

## أثر استخدام التعلم الجزئي النقي في تعليم وانجاز سباحة ٢٥ م حرة للمبتدئين

باعمار (٦-٧) سنوات

م.م داليا عامر سعدون

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية

### الملخص

تكمن أهمية البحث في التعرف على أفضل أسلوب في تعليم سباحة الحرة وذلك لمساعدة مدربي السباحة في اختيار الأسلوب التعليمي الناجح في اختزال عامل الزمن في عملية التعلم

وهدفت الدراسة إلى التعرف على أسلوب (أسلوب التعلم الجزئي النقي) في تعليم سباحة ٢٥ متر السباحة حرة.

وأفترضت الباحثة أن هذا أسلوب التعلم الجزئي النقي أعتمد كأفضل في تعليم السباحة الحرة.. وأستخدمت الباحثة المنهج التجريبي وتكونت عينة البحث على جميع السباحين في المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية للسباحة والبالغ عددهم (٢٠) سباح وزعوا على مجموعتين تجريبية وضابطة بأسلوب التعلم الجزئي النقي وعددهم (١٠) سباح، والأخرى ضابطة وعددهم (١٠) .

واستنتجت الباحثة أن أسلوب التعلم الجزئي النقي الذي قامت بتعليمه للمجموعة التجريبية والتي قامت بتعليمه للمجموعة التجريبية في تحقيق الأناجاز في سباحة ٢٥ م حرة، وفي ضوء الاستنتاجات التي توصلت إليها الباحثة أوصت باستخدام أسلوب التعلم الجزئي النقي في تعليم سباحة ٢٥ متراً حرة لفئات عمرية أخرى كونه من الاساليب التي يتم فيه اختزال الزمن فيه في عملية التعلم.

الكلمات المفتاحية : التعلم الجزئي النقي ، سباحة ، المبتدئين



**The Effect Of Using Pure Partial Learning In Teaching And Achieving 25m  
Freestyle Swimming For Beginners Ages (6-7) Years**

***Assistant Instructor . Dalia Amir Saadoun***

***College of Physical Education and Sports Sciences***

***Al-Mustansiriya University***

---

**Abstract**

The importance of the research lies in identifying the best method of teaching freestyle swimming in order to assist swimming coaches in choosing a successful educational method in reducing the time factor in the teaching process. The study aimed to identify the method (pure part teaching method) in teaching a 25-meter swimmer freestyle swimming.

The researcher assumed that this method of learning the pure part was adopted as the best in teaching his free swimming. The researcher used the experimental method and the research sample was formed on all swimmers at the National Center for the Care of Sports Talent for Swimming, whose number is (20) swimmers, and they were distributed into two experimental groups and its control is by the method of learning the pure part and they are (10) swimmer or the other control, their number (10).

The researcher concluded that the learning method is the pure part that she taught to the experimental group in achieving achievement in a swimming pool of 25 free meters and in light of the findings reached by the researcher, she recommended using the pure partial learning method in teaching a swimming pool of 25 free meters for other age groups as it is one of the methods in which it is reduced Time is in the learning process.

**Keywords: pure micro learning, swimming, beginners**

## ١ - مقدمة البحث وأهميته

أن رياضة السباحة من الرياضات التي انتشرت وبصورت سريعة لما لها من أهمية في اكتساب الشخص الذي يتعلمها الفوائد البدنية والنفسية والاجتماعية. ويفضل أن تعلم السباحة في أعمار مبكرة لاختلافها عن باقي الرياضات الأخرى لأنها تستخدم المائي وسيلة للتحرك خلاله، إذ أن الاجهزة العصبية عند النشء تكون في وضع يجعل عملية التعلم أكثر فاعلية واقتصاد في الوقت والجهد. وبعد العمر المناسب لتعليم الاطفال السباحة من (٥-٨) وذلك لتميز المبدئين في هذا العمر بالموهبة الحركية والاستعداد الطبيعي والرغبة الواضحة (١): (٤٨)

لقد ظهرت طرق وأساليب متعددة لعملية التعلم واختلفت هذه الطريق باختلاف عمر المتعلم وقدراته وجنسه، وكذلك الامكانيات المتاحة المساعدة في عملية التعلم، ومن هذه الاساليب أسلوب التعلم الجزئي، إذ يقوم المعلم أو المدرب بتقسيم المهارة الحركية إلى أجزاء عدة، ثم يقوم بعد ذلك بتعليم كل جزء من المهارة الحركية على حدة، كذلك اختلف هذا الاسلوب في تعليم المهارة الحركية وظهرت فيه تقسيمات أخرى فرعية في كيفية تعليم المهارة، أن عملية اختيار الطريقة أو الاسلوب المناسب الذي يحقق ما ينتاسب ونوع السباحة وطريقة أداء المهارة والفعالية ومحيط أداءها في الحوض أو مكان السباحة.

لذلك جاءت أهمية البحث في التعرف على اسلوب التعلم الجزئي في تعليم السباحة الحرة، وذلك عن لمساعدة مدربي ومعلمي السباحة في اختيار الاسلوب التعليمي الناجح والمميز في تعليم السباحة الحرة للمبتدئين من أجل اختزال عامل الزمن في عملية التعلم

## ١-١ مشكلة البحث

تعد ظاهرة مشكلة معينة قائمة في البحث العلمي تتطلب المعالجة عن طريق المتابعة والاستنتاج مع تحديد وسائل تغييرها من حيث تطويرها ومعالجتها إن كانت سلبية وتثمينها وتعميقها في حالة كونها ايجابية (٢: ٥١)

إن غالبية البحوث التي أجريت في مجال تعليم السباحة للمبتدئين كانت

تعليمهم السباحة الحرة قبل أي سباحة أخرى، وذلك لسهولةها بالنسبة للمبتدئين ولعمل الباحثة مدرسة لمادة السباحة وجدت أنه يمكن تعليم السباحة الحرة للمبتدئين، وللوقوف على أفضل أسلوب من التعلم الجزئي لتعليم السباحة للمبتدئين لتسهيل عمل مدرسي السباحة . أرتأت الباحثة تعليم هذه المهارة بالاسلوب النقي (التعلم الجزئي النقي المتدرج لتعليم سباحة وانجاز (٢٥) متراً والانجاز ولأفراد العينة.

#### ٢-١ هدفا البحث

١. أثر استخدام التعلم الجزئي النقي في تعليم السباحة الحرة.
٢. التعرف على تأثير هذا الاسلوب في الانجاز لأفراد العينة انجاز سباحة (٢٥) متراً .

#### ٣-١ فرضا البحث

١. أثر اسلوبي التعلم الجزئي النقي في تعليم السباحة.
٢. هناك علاقة ذات دلالة احصائية في استخدام الاسلوب الجزئي النقي وانجاز سباحة حرة ٢٥ متراً لأفراد العينة.

#### ٤-١ مجالات البحث

- ١-٤-١ المجال البشري: عينة يبلغ عددها (٢٠) مبتدأً من سباحي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية- وزارة الشباب والرياضة المسبح الاولمبي.
- ١-٤-٢ المجال الزمني: للمدة من ٢٣/١٢/٢٠١٩ و لغاية ٢٣/٢/٢٠٢٠.
- ١-٤-٣ المجال المكاني: المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية للسباحة- وزارة الشباب والرياضة مسبح الشعب الدولي.

#### ٥-١ تحديد المصطلحات

- أسلوب التعلم الجزئي النقي: وهو أسلوب يتم فيه تعلم كل جزء من المهارة منفرداً، ثم يتم الربط بين الأجزاء ككل لتشكيل المهارة النهائية، أي تعلم جزء واحد - تعلم جزء آخر، ثم تعلم جزء آخر وهكذا، ثم أخيراً تدمج جميع الأجزاء لتشكيل المهارة (٣: ٢٧).

- الاسلوب الجزئي النقي: (٤ : ٣٤)

يعتمد الاسلوب الجزئي على نظرية علمية في مجال التعلم بصفة عامة تسمى (نظرية الترابيطيون) والتي تقرر أن كل وحدة ما هي إلا جزء من أجزاء صغيرة، وأن الشخص عندما يرى أو يدرك شيئاً معيناً، فإنه يدرك أجزاءه، أولاً قبل أدراك الوحدة نفسها ، لذلك فإن أصحاب هذه النظرية يفضلون أن يكون التعليم عن طريق أجزاء ثم ربطها لتكون الوحدة الكاملة.

ويقصد بتدريس السباحة بالأسلوب الجزئي تقسيم نوع معين من أنواع السباحات إلى أجزاء عدة، حيث يقوم المتعلم بتعلم كل جزء على حدة ثم ينتقل إلى الجزء التالي بعد إتقان الجزء الأول وهكذا حتى ينتهي من تعلم جميع أجزاء السباحة ليتمكن من أدائها كوحدة واحدة

- السباحة الحرة: وهي إحدى أنواع السباحة التي تخضع لقوانين خاصة لممارستها وعملية التعلم فرصة لا يلاحظها بصورة مباشرة وإنما تستدل عليها عن طريق نتائجها والتي يعرف بأن التعلم تغيير للسلوك نتيجة ممارسة على أن يكون هذا التعديل والتغيير ثابتاً نسبياً ولا يكون مؤقتاً مرهوناً بظروف أو حالات طارئة (٥: ١٢)

## ٢- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

### ١-٢ منهج البحث

إن استخدام منهج البحث الملائم والمناسب لبحث المشكلة يعتمد على نوعها وطبيعتها، لذا أعتدت الباحثة التصميم التجريبي للمجموعتين الضابطة والتجريبية بضوابطه العلمية لملائمته لطبيعة مشكلة البحث وأهدافه "يعد المنهج التجريبي الاقتراب الأكثر صدقاً لحل العديد من المشكلات العلمية بصورة فعالة ونظرية وإسهامه في تقدم البحث العلمي في العلوم الإنسانية والاجتماعية ومن بينها علم الرياضة. (٦ : ٢١٧)

حيث قامت الباحثة بتجانس لأفراد العينة من حيث (الطول والوزن والعمر التدريبي).

### الجدول (١)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء للعمر والوزن والطول لعينة البحث

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف	معامل الالتواء	مستوى الدلالة
العمر التدريبي	١٠٤٧	١٠١١	٠٠١٥٧	عشوائي
الوزن: كغم	٥٢٠٠٥	٨٠٤٦	٠٠٧٦٧	عشوائي
الطول: سم	١٤٠٠٨٤	٣٠٥٠	٠٠٥٩٩	عشوائي

### ٢-٢ عينة البحث

"إن اهداف التي يضعها الباحث لبحثه والاجراءات التي يستعملها ستحدد طبيعة

العينة التي سيختارها (٧ : ٤١)

لذا تم اختيار عينة البحث من سباحي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية بأعمار (٦-٧) سنوات وبالطريقة العمدية والبالغ عددهم (٢٠) سباحاً والمسجلين في المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية بالطريقة المنتظمة حيث قامت الباحثة بتقسيم عينة البحث

إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) تكونت كل مجموعة من (١٠) سباحين على أن جميع أفراد العينة من مرحلة واحدة بأعمار (٦-٧) سنوات ومن البيئة نفسها ، فضلاً عن كونهم لم يتعلموا السباحة ولم يمارسوها سابقاً. وهذا يعد من العوامل المهمة والمؤثرة في منهجية البحث العلمي.

وكان ترتيب المجموعتين كالآتي:

١. المجموعة التجريبية استخدمت تمارينات التعلم الجزئي النقي.
٢. المجموعة الضابطة استخدمت الاسلوب التقليدي في التعلم.

### ٣-٣ الأدوات والوسائل والأجهزة المستخدمة في البحث

يقصد بالأدوات (الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلته مهما كانت

تلك الأدوات بيانات، عينات)، (٨: ١٣٣)

فلذلك استعانت الباحثة بالأدوات والوسائل التالية:

- المصادر والمراجع
- المقابلات الشخصية
- فريق العمل المساعد
- استمارة تسجيل الاختبارات
- صافرة
- حصى ملون وكرات ملونة بأعداد مختلفة
- ميزان طبي لقياس الوزن
- حاسبة الكترونية نوع Canon

### ٣-٤ التجربة الاستطلاعية

" عبارة عن دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل

قيامه ببحثه. يهدف اختيار اساليب البحث وأدواته" (٩ : ٥٤)، ولكي يتمكن الباحث من

الحصول على نتائج صحيحة أجرت الباحثة تجربتها في يوم ١٥/١٢/٢٠١٩ الرابعة عصرًا

على أربعة سباحين خارج عينة البحث

وتهدف التجربة الاستطلاعية إلى ما يلي:

- معرفة الوقت المستغرق في إعطاء الأسلوب التعليمي.
  - التعرف على صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة.
  - تلافي الأخطاء التي يمكن حصولها في التجربة الرئيسية.
  - معرفة فريق العمل المساعد بطبيعة العمل.
- وتم تنفيذ التجربة الاستطلاعية قبل بداية العمل الرئيس بثمانية أيام في الظروف نفسها وفي المكان نفسه الذي تم فيه تطبيق إجراءات البحث.

### ٣-٥ الاختبارات القبليّة

بعد انتهاء المنهج التعليمي للمجموعتين الضابطة والتجريبية، تم اختبار المجموعتين من خلال أداء مهارة السباحة الحرة وعلى حوض المسبح الاولمبي - وزارة الشباب بتاريخ ٢٣/١٢/٢٠١٩ وتم تقييم الأداء المهاري لمهارة السباحة الحرة من خلال استمارة تقييم الأداء المهاري (٩ : ١٢٩) والتي قام بتقييمها الخبراء والمختصين، إذ بلغت لضربات الرجلين (٦) درجات وللذراعين (٤) درجات، وللتنفس (٢) درجة، والتوافق (٣) درجات وبالتالي أصبحت الدرجة النهائية (١٥) درجة لمجموع مهارة للسباحة الحرة في الملحق (٢). وانجاز سباحة (٢٥) متراً سباحة حرة لأفراد العينة.

### ٣-٦ المنهج التعليمي

بعد الاطلاع على المناهج التعليمية الموجودة في المصادر والمرجع في السباحة والذي تم فيه التعرف على زمن الوحدة التعليمية فضلاً عن تقسيمات الوحدة، وكذلك مدة



المنهج التعليمي، إذ بلغت مدة المنهج التعليمي (٦) أسابيع بواقع (٣) وحدات تعليمية وزمن الوحدة الواحدة (٤٥) دقيقة مقسمة إلى:

- القسم التحضيري (١٠) دقيقة.
  - القسم الرئيسي (٣٠) دقيقة.
  - القسم الختامي (٥) دقيقة، كما موضح في الملحق (١).
- وبذلك فقد بلغت مدة المنهج التعليمي (١٨) وحدة تعليمية وبزمن كلي بلغ (١٨٠) دقيقة.

أما بالنسبة إلى أقسام الوحدة التعليمية:

١. التحضيري.
  ٢. الرئيسي.
  ٣. الختامي.
- وكان بداية العمل للمجموعتين بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧ للمجموعة التجريبية (٣،٥) مساءً والثانية الضابطة الساعة العاشرة صباحاً في المسبح الاولمبي - ملعب الشعب الدولي.
- وتضمن المنهج التعليمي تعليم المجموعتين (الضابطة والتجريبية) الاساسية الجزء النقي من التعلم في السباحة والتي استمرت لمدة (٣) أسابيع (الاسبوع الاول والثاني) وبواقع (٨) وحدات تعليمية وأشتمل المنهج على تعلم المهارات الاساسية التالية:

١. النزول إلى حوض السباحة.
  ٢. التعود على الماء وإزالة عامل الخوف.
  ٣. الطفو.
  ٤. الانزلاق.
  ٥. القدرة على التحرك في الماء وبتجاهات مختلفة.
- وبعد الانتهاء من تعليم المهارات الاساسية في السباحة في الاسبوع الأول والثاني وبواقع (٨) وحدات تعليمية، تم تعليم المجموعة التجريبية الاولى بأسلوب التعلم الجزئي النقي،

إذ تم تعليمهم كالاتي: في الاسبوع الثالث تعلم حركات الرجلين ولمدة (٤) وحدات تعليمية وبعد إتقانهم لحركات الرجلين تم تعليمهم حركات الذراعين ولمدة (٤) وحدات تعليمية أي في الاسبوع الرابع. وفي الوحدة الأولى والثانية من الاسبوع الخامس ربط الحركات جميعها (حركات الرجلين والذراعين والتنفس) لأداء عملية التوافق الكلي بين الحركات وبالتالي أداء مهارة السباحة الحرة بالصورة النهائية.

أما بالنسبة للمجموعة الثانية الضابطة التي تعلمت بأسلوب التعلم الاعتيادي المتاح وبعد الانتهاء من تعليمهم المهارات الاساسية في السباحة في الاسبوع الأول والثاني، كما في المجموعة التجريبية الأولى وبواقع (٨) وحدات تعليمية فقد تم تعليمهم كالاتي:

في الاسبوع الثالث تم تعليمهم حركات الرجلين ولمدة (٣) وحدات تعليمية . وفي الوحدة الرابعة من الاسبوع الثالث والوحدتين الأولى والثانية من الاسبوع الرابع، ثم تعليمهم حركات الذراعين. وفي الوحدة الثالثة والرابعة من الاسبوع الرابع تم الربط بين حركات الرجلين وحركات الذراعين. وفي الوحدة الأولى والثانية من الاسبوع الخامس تم تعليمهم عملية التنفس ولمدة (٢) وحدة تعليمية وبعد ذلك تم في الوحدة الثالثة والرابعة من الاسبوع الخامس ربط الحركات جميعها (حركات الرجلين والذراعين والتنفس) لأداء عملية التوافق الكلي بين الحركات وبالتالي أداء مهارة السباحة الحرة بالصورة النهائية، مع ملاحظة تعليم حركات الرجلين والذراعين والتنفس بنفس أسلوب شرح المهارة وأدائها من قبل النموذج والمدرّب.

### ٣-٧ الاختبارات البعيدة

بعد انتهاء المنهج التعليمي للمجموعتين الضابطة والتجريبية، تم اختبار المجموعتين من خلال أداء مهارة السباحة الحرة وعلى حوض المسبح الاولمبي - وزارة الشباب بتاريخ ٢٠٢٠/٢/٢٣ وتم تقييم الأداء المهاري لمهارة السباحة الحرة من خلال استمارة تقييم الأداء المهاري (٩: ١٢٩) والتي قام بتقييمها الخبراء والمختصين، إذ بلغت لضربات الرجلين (٦)



درجات وللذراعين (٤) درجات، وللتنفس (٢) درجة، والتوافق (٣) درجات وبالتالي أصبحت الدرجة النهائية (١٥) درجة لمجموع مهارة للسباحة الحرة في الملحق (٢). وانجاز سباحة (٢٥) متراً سباحة حرة لأفراد العينة.

### ٣-٨ الوسائل الاحصائية

استخدمت الباحثة الوسائل الاحصائية للحقيبة الاحصائية الجاهزة (spss).

### ٣- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

٣-١ عرض للنتائج وتحليلها ومناقشتها للاختبارات البعدية لعينة البحث من خلال جداول احصائية والتي تبين الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ومعرفة أي أثر التعلم الجزئي النقي للسباحة الحرة ٢٥م

#### الجدول (١)

عرض الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء المهاري للسباحة الحرة للمجموعتين الضابطة والتجريبية.

ت	المجموعتين	الوسط الحسابي (١٥) درجة	الانحرافات المعيارية
١	المجموعة الضابطة	٦,٨	١,٠٣٣
٢	المجموعة التجريبية	١١,٤	٠,٨٤٣

يبين الجدول (١) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعتين الضابطة والتجريبية لأداء المهاري في السباحة الحرة ٢٥م، حيث بلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة والتجريبية (٦,٨) بانحراف معياري (١,٠٣٣) أما المجموعة التجريبية فقد بلغ الوسط الحسابي (١١,٤) وبانحراف معياري (٠,٨٤٣).

٣-٢ عرض وتحليل نتائج تقوم الأداء المهاري لاختبار وانجاز السباحة الحرة ٢٥م للمجموعتين الضابطة والتجريبية.

#### جدول (٢)

يبين قيمة (ت) المحتسبة والجدولية للمجموعتين التجريبتين الاولى والثانية لأداء المهاري في

#### السباحة الصدر

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	الدلالة
	ع	س	ع	س			
الأداء المهاري	١,٠٣٣	٦,٨	٠,٨٤٣	١١,٤	٩,٧٩	٢,٨٨١	معنوي
انجاز سباحة حرة ٢٥م	٠,١١١	١٥,٩٢	٠,١٠٩	١٤,١١	٥,٨٤	٤,٦٠	معنوي

• تحت مستوى دلالة (٠,٠١) ودرجة حرية (٩)

يبين الجدول (٢) قيمة T المحتسبة إذ بلغت (٩,٧٩) أما القيمة الجدولية فقد بلغت (٢,٨٨١) وبمستوى دلالة (٠,٠١) وبذلك تكون القيمة المحتسبة أكبر من القيمة الجدولية. وهذا يعني وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية التي تعلمت بأسلوب التعلم الحركي النقي بتعلم وانجاز سباحة ٢٥م، كما أن الوسط هذا متغيرات الانجاز.

### مناقشة نتائج الأداء المهاري والانجاز لأفراد العينة

من خلال عرض جدول (٢) يتبين وجود فرق معنوي بين المجموعة الضابطة والتجريبية في نتائج تقويم الأداء المهاري للسباحة الحرة ٢٥م ولصالح المجموعة التجريبية التي تعلمت بأسلوب التعلم الجزئي النقي (يتطلب التعلم بالأسلوب الجزئي تقسيم تقسيم مهارة السباحة إلى أجزاء عديجة، وأن اندماج هذه الأجزاء بعضها مع البعض الآخر يتطلب مزيداً من الارتباطات بين الجهاز العصبي والاحساسات الحركية المختلفة مما يزيد من الطاقة العصبية المستنزفة ويزيد من الوقت المطلوب لاحداث التعلم.(٧: ٢٩)

لذلك فإن المجموعة التجريبية تعلمت بأسلوب التعلم الجزئي النقي والتي قامت بتعليم حركات الرجلين ومن ثم تعلم حركات الذراعين ودمج الحركتين مع بعضهما ومن ثم تعليم التنفس ودمجها معاً وذلك للتعرف على أماكن الضعف والأخطاء الأساسية أولاً بأول وتصحيحها كذلك التقييم المبكر لمستوى أداء العينة . ففي هذه المرحلة يمكن للمتعلم من ملاحظة الخطأ الذي يقع فيه وتجنب الوقوع فيه والحكم على نتيجة أدائه ، كذلك شعر المتعلم بمدى تقدمه أو تخلفه أولاً بأول.(٨: ٧١)

وبسبب تعليم هذه المجموعة بصورة متدرجة لنتيبت الأداء المهاري لديهم مما أدى تمكنهم من مراقبة تقدمهم في المهارة بشكل تام وعمل التعديلات اللازمة لذلك تمتعوا بحركات أكثر دقة وتحقيق أفضلية في الاعجاز لسباحة ٢٥م على حساب المجموعة الضابطة فضلاً عن ذلك فإن هذا



الاسلوب لم يتم استخدامه من قبل أثناء تعلم السباحة والذي يؤدي إلى تسهيل عملية التعلم واختصار الوقت والجهد. (٩ : ٥١)

أما بالنسبة إلى المجموعة الضابطة والتي تعلمت السباحة الاعتيادي فأنها أيضاً تعلمت السباحة الحرة ولكن كان الأداء المهاري لديهم ضعيف . وتعزو الباحثة ذلك إلى عدم التوافق بين حركات المهارة (حركات الرجلين وحركات الذراعين والتنفس) وذلك لحصول المجموعة على أقل الدرجات في عملية التوافق بسبب ظهور الأخطاء في ربط الحركات مع بعضها البعض الآخر، كذلك عدم قدرة المتعلمين على تصحيح الأخطاء مباشرة، مما أدى إلى ظهور المهارة بصورة غير جيدة. (١٠ : ٢٦)

#### ٤ - الاستنتاجات والتوصيات

##### ٤-١ الاستنتاجات

وعلى وفق ما أظهرته نتائج الدراسة، وفي حدود عينة البحث والمعالجات الاحصائية لتحليل النتائج استنتجت الباحثة ما يلي:

١. أن اسلوب التعلم الجزئي النقي الذي تعلمته المجموعة التجريبية أفضل من التعلم بالاسلوب الاعتيادي الذي تعلمته المجموعة الضابطة التي تعلمته هذه المجموعة في السباحة الحرة (٦-٧) سنوات.
٢. أن اسلوب التعلم الاعتيادي الذي تعلمته المجموعة الضابطة كان الأداء فيه ضعيف وتحقيق الانجاز كان أقل في الفروق المعنوية بالأداء وتحقيق الانجاز في سباحة ٢٥ م حرة.

##### ٤-٢ التوصيات

في ضوء ما تم عرضه من دراسات نظرية وما تم مناقشته من نتائج توصي به الباحثة بما يلي:

١. تنظيم العملية التعليمية من خلال الأسلوب العلمي ومبادئ التعلم الحركي الحديث.



٢. استخدام اسلوب التعلم الجزئي النقي في تعليم ٢٥م سباحة حرة باعمار ٦-٧ سنوات بالدرجة الأساس لهذه الاعمار في عملية التعلم.
٣. استخدام أسلوب التعلم الاعتيادي عملية تعليم أنواع أخرى من السباحات لأفراد عينات أخرى.
٤. القيام بدراسات مشابهة في مجال التعلم الجزئي النقي بأنواعه وعلى مختلف الفعاليات الرياضية الأخرى للقيام بعمله وتسهيل عملية التعلم.

## المصادر

١. محمد حسين محمد عبدالمنعم: تدريس السباحة في مناهج التربية الرياضية، ط١، الاسكندرية، ٢٠٠٩.
٢. وجيه محجوب: طرائق البحث العلمي ومناهجه، بغداد، دار الحكمة للطباعة، ١٩٩٣.
٣. اسامة كامل راتب: تعليم السباحة، ط٣، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩.
٤. محمد حسين محمد عبدالمنعم: تدريس السباحة في مناهج التربية الرياضية، ط١، الاسكندرية، ٢٠٠٩.
٥. محمود حسين (وآخرون) : المنهاج الشامل لمعلمي ومدربي السباحة (تعليم - تدريب - تخطيط وتنظيم - تحكيم) الاسكندرية، منشأة المعارف، ١٩٩٧.
٦. محمد حسين علاوي: علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٢.
٧. وجيه محجوب: طرائق البحث العلمي ومناهجه، ط٢، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٨.
٨. عمار علي احسان: أثر زمن النهوض في مستوى الانجاز في الوثب الطويل، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ١٩٨٨.
٩. بسطويسي أحمد (وآخرون) طرق التدريس في مجال التربية الرياضية، جامعة بغداد، ١٩٨٤.
١٠. سمير عبدالله رزق: الموسوعة العلمية لرياضة السباحة، عمان، ٢٠٠٣.

ملحق (١)

استمارة تقويم الأداء المهاري لمهارة السباحة الحرة

الملاحظات	التكرار	الفعاليات الحركية	الوقت	اقسام الوحدة التعليمية
حول حوض السباحة	٤ مرات	هرولة - هرولة اعتيادية - سير اعتيادي، رفع وخفض الذراعين أماماً،	١٠ د	أولاً: القسم التحضيري (الاعدادي)
تشكيل النسق		عالياً، أماماً، أسفل ، سير على الكعبين -	٤ د	أ. الحضور
حول حوض السباحة	٢ مرات	سير على الأمشاط، هرولة مع القفز للأعلى، سير اعتيادي	٦ د	ب. الأحماء
تشكيل النسق				
يقوم المدرب بشرح عملية الطوفان والقرفصاء والشهيق	٣ مرات	تعليم الطوفان، القرفصاء، تنظيم التنفس	٤٥ د	ثانياً: القسم الرئيسي
والزفير في الماء وإعادة ذلك من قبل التنوذج	٤ مرات	تعليم كتم النفس، الزفير داخل الماء	١٠ د	أ. التمرينات التطبيقية
تشكيل دائري	٥ مرات	تعليم عملية طرد الزفير داخل الماء من الوضع العمودي.	٣٥ د	ب. التمرينات التطبيقية
(الوقوف، الذراعان جانبا) تشكيل جانبي	٤ مرات	تطبيق عملية طوفان القرفصاء		
(أخذ الشهيق وثني الركبتين مع طرد الزفير داخل الماء أثناء نزول الجسم بشكل عمودي)	٣ مرات	تطبيق الطوفان الممتد		
(يكون مد الذراعين والرجلين بوقت واحد)		تطبيق الطوفان الثابت الممتد بمد الذراعين والرجلين معاً		
لعبة جمع الكرات الملونة		العاب صغيرة تمارين استرخاء	٥ د	ثالثاً: القسم الختامي

