على مستوى الأداء الفني فى سباحة الفراشة لدى الأطفال المبتدئين من (٩- ١١) سنة بمركز شباب الجزيرة بالقاهرة ، وأستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة قوامها (٢٠) مبتدئى سباحة من (٩-١١) سنة ، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (١٠) مبتدئين سباحة، ومن أدوات البحث: الإختبارات البدنية - أستمارة تقييم مستوى أداء مراحل أداء سباحة ٥٠ متر فراشة - البرنامج التعليمي باستخدام تطبيقات العروض التقديمية، وأستخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية : المتوسط الحسابي - الإنحراف المعياري - الوسيط - معامل الإلتواء - معامل الإرتباط البسيط - إختبار "ت" - نسب التحسن.

ومن أهم النتائج :

- ١- يؤثر البرنامج التعليمي باستخدام تطبيقات العروض التقديمية تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) على مستوى الأداء الفني للمبتدئين فى سباحة الفراشة من (٩-١١) سنة.
- ٢- يؤثر أسلوب التعلم بالأمر (الطريقة التقليدية) تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) على مستوى الأداء الفني للمبتدئين فى سباحة الفراشة من (٩-١١) سنة.
- ٣- زيادة فاعلية البرنامج التعليمي باستخدام تطبيقات العروض التقديمية عن أسلوب التعلم بالأمر فى مستوى الأداء الفني للمبتدئين فى سباحة الفراشة من (٩-١١) سنة.
- ٤- تفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة فى نسب تحسن القياس البعدى عن القبلى فى مستوى الأداء الفني للمبتدئين فى سباحة الفراشة من (٩-١١) سنة.

ومن أهم التوصيات:

- ١- ضرورة إستخدام البرنامج التعليمي المدعم بتطبيقات العروض التقديمية لتعلم وإتقان سباحة الفراشة لمبتدئى السباحة من (٩-١١) سنة.

* أستاذ مساعد بقسم الرياضات المائية والمنازلات - كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق.

Research Summary

The effect of an educational program by using presentation applications on a level Technical performance in butterfly swimming for novice children

Dr., : Riham Ahmed Fadel .

The research aimed to develop an educational program using presentation applications and to know its effect on the level of technical performance in butterfly swimming among beginners (9-11) years old at the Gezira Youth Center in Cairo. The researcher used the experimental method on a sample of (20) beginners swimming from (9-11) They were divided into two groups, one experimental and the other controlling the strength of each of them (10) beginners swimming, and among the research tools: physical tests - a form to evaluate the performance level of the stages of performance of a 50-meter butterfly swimming - the educational program using presentations applications.

Among the most important results:

- 1-The educational program by using presentation applications has a positive, statistically significant effect at the level of (0.05) on the technical performance level of beginners in butterfly swimming from (9-11) years.
- 2-The learning method with the command (the traditional method) has a positive, statistically significant effect at the level of (0.05) on the level of technical performance of beginners in butterfly swimming from (9-11) years
- 3-Increasing the effectiveness of the educational program by using presentations applications on the learning method by ordering the technical performance level for beginners in butterfly swimming from (9-11) years old
- 4-The members of the experimental group outperformed the control group members in the percentage of improvement of the post-tribal measurement in the level of technical performance of beginners in butterfly swimming from (9-11) years.

Among the most important recommendations:

- 1-The necessity of using the educational program supported by the presentation applications to learn and master butterfly swimming for beginners swimming from (9-11) years.