

تأثير استخدام بعض أساليب التدريس علي تعلم النجمة الأولى في السباحة للمبتدئين

أ.د/ رشيد عامر محمد عامر*

أ.د/ طارق مهدي عطيه**

أ.م.د/ شريف علي جلال الدين***

الباحث / أحمد عمرو إبراهيم متولي****

المقدمة:

المعلم الكفاء هو الذي يستطيع أن يقدم الجديد باستمرار، ويعرف الكثير من مداخل وأساليب التدريس المباشرة وغير المباشرة، وهو الذي يعود المتعلم على البحث والاكتشاف من خلال المشاركة بإيجابية ونشاط خلال عملية التدريس، وبذلك ينتقل التعليم من طرق وأساليب تعتمد على سلبية المتعلم والمعلم إلى أساليب متطورة تحترم كل منهما، أساليب يقبل فيها المعلم على العطاء بحب واقتناع ويتفاعل فيها المتعلم مع تعلم المهارات بميل ورغبة صادقة وتنتقل العملية التعليمية من المعلم إلى المتعلم، ويكون دور المعلم هو الموجه والمرشد والمخطط لرسم إستراتيجية درس التربية الرياضية لتحقيق أهداف محددة. (١: ٢٦)

وتتنوع اساليب التدريس، فمنها ما يكون مركزها المعلم حيث يكون المعلم هو الخبير والسلطة في تقديم المعلومات، ومنها ما يكون مركزها المتعلم حيث يكون المعلم موجه وميسر لتعلم المتعلمين. (٢٧: ١٢٢)

ومن الأساليب الحديثة في عملية التعليم اسلوب توجيه الأقران حيث يتميز بأنه سهل الفهم، يمكن ان يتقنه المتعلمون بغض النظر عن مستوى تعليمهم، أو حتي قدراتهم على القراءة والكتابة، ويقوم على الحوار والنقاش بين المتعلمين أنفسهم أو بينهم وبين المعلم، حيث يتبادلون الأدوار ويشعر المتعلمون بدورهم في العملية التعليمية وبالدعم المتبادل بين المتعلمين أنفسهم. (٣٤: ٨٣)

وتعتبر السباحة من أنواع الرياضات المائية التي يمكن تعلمها في أي سن وكلما كان ذلك في سن مبكر كان أفضل وأيسر مع سهولة التخلص من الأداء الخاطئ، فالتعلم في سن متأخر غالباً ما يكون مصحوباً بالأخطاء التي يصعب التخلص منها حيث يعاني أصحابها من صعوبة في التحكم في التنفس، والتوافق الحركي للسباحة وعدم القدرة على الاسترخاء وزيادة عامل الخوف مما يعوق ويعرقل التعلم السريع. (١٠: ٢١٦)

* أستاذ طرق التدريس بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق.

** أستاذ السباحة بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات المائية بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الزقازيق.

*** أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات المائية بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الزقازيق.

**** باحث ماجستير بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات المائية بكلية التربية الرياضية بنين جامعة الزقازيق

مشكلة البحث:

يري صلاح الدين خضر وآخرون ٢٠٠٧م (١١)إلى أن التدريس من المهن التي تتطلب إعداداً جيداً وليس مجرد أداء آلي يمارسه أي فرد فهي مهنة لها اخلاقيتها وعلم له مقوماته وفن له موهبة ومن ثم فهو عملية تعليمية تربوية تقوم علي أسس وقواعد ونظريات ونماذج ولم تعد مهمة المعلم داخل الفصل مجرد تلقين المعلومات والحقائق والمفاهيم وسردها علي التلاميذ بل أصبح مهمته توجيه التلاميذ وملاحظاتهم وتقويمهم من جميع الجوانب. (١١ : ٤٧ - ٤٩)

وفضلاً عن ذلك، فقد أكدت العديد من الدراسات والأبحاث علي فاعلية الدمج بين أكثر من أسلوب تدريسي في تعلم العديد من المهارات الرياضية المختلفة، ومن تلك الدراسات دراسة علي أحمد ممدوح ٢٠١٦م (١٥)فهد محمد عبد الله ٢٠١٧م (١٧)محمد احمد محمد ٢٠١٩م (٢٠) صهيب بن غازي صالح ٢٠٢١م (١٢)احمد عبد الفتاح عبد العظيم ٢٠٢٢م (٣)، Hrpash 2013 (٣٢).

في ضوء ما تقدم ومن خلال خبرة الباحث في مجال تعليم السباحة(عمله معلم للسباحة) قد لاحظ ان أغلب معلمين السباحة يعتمدوا علي أسلوب تعليمي واحد عند تعلم البراعم مهارات السباحة وخاصة النجمة الاولي، وهو أسلوب الأوامر وهو المعروف باسم التعليم المباشر، لذا اهتم الباحث بدراسة أثر استخدام أكثر من اسلوب آخر للتعلم في تعليم السباحة، وتأسيساً علي الخبرة العملية والعلمية للباحث، هذا ما دفع الباحث بإجراء دراسة علمية للتعرف على "تأثير استخدام بعض أساليب التدريس علي تعلم النجمة الأولى في السباحة للمبتدئين".

هدف البحث: يهدف هذا البحث الي التعرف علي تأثير استخدام بعض أساليب التدريس علي تعلم النجمة الأولى في السباحة للمبتدئين

أهمية البحث:

- توفير برنامج تعليمي باستخدام أساليب تدريسية مختلفة لتعلم سباحة النجمة الاولي.
- مسايرة الاتجاهات التربوية الحديثة في تدريس وتعليم السباحة.
- تمكين المتعلمين من التركيز على المراحل الفنية المهارة وزياده إدراك وفهم للأداء الحركي.
- استفادة الباحثون والمعلمون في مجال طرق التدريس عامة ورياضة السباحة خاصة من توظيف الاساليب التدريسية المختلفة في العملية التعليمية.

فروض البحث:

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاولي (أسلوب التعلم التعاوني) في مهارات النجمة الاولي لصالح القياس البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (أسلوب توجيه الأقران) في مهارات النجمة الاولي لصالح القياس البعدي.

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة (أسلوب الأوامر) في مهارات النجمة الاولي لصالح القياس البعدي.
- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسات البعدية لمجموعات البحث الثلاثة في مهارات النجمة الاولي وذلك لصالح المجموعة التجريبية الثانية.

مصطلحات البحث:

الاسلوب التعاوني:

التعلم التعاوني هو طريقة تعليمية يحدث فيها تفاعل اجتماعي بين التلاميذ من أجل إنجاز هدف مشترك يؤدي الي الانجاز المرتفع والاستفادة من زمن التعلم الاكاديمي وتطور الادراك الفكري لدي المتعلم. (٣٠: ١٤٢)

أسلوب توجيه الأقران:

يتم فيه تقسيم الطلاب داخل المجموعة الواحدة الي أزواج للعمل معا بالتبادل أحدهما يؤدي، والآخر يلاحظ وتعديل، ويكون دور الملاحظ هو تقديم تغذية راجعة بالمعلومات للمؤدي فيما يختص بأدائه، ومساعدته في تحديد متي يمكنه إنجاز العمل. (١٩: ١٨٣)

اختبارات النجوم:

هو مشروع لتأهيل البراعم للاشتراك في سباحة المنافسات حيث يتم تعليم وتدريب البراعم علي السباحة الفنية الصحيحة للسباحات التنافسية الاربعة من الناحية التكنيكية، ويتم تقييم كل سباح علي مستوي الاداء الفني وليس المستوي الرقمي في المرحلة العمرية من (٧- ١٠ سنوات). (٦: ٥)

الاطار النظري والدراسات السابقة:

أساليب التدريس:

"مجموعة الأنماط التدريسية الخاصة بالمعلم والمفضلة لديه"، وأنه علي المعلم لكي يدفع متعلميه ليتعلموا فلا بد له أن ينتهج أساليب معينة، وليس من الكافي أن يكون المعلم ملماً بمادته فقط أو أن يكون في ذهنه ما يريد أن يتعلمه المتعلمون، ولكن لابد أن يخطط بعناية للإجراءات التي سوف يستخدمها وكذلك الأنشطة التي يجب علي المتعلمون ممارستها، ومهما كان قدر الجهد والنشاط الذي يبذله المعلم فلن يحدث التعلم ما لم يشترك المتعلمون اشتراكاً إيجابياً في خبرة التعلم، وهذا يعني أن المعلم لابد أن يكون ملماً إماماً تاماً بكيفية حدوث التعلم من جانب المتعلمين وكيف تؤثر الطريقة أو الأسلوب المختار علي تعلم المتعلمين. (٢٤: ٧١)

فأسلوب التدريس يستخدمه المعلم لتنفيذ درسه ولتحقيق الأهداف التعليمية المطلوبة ولقد قام خبراء التربية الرياضية بتقسيم أساليب التدريس الي الأساليب المباشرة وتعني سيطرة المعلم علي اختيار موضوع الدرس وأسلوب تنفيذه والأساليب غير المباشرة، وتعني اطلاق الحرية الكاملة للتلميذ في اختيار وتنفيذ

موضوع الدرس مع رغبته دون تدخل المدرس والأساليب المركبة ويقصد بها توليفة من الأساليب المباشرة وغير المباشرة. (٢٥: ٦٧)

أنواع أساليب التدريس:

اتفق كل من نوال شلتوت وميرفت خفاجة ٢٠٠٧م (٢٥) فاطمة عوض صابر ٢٠٠٦م (١٦) أحمد ماهر وعلي عبد المجيد وايمان ماهر ٢٠٠٧م (٤) مصطفى السايح محمد ٢٠٠٣م (٢٢) أن أساليب التدريس المستخدم في التربية البدنية هي:

- أسلوب الممارسة.
- أسلوب التعلم التنافسي.
- أسلوب التعلم المبرمج.
- أسلوب حل المشكلات.
- أسلوب التطبيق الذاتي الموجه.
- أسلوب التدريس المصغر.
- أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستوي.
- أسلوب الأوامر.
- أسلوب الاكتشاف الموجه.
- أسلوب التعلم الذاتي.
- الأسلوب التبادلي.
- أسلوب التعلم التعاوني.
- أسلوب الحقيبة التعليمية.
- أسلوب الوحدات.

أهمية تنوع أساليب التدريس في التربية الرياضية:

يتفق كل من نيفين محمود صالح ٢٠٠٠م (٢٦) سعد عبد الجليل محمد ٢٠٠٦م (٨) علي أهمية استخدام أساليب التدريس المتنوعة في:

- تعمل إثارة وتشويق المتعلم لأداء الأنشطة الرياضية.
- تعمل علي مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين في النشاط الرياضي
- يعمل علي ايجاد التفاعل بين المتعلم وزملائه وبين المتعلم والمتعلم
- تساعد المتعلم علي التفاعل مع البرنامج التعليمي للنشاط الحركي.
- تساعد المتعلمين علي تعلم النشاط الحركي واتقان الاداء الحركي.
- فاعلية الأساليب في اكتساب المتعلمين للمهارات التعليمية والحركية.
- التأثير الإيجابي للأساليب في تعليم المهارات التعليمية والحركية.

أسلوب الأوامر:

يعتبر هو الأول في مجموعة الأساليب عند موستن (Mosston) ويتميز بأن المعلم يتخذ جميع القرارات المتعلقة: بماذا، أين، متى، وكيف يعلم، وكيف يقوم التعلم، وكيف يقدم التغذية الراجعة. ويهدف الأسلوب إلى تعلم أداء المهارة بدقة وخلال فترة زمنية محددة. (٣٨)

ويؤكد أحمد جميل ٢٠٠٨م (٢) أن هذا الأسلوب يستند الي المدرسة السلوكية القائمة علي أن لكل مثير استجابة فأوامر المعلم المتكررة هي المثيرات التي تدفع التلاميذ لإظهار الاستجابة، هذا من جهة

وومن جهة أخرى فإن كل حركة يقوم بها المتعلم تكون استنادا الي النموذج الحركي الذي يقوم به المدرس. (٢: ١٨٤)

ويشير سعيد خليل الشاهد ٢٠٠١م (٩) حيث يري أنه بالرغم من دكتاتورية أسلوب الأوامر إلا أنه يتمتع ببعض المزايا منها أنه يصلح للأعداد الكبيرة للمتعلمين، أنه يراعي لعوامل الأمن والسلامة، تنظيم المتعلمين إضافة لأنه من أقل أساليب التدريس تكلفه ويختزل الوقت المقرر للتعلم، فالتدريس بأسلوب الأوامر (الشرح اللفظي والنموذج) واستمرار الأداء والتكرار وإصلاح الأخطاء للتلاميذ من المعلم يوفر للتلاميذ فرصة جيدة للتعلم ويؤثر إيجابياً على إجابة الأداء المهاري. (٩: ٦٣، ١٩٢)

أسلوب توجيه الأقران:

يحتاج هذا الأسلوب إلي تنظيم المتعلمين في أزواج مع تكليف كل متعلم بدور خاص فيقوم أحدهما بالأداء والآخر بالملاحظة ويكون دور المؤدي هو التعامل فقط مع الزميل، أما دور الملاحظ فهو الذي يتصل بالمعلم ويعطي تغذية راجعة للمؤدي، أما دور المعلم فهو ملاحظة كل من المؤدي والملاحظ، ويتعامل فقط مع الطالب الملاحظ، والمعلم هو الذي يتخذ جميع قرارات التخطيط، ويتخذ الطالب القرارات التسعة الخاصة بالتنفيذ، أما الزميل الملاحظ فيتخذ قرارات التغذية الراجعة الخاصة بالتقويم. (٢٤: ٨٥)

البنية الأساسية للأسلوب (القرارات):

التخطيط للتعليم:

يصمم المعلم ورقة العمل للطالب المؤدي والملاحظ، وهي العامل الوحيد الذي يقرر نجاح أو فشل هذا الأسلوب، وتشمل ورقة المعيار الآتي:

- ١- وصفا خاصا للعمل يقسمه إلي أجزاء متتابعة
- ٢- نقاطا تعليمية تلاحظ أثناء الأداء
- ٣- رسومات لتوضيح العمل
- ٤- عينة من السلوك اللفظي الذي سيستخدم
- ٥- تذكرة لدور الملاحظ في متابعة الأداء. (١٤: ١١٣، ١١٦)

تنفيذ التعليم:

في هذا الأسلوب علي المعلم تقرير ما يأتي قبل بدء الممارسة أو خلالها:

- ١- استخدام النموذج أو الشرح أو الاثنين معاً حتي يفهم المتعلمون عمل الزميلين خلال عملية التنفيذ.
- ٢- تحديد نقاط مختصرة يجب أن يلاحظها الزميل عند أداء زميله.
- ٣- اختيار زميلين بطريقة عشوائية لأداء الواجب الحركي المطلوب ويكرر ذلك مرة بعد أخرى.
- ٤- تحديد كيفية تناوب العمل بين الزميلين (بدء وانتهاء الأداء)
- ٥- المرور علي المتعلمين لتصحيح المهام الوظيفية والأداء للزميلين وتشجيع المجتهد منهم.

٦- إيقاف الممارسة إذا اتضح للمعلم سوء فهم الكثيرين للمهام المطلوب تنفيذها.

٧- إيقاف ممارسة الواجب الحركي بعد انتهاء زمنه. (٩: ٢٨ ، ٢٩)

تقويم التعليم:

دور المعلم:

١- الاتصال بالمتعلم الملاحظ ومراقبة العمل.

٢- يجيب على أسئلة الملاحظ.

دور المؤدى:

١- الاتصال بالملاحظ.

٢- تقبل التغذية الراجعة المقدمة من الملاحظ.

دور الملاحظ:

١- الاتصال بالمعلم.

٢- تقديم التغذية الراجعة للمؤدى.

٣- تقويم ومقارنة عمل المؤدى بما جاء بورقة معيار الأداء المصممة من قبل المعلم. (٣١: ٢١٨)

دور المعلم في أسلوب توجيه الأقران:

- تحديد الهدف العام من الدرس والإنجازات المتوقعة.

- تحديد الموضوع الدراسي.

- تحديد إجراءات النظام من حيث تقسيم التلاميذ وتنظيم الأدوات وتوزيع بطاقات الأداء.

- تعريف التلاميذ بأهمية هذا الأسلوب وكيفية أداء العمل التبادلي.

- توضيح النقاط الهامة في العمل.

- إعداد وتصميم بطاقة الأداء التي سوف يستخدمها التلميذ الملاحظ.

- الإجابة عن استفسارات التلميذ الملاحظ إن وجدت. (١٩: ٨٥)

دور المتعلم في أسلوب توجيه الأقران:

- الملاحظة واستلام البطاقات الخاصة بالأداء من المدرس.

- ملاحظة الأداء الحركي للمؤدى.

- إعطاء التغذية الراجعة استناداً إلى المعلومات الموجودة في البطاقة.

- مقارنة الأداء بالمعلومات المدونة في البطاقة.

- توصيل النتائج عن الأداء للمؤدى.

- الاتصال بالمعلم إذا كان ذلك ضرورياً.

- يكون دور المتعلم المؤدى هو تنفيذ الواجبات المطلوبة.

- يتم تبادل العمل بين المتعلم المؤدي والمتعلم الملاحظ بأن يصبح المتعلم المؤدي ملاحظاً والملاحظ مؤدياً. (١٩ : ٨٦)

مميزات أسلوب توجيه الاقران:

- مفيد في المرحلة الأولى من تعلم المهارة.
- بمثابة توفير معلم لكل متعلم.
- يسهم في تنمية السلوك التعاوني بين المتعلمين.
- يحقق أهدافا منها ماله صلة بالأداء وماله صلة بالفرد.
- يتيح فرصة لتغذية راجعة فورية وأخري مؤجلة.
- يقلل من كمية الإمكانات المطلوبة إذا قورن بالأساليب السابقة.
- يهيئ مناخا لتنمية العلاقات الاجتماعية.
- يمكن استخدام هذا الأسلوب في جميع الأنشطة. (٩ : ٣٠، ٣١)

الأسلوب التعاوني:

يعرفه أبو النجا أحمد عز الدين ٢٠٠٣م (١) بأنه عملية تشاركية تتم بين عدة أطراف في موقف تعليمي علي شكل مجموعات صغيرة تتراوح ما بين (٤ : ٦) طلاب، وتقوم علي توزيع الأدوار داخل المجموعة الواحدة حسب قدرات الاعضاء لزيادة فاعلية التعلم وتحقيق هدف مشترك. (١ : ٦٩)

وتري لطيفة صالح السمري ٢٠٠٣م (١٨) أن التعلم التعاوني أحد أساليب التعلم التي تقتضي من الطلاب العمل في مجموعات صغيرة لحل مشكلة ما، أو إنجاز عمل معين، أو تحقيق عطف ما، ويشعر كل فرد من أفراد المجموعة بمسئوليته نحو مجموعته فنجاحه أو فشله هو نجاح أو فشل للمجموعة التي يسعى كل فرد من أفراد المجموعة لمساعدة زملائه وبهذا تنتشر روح التعاون بينهما. (١٨ : ١٧)

ويري (Jonosn2004) (٣٣) ان التعلم التعاوني هو التعلم ضمن مجموعات صغيرة من الطلاب (٢-٦ طلاب) حيث يسمح للطلاب بالعمل معا وبفاعلية ومساعدة بعضهم بعضا لزيادة مستوى كل فرد منهم لتحقيق الهدف التعليمي المشترك. (٣٣ : ٥)

نماذج التعلم التعاوني:

نموذج تقسيم الطلاب وفقا لمستويات التحصيل:

يذكر أبو النجا أحمد عز الدين ٢٠٠٣م (١) إن هذا النموذج يتم فيه تقسيم الطلاب الي مجموعات من (٣ : ٥) طلاب ويقدم المدرس المهارة للطلاب ويعرض النموذج لهم وبعدها يتولي أعضاء المجموعات التدريب علي المهارة وتقديم المعلومات- التغذية الراجعة- مع بعضهم البعض وتصحيح الأخطاء وبعد التأكد من اتقان الأداء يجري المدرس اختبار لتقييم مستوى الأداء ويتم التقييم فردياً

وجماعياً بحيث تجمع درجات الافراد لتكوين درجة الفريق وتقاس مساهمة كل فرد مقدار الدرجة التي أحرزها في الاختبار. (١: ٧٢)

نموذج دوري ألعاب الفريق:

يري حاتم محمد حسني ٢٠٠٨م (٧) إلي أن في هذا النموذج يتكون الفريق من (٣: ٤) طلاب يدرسون موضوعات تعليمية معينة بحيث يساعد بعضهم بعض ثم يقسمون بعد ذلك بناء علي درجاتهم في الاختبارات التي تجري أسبوعية الي مجموعات متجانسة في مستوى الأداء ثم تتابع المجموعات الدراسية وبعد ذلك تعقد مسابقة بعد اسبوع حيث يتسابق كل ثلاثة أو أربعة طلاب متجانسين في المهارة التي درسوها والطلاب الذين يكسبون الدوري يتسابقون مع طلاب من مستوى أدني لذا تسعي كل مجموعة الي ان يرتقي افرادها لكسب الدوري. (٧: ٢٠)

نموذج الترتيب المتشابك:

يري أبو النجا أحمد عز الدين ٢٠٠٣م (١) ان في هذا النموذج يتم تحديد لكل طالب في المجموعة جزء من الدرس يجب أن يدرسه جيدا ثم يكلف بشرح هذا الجزء لباقي أفراد مجموعته وبذلك يتعاون افراد المجموعة فيما بينهم في شرح هذا الدرس، ويمكن أن يجتمع الطلاب ليدرسوا نفس الجزء من الدرس في المجموعات المختلفة ويتعاونوا في الفهم والتدريب علي هذا الجزء معا ثم ينضموا لمجموعاتهم وقد نقلوا خبرة زملائهم في المجموعات الأخرى وبهذا التعاون الي ما بين المجموعات. (١: ٧٣)

نموذج التعلم التعاوني الاتقاني:

أن هذا النموذج طور بناء على فكرة الدمج بين التعلم التعاوني والتعلم الإتقاني، ومن ثم فهو يجمع بين مزايا هذين النوعين، فهو يعد من استراتيجيات التدريس الفعال التي توصي بها فضلا عن أنها تؤكد على قيمتي التعاون والإتقان التي ينادي بها ديننا الحنيف، وإذا بلغ الطلاب مستوى الإتقان المطلوب فيتم الانتقال بهم إلي درس جديد ولكن إذا لم يبلغوا الإتقان المطلوب (٨٠٪ كحد ادني) يكون هناك علاج للاخطاء ومن ثم تطبيق التقويم التشخيصي مرة أخرى. (٢١: ٢٨-٢٩)

نموذج التعلم سوياً:

يتم تكليف كل المجموعات بأداء عمل واحد بعد تقسيم المعلم الي مجموعات غير متجانسه تحصيليا ويتراوح عدد أفراد المجموعة من (٢- ٦ طلاب)، ويساعد افراد كل مجموعة بعضهم البعض في دراسة الموضوع المكلفين به ويقوم المدرس بمتابعة أداء المجموعات اثناء الدراسة ويتدخل عند الضرورة وبعد انتهاء الوقت المخصص لعمل المجموعات يقوم المدرس بتقويم المجموعات. (٣٧: ١٨)

دور المعلم في التعلم التعاوني:

- يدخل الي المجموعات بسرعة وهدوء.
- يبغي مع المجموعة ولا يتجول فيها.
- لا يرفع صوته بالكلام ويعود الطلاب علي خفض الصوت.

- يشجع كل منها علي المشاركة.
- يعود كل طالب علي احترام الدور.
- يكون مستعدا للمشاركة في عملية الترتيب والتنظيم والتنظيف.
- يخاطب الطالب باسمه.
- ينظر الي المتكلم وييدي اهتماما وانتباها لما يقول.
- يقدم المديح والدعم والتشجيع دائما للطلاب.
- ينشط المجموعات عندما تكون الدافعية منخفضة لديهم.
- يلخص الآراء والمقترحات ويقترح الحلول.
- يعلم الطلاب مهارات عملية التعلم التعاوني.(٣٩)

السباحة:

تعد السباحة وسيلة أساسية للنهوض بالطفل رياضياً وحركياً واجتماعياً فهي ليست اسلوباً تعليمياً فحسب بل فهي أيضاً وسيلة تربية صحية ووسيلة من وسائل النمو السليم وفن ينبغي أن يجمع بين أقصى حد من الصحة والشخصية مما يلقي على كاهلها عبء جعلها وسيلة سلسة وفعالة في التعبير عن شخصية الطفل فالسباحة مهارة حركية معقدة في بدايتها وهي بطبيعة الحال نتيجة الفهم وإزالة الخوف من الماء. (١٣ : ١٠)

فالسباحة يمكن تعليمها في أي سن وكلما كان ذلك في سن مبكر كان أفضل وأيسر مع سهولة التخلص من الاداء الخاطيء، فالتعلم في سن متأخر غالباً ما يكون مصحوباً بالأخطاء التي يصعب التخلص منها حيث يعاني أصحابها من صعوبة في التحكم في التنفس والتوافق الحركي للسباحة وعدم القدرة على الاسترخاء وزيادة عامل الخوف مما يعوق ويعرقل التعلم السريع.(٥ : ٦٣)

نظام النجوم المطور:

البداية تكون للبراعم من ٧-٩ سنوات:

- يسمح لأداء اختبارات النجوم في أي مرحلة سنية لمن يحصل عليها في مرحلة ٧-٩ سنوات وفقاً لمبررات وشروط خاصة تضعها اللجنة الفنية.
 - لا يشترط وجود فاصل زمني لدخول اختبارات النجوم الثلاث حيث يمكن الجمع بين اختبار نجمة أو أكثر بشرط النجاح في اختبار كل نجمة قبل المضي في اختبار النجمة التالية. (٦ : ٢٢)
- وقد قام الاتحاد المصري للسباحة بعمل مشروع لتقييم مستوي الأداء الفني للبراعم في السباحات الأربعة، وذلك التقييم يطبق علي سباحي البراعم في الأندية ومراكز الشباب المصرية قبل انتقالهم إلي مرحلة الناشئين واشتراكهم في بطولات الجمهورية للتأكد من ارتفاع المستوي المهاري والأداء الفني للسباحات الأربعة. (٦ : ٢٠)

الدراسات السابقة:

١- أجري الباحث **Schikling Many** (٢٠٠٢م) (٣٦) دراسة بعنوان تأثير كل من (أسلوب توجيه الاقران - أسلوب التعلم الذاتي متعدد المستويات) على التصويب الكراباجي في كرة اليد، وهدفت الدراسة الي التعرف علي تأثير كل من (أسلوب توجيه الاقران - أسلوب التعلم الذاتي متعدد المستويات) على التصويب الكراباجي في كرة اليد، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وكانت العينة (١٢٠) طالب جامعي، وانتهت الدراسة الي كل الأساليب التعليمية أدت الي تحسين المهارة وكان التعلم الذاتي متعدد المستويات افضل الأساليب من أسلوب توجيه الاقران.

٢- واجري الباحث **Baumberger Henry** (٢٠٠٥) (28) دراسة بعنوان المقارنة بين التدريس التعاوني والتدريس التقليدي (دراسة تحليلية) هدف البحث الي التعرف علي وصف الاختلافات بين اسلوبي التدريس من خلال محاولة قام بتطبيقها طلاب التربية العملية بمدريستين، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وكانت العينة مدارس التربية العملية، وانتهت الدراسة الي ان الطلاب المعلمين الذين استخدموا الاسلوب التقليدي كان تركيزهم الاكبر منصب علي انجاز محتوى الدرس وكانت نتائجهم اكثر ايجابية.

٣- واجري الباحث **Cai Singe** (٢٠٠٨م) (٢٩) دراسة بعنوان أثر ثلاثة أساليب للتدريس علي الطلاب في محيط درس التربية الرياضية وهدفت الدراسة الي التعرف علي مدع استمتاع الطلاب في درس التربية الرياضية أثناء استخدام أساليب (الأمر ، التبادلي ، المتعدد المستويات)، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وكانت العينة ٦٧ طالب، وانتهت الدراسة الي - اختبارات المهارات والركلات الأساسية في الكاراتيه - اختبارات المهارات الأساسية في مجموعة ألعاب المضرب.

٤- قام الباحث **Hrpash Ibrahim** (٢٠١٣م) (٣٢) بدراسة بعنوان أثر التدريس بالأسلوبين التضميني والتبادلي علي الرفع من مستوي الاداء البدني في الوثب الطويل، وهدفت الدراسة الي التعرف علي أثر التدريس بالأسلوبين التضميني والتبادلي علي الرفع من مستوي الاداء البدني في الوثب الطويل، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وكانت العينة مكونة (٦٠) طالب وانتهت الدراسة الي: ان التدريس باستخدام الاسلوب التضميني والتبادلي في حصة التربية الرياضية له تأثير ايجابي في رفع مستوي الاداء البدني في الوثب الطويل.

٥- اجري علي أحمد ممدوح علي العقاد (٢٠١٦م) (١٥) دراسة بعنوان تأثير استخدام بعض أساليب التدريس علي تعلم سباحة الزحف علي البطن لطلاب كلية الشرطة" وهدفت الدراسة الي التعرف

على تأثير استخدام بعض أساليب التدريس علي تعلم سباحة الزحف علي البطن لطلاب كلية الشرطة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، كانت عينة البحث (٢٦) طالب، وكانت أهم النتائج: تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت أسلوب تدريسي مختلف عن الأسلوب التدريسي التقليدي في تعلم سباحة الزحف علي البطن.

٦- **اجري فهد محمد عبدالله (٢٠١٧م) (١٧)** دراسة بعنوان فاعلية استخدام أساليب التعلم المندمجة والمنفردة على تعلم سباحة الزحف على الظهر لتلاميذ المرحلة المتوسطة بدولة الكويت" وهدفت الدراسة الي التعرف علي فاعلية استخدام أساليب التعلم المندمجة والمنفردة على تعلم سباحة الزحف على الظهر لتلاميذ المرحلة المتوسطة بدولة الكويت، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، كانت عينة البحث (٤٥ تلميذ) تم تقسيمهم الي مجموعتين تجريبية وضابطة، وكانت أهم النتائج: أسلوب التعلم التبادلي وأسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات أثر بشكل فعال و ايجابي في تعلم سباحة الزحف على الظهر قيد البحث لدي المجموعتان التجريبيتان الاولي والثانية.

٧- **وقام الباحث محمد احمد محمد حسن (٢٠١٩م) (٢٠)** بدراسة بعنوان تأثير استخدام أسلوبي التعلم الفردي والتعاوني علي تعلم الوثب الطويل لتلاميذ المرحلة الاعدادية، وهدفت الدراسة الي التعرف علي تأثير استخدام أسلوبي التعلم الفردي والتعاوني علي تعلم الوثب الطويل لتلاميذ المرحلة الاعدادية، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وكانت العينة مكونة (٤٠) تلميذ تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة، وانتهت الدراسة الي: يؤثر البرنامج التعليمي المقترح بالأسلوب التعاوني والفردي تائيراً ايجابياً في تحسن القدرات البدنية والمستوي الرقمي للوثب الطويل قيد البحث.

٨- **اجرت صهيب بن غازي صالح سبتي صالح (٢٠٢١م) (١٢)** بحث بعنوان "تأثير استخدام اسلوبي الاكتشاف الموجه وتوجيه الاقران على تعلم سباحة الزحف على الظهر لتلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة الكويت". وهدف هذا البحث الي التعرف علي تأثير استخدام اسلوبي الاكتشاف الموجه وتوجيه الاقران على تعلم سباحة الزحف على الظهر لتلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة الكويت، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وكانت العينة مكونة من (٣٩) تلميذ، وكانت اهم النتائج: البرنامج التعليمي باستخدام الاكتشاف الموجه ساهم بطريقة ايجابية في رفع مستوى التحصيل المعرفي ومستوي الأداء المهاري قيد البحث، والبرنامج التعليمي المتبع (الشرح اللفظي وإعطاء نموذج) ساهم بطريقة ايجابية في رفع مستوى التحصيل المعرفي ومستوي الأداء قيد البحث.

٩- **كما اجري أحمد عبد الفتاح عبد العظيم (٢٠٢٢م) (٣)** دراسة بعنوان فاعلية استخدام بعض أساليب التدريس علي تعلم مهارة الوثب الطويل لتلاميذ المرحلة الابتدائية" وهدفت الدراسة الي التعرف علي فاعلية استخدام بعض أساليب التدريس علي تعلم مهارة الوثب الطويل لتلاميذ المرحلة الابتدائية،

واستخدم الباحث المنهج التجريبي، كانت عينة البحث (٣٠ تلميذ) تم تقسيمهم الي مجموعتين تجريبية وضابطة، وكانت أهم النتائج: فاعلية استخدام أسلوب توجيه الاقران في تعلم مهارات الوثب الطويل فاعلية استخدام اسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم مهارات الوثب الطويل.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

إستخدم الباحث المنهج التجريبي، وقد استعان بالتصميم التجريبي ذي المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة متبعاً القياسات القبلية البعدية للثلاث مجموعات.

مجتمع وعينة البحث:

تم إختيار مجتمع البحث من المبتدئين في السباحة (مركز التنمية الشبابية بالعاشر من رمضان) والبالغ عددهم (٢٠٠) مبتدئ، وقد قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مجتمع البحث، وقد بلغ حجم العينة المختارة (٤٦) مبتدئ من (٦-٩ سنوات) تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبيتين وأخري ضابطة، قوام كل مجموعة (١٢) بالإضافة الي (١٠) مبتدئ من داخل مجتمع البحث وخارج العينة الاساسية يطبق عليها الدراسات الاستطلاعية، والجدول رقم (١) يوضح توصيف عينة البحث.

جدول (١)

تصنيف عينة البحث

مجتمع البحث		عينة البحث الأساسية		المجموعة التجريبية الاولى		المجموعة التجريبية الثانية		المجموعة الضابطة		عينة الدراسة الاستطلاعية	
العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة
٢٠٠	%١٠٠	٤٦	%٢٣.٠٠	١٢	%٦.٠٠	١٢	%٦.٠٠	١٢	%٦.٠٠	١٠	%٥.٠٠

تجانس عينة البحث:

ن=٤٦

لحساب التجانس قام الباحث بحساب معامل الالتواء لعينة البحث الأساسية في متغيرات النمو، والمتغيرات البدنية ومستوي الأداء المهاري للمهارات قيد البحث وجدول (٢) يوضح ذلك

جدول (٢)

توصيف عينة البحث في متغيرات النمو والمتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث

المتغيرات		وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
النمو	العمر الزمني	سنة	٩.٣٢	٠.٢٩	٩.٤٠	٠.٨٣-
	الطول	سنتيمتر	١٣٩.٧٨	٨.٠٨	١٤٢.٠٠	٠.٨٢-
	الوزن	كيلوجرام	٣٨.١٧	٧.٢٨	٤٠.٠٠	٠.٧٥-
البدنية	عدو ١٠ متر	السرعة	٣.١٩	٠.٤٣	٣.٢٣	٠.٢٨-
	عدو ١٥ متر زجزاجي	الرشاقة	٩.٢٨	٠.٩٩	٩.٢٥	٠.٠٩-
	ثني الجذع من الوقوف	المرونة	١١١.٨٣	١٤.٦٨	١١٥.٠٠	٠.٦٥-
	الوثب العريض من الثبات	القدرة العضلية	١.٤٨	٠.٦٥	١.٥٠	٠.٠٩-
المهاري	غلسة البداية	درجة	٦.١٧	٢.٥٠	٦.٥٠	٠.٤٠-
	٢٥ متر ضربات رجلين حرة	درجة	٧.٠٢	١.٩٥	٧.٠٠	٠.٠٣-

النهاية	درجة	٣.٧٠	١.٨٤	٤.٠٠	٠.٤٩-
المجموع	درجة	١٦.٨٩	٤.٣٤	١٨.٠٠	٠.٧٧-
غطسة البداية	درجة	٦.٢٤	٢.٤٥	٦.٠٠	٠.٢٩
٢٥ متر ضربات رجلين ظهر	درجة	٧.٣٥	٢.٢٩	٧.٠٠	٠.٤٦
النهاية	درجة	٤.٢٠	١.٥١	٤.٠٠	٠.٤٠
المجموع	درجة	١٧.٧٨	٤.٣٥	١٨.٠٠	٠.١٥-

يوضح جدول (٢) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الالتواء لعينة البحث في المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث، حيث يتضح أن قيم معاملات الالتواء تراوحت ما بين (-٠.٨٣، ٠.٢١) أي أنها انحصرت ما بين (± 3) الأمر الذي يشير الي اعتدالية توزيع العينة في جميع هذه المتغيرات. التكافؤ بين مجموعتي البحث:

قام الباحث بإيجاد التكافؤ بين مجموعات البحث في القدرات البدنية الخاصة بمهارات النجمة الاولى في السباحة، ومتغيرات الأداء المهارى للنجمة الأولى في السباحة، وجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)

تحليل التباين بين مجموعات البحث الثلاثة (التجريبية الاولى - التجريبية الثانية - الضابطة) في القياس القبلي للاختبارات البدنية والمهارية

$$n_1 = n_2 = n_3 = 12$$

الاختبار	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)
عدو ١٠ متر	بين المجموعات	٠.٥٢	٢	٠.٢٦	١.٧٣
	داخل المجموعات	٤.٨٥	٣٣	٠.١٥	
عدو ١٥ متر زجلجي	بين المجموعات	٠.٠٥	٢	٠.٠٣	٠.٠٣
	داخل المجموعات	٣٦.٥٦	٣٣	١.١١	
الوثب العريض من الثبات	بين المجموعات	٣.١٧	٢	١.٥٨	٠.٠١
	داخل المجموعات	٧٥٦٧.٨٣	٣٣	٢٢٩.٣٣	
ثني الجذع من الوقوف	بين المجموعات	٠.٥١	٢	٠.٢٦	٠.٥٥
	داخل المجموعات	١٥.٤٦	٣٣	٠.٤٧	
غطسة البداية	بين المجموعات	٠.٣٩	٢	٠.١٩	٠.٠٣
	داخل المجموعات	٢٤٥.١٧	٣٣	٧.٤٣	
٢٥ متر ضربات رجلين حرة	بين المجموعات	٠.٣٩	٢	٠.١٩	٠.٠٥
	داخل المجموعات	١٣٨.٥٨	٣٣	٤.٢٠	
النهاية	بين المجموعات	١.٥٠	٢	٠.٧٥	٠.١٨
	داخل المجموعات	١٣٩.٢٥	٣٣	٤.٢٢	
المجموع	بين المجموعات	١.٥٠	٢	٠.٧٥	٠.٠٥
	داخل المجموعات	٥٣٨.٥٠	٣٣	١٦.٣٢	
غطسة البداية	بين المجموعات	٠.١٧	٢	٠.٠٨	٠.٠١
	داخل المجموعات	٢٣٢.٥٨	٣٣	٧.٠٥	
٢٥ متر ضربات رجلين ظهر	بين المجموعات	٢.١٧	٢	١.٠٨	٠.٢٠
	داخل المجموعات	١٨٠.٥٨	٣٣	٥.٤٧	
النهاية	بين المجموعات	٠.٧٢	٢	٠.٣٦	٠.١٥
	داخل المجموعات	٧٩.٥٠	٣٣	٢.٤١	
المجموع	بين المجموعات	٣.٣٩	٢	١.٦٩	٠.١١
	داخل المجموعات	٤٩٠.٥٠	٣٣	١٤.٨٦	

* قيمة (ف) الجدولية عند مستوى عند ٣.٢٨٥ = ٠.٠٥

يتضح من جدول (٣) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعات البحث الثلاثة (التجريبية الأولى - التجريبية الثانية - الضابطة) في جميع الاختبارات البدنية والمهارية الأمر الذي يشير إلى تكافؤ المجموعات. أدوات ووسائل جمع البيانات:

متغيرات النمو: العمر الزمني:

حصل الباحث على العمر الزمني لجميع أفراد عينة البحث وذلك من واقع سجلات المبتدئين بمركز التنمية الشبابية بالعاشر من رمضان، وتم حساب العمر بالسنة.

الوزن:

قام الباحث بقياس وزن المبتدئين عينة البحث باستخدام ميزان طبي معايير وتم حساب الوزن بالكيلو جرام.

الطول:

قام الباحث بقياس طول الجسم باستخدام جهاز الرستاميتير وتم قياس الطول بالسنتيمتر.

اختبارات المتغيرات البدنية قيد البحث:

١. قام الباحث بتحديد الصفات البدنية الملائمة لمهارات النجمة الأولى في السباحة (القوة العضلية - السرعة - المرونة - الرشاقة - القدرة العضلية - التوافق).

✓ وقام الباحث بإعداد استمارة لاستطلاع رأي السادة الخبراء لتحديد القدرات البدنية الملائمة لمهارات النجمة الأولى في السباحة. مرفق (١)

✓ تم عرض على مجموعة من السادة الخبراء والمتخصصين التي تنطبق عليهم شروط الخبير وعددهم (٨) خبراء، مرفق (١) كما يتضح في جدول (٤)

جدول (٤)

الأهمية النسبية لآراء الخبراء في تحديد اختبارات الصفات البدنية الملائمة لتعلم مهارات سباحة النجمة الأولى ن = ٨

م	المتغيرات البدنية	الاختبارات المقترحة	آراء الخبراء		
			موافق	إلى حد ما	غير موافق
١	السرعة	اختبار عدو ١٠ متر من البدء العالي	٧	١	-
		اختبار العدو (٥٠) متر من البدء العالي	١	-	٧
		اختبار الجري في المكان لمدة ٣٠ ثانية	-	-	٨
٢	المرونة	اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف	٧	١	-
		اختبار ثني الجذع جانبا من الوقوف	١	-	٧
		اختبار ثني الجذع خلفا من الانبطاح	-	-	٨
٣	الرشاقة	اختبار الجري المكوكي	١	-	٧
		اختبار الجري (١٥ متر) (جزلجي) (بارو)	٧	١	-
		اختبار الانبطاح المائل من الوقوف	-	-	٨
٤	القدرة العضلية	الجلوس من الرقود مع ثني الركبتين	١	-	٧
		الوثب العمودي سارجينت	١	١	٦
		اختبار الوثب العريض من الثبات	٦	٢	-

يتضح من جدول (٤) الأهمية النسبية لآراء الخبراء في تحديد اختبارات الصفات البدنية الملائمة لتعلم مهارات سباحة النجمة الاولي حيث تم قبول العناصر التي بلغت أهميتها النسبية أكثر من ٧٥٪ وقد انحصرت في:

- ١- اختبار عدو ١٠ متر من البدء العالي لقياس (السرعة)
- ٢- اختبار تنى الجذع للأمام من الوقوف (المرونة).
- ٣- اختبار الجري (١٥ متر) زجاجي (بارو) (الرشاقة).
- ٤- اختبار الوثب العريض من الثبات (القدرة العضلية)

الأجهزة والأدوات المستخدمة:

- جهاز الريستامير لقياس الطول (سم).
- ساعة إيقاف Stop Watch لقياس الزمن لأقرب ٠.٠١ ثانية.
- مسطرة (سم) مدرجة لقياس المرونة.
- صافرة.
- ميزان طبي لقياس الوزن (كجم).
- شريط قياس الأطوال (سم).
- أقماع
- لوح ضربات الرجلين
- لوح الكتفين
- عصا الطفو

استمارات تسجيل البيانات:

قام الباحث بتصميم الاستمارات التالية لتسجيل البيانات الخاصة بعينة البحث :

- استمارة تسجيل قياسات في متغيرات (ارتفاع الجسم - وزن الجسم - العمر الزمني - الذكاء).
- استمارة تسجيل القياسات في الاختبارات البدنية.
- استمارة تسجيل القياسات في الاختبارات المهارية.

الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (١٠) مبتدئ من داخل مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية لإيجاد المعاملات العلمية (الصدق-الثبات) للاختبارات قيد البحث، وتم إجراء الدراسة الاستطلاعية خلال يومي الاثنين والخميس ١/٢٢ ، ١/٢٥ / ٢٠٢٤م.

المعاملات العلمية (الصدق -الثبات):

الصدق:

قام الباحث بحساب الصدق باستخدام طريقة صدق التمايز بين مجموعتين احدهما مميزة وهم لاعبين في نفس المرحلة السنية ولكن في النجمة الثانية وعددها (١٠) لاعبين وعينة غير مميزة من العينة الاستطلاعية والبالغ عددها (١٠) لاعبين من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وجدول (٥) يبين ذلك.

جدول (٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين المجموعة المميزة والمجموعة الغير مميزة في الاختبارات البدنية $n = 10$

الاختبارات	المجموعة الغير مميزة		المجموعة المميزة		قيمة (ت)
	ع	س	ع	س	
عدو ١٠ متر	٢.٩١	٠.٤٠	٢.٤١	٠.٢٩	*٣.٠٣
عدو ١٥ متر زجزاجي	٩.٥٠	٠.٩٠	٨.٤٧	٠.١٨	*٣.٣٧
الوثب العريض من الثبات	١١٣.٠٠	١.٣٢	١١٥.٦٤	١.٦٩	*٣.٦٩
ثني الجذع من الوقوف	١.٥٠	٠.٥٨	٢.٦٨	٠.١٦	*٥.٨٨

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $0.05 = 2.101$

يوضح جدول (٥) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في الاختبارات البدنية حيث يتضح وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في جميع الاختبارات البدنية ولصالح الربيع المجموعة المميزة، الأمر الذي يشير إلى صدق الاختبارات المستخدمة قيد البحث.

حساب الثبات:

قام الباحث بحساب الثبات باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة التطبيق بفارق زمني يومين وذلك على العينة الاستطلاعية وعددها (١٠) لاعبين من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية حيث طبق نفس الاختبارات وتحت نفس الظروف وباستخدام نفس الأدوات والمساعدين، وقد تم إيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني، وجدول (٦) يبين معاملات ثبات اختبارات المتغيرات البدنية قيد البحث.

جدول (٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات البدنية $n = 10$

الاختبارات	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
	ع	س	ع	س	
عدو ١٠ متر	٢.٩١	٠.٤٠	٢.٨٦	٠.٣٥	*٠.٩٧
عدو ١٥ متر زجزاجي	٩.٥٠	٠.٩٠	٩.٣٩	٠.٧٩	*٠.٩٩
الوثب العريض من الثبات	١١٣.٠٠	١.٣٢	١١٤.٤٠	١.٧٣	*٠.٩٦
ثني الجذع من الوقوف	١.٥٠	٠.٥٨	١.٦٠	٠.٥٢	*٠.٩٣

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.622$

يوضح جدول (٦) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات البدنية حيث يتضح وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات البدنية قيد الدراسة الأمر الذي يشير إلى ثبات الاختبارات المستخدمة قيد البحث.

البرنامج التعليمي المقترح (مرفق ٢)

إعداد البرنامج التعليمي:

قام الباحث بتحليل محتوى البرامج التعليمية للدراسات المرجعية المرتبطة بموضوع البحث مثل دراسة كلاً من دراسة علي أحمد ممدوح (٢٠١٦م) (١٥) فهد محمد عبد الله (٢٠١٧م) (١٧) محمد احمد

محمد ٢٠١٩م (٢٠) صهيب بن غازي صالح ٢٠٢١م (١٢) احمد عبد الفتاح عبد العظيم ٢٠٢٢م (٣)،
Hrpush Ibrahim 2013 (٣٢) للاستفادة منها في اعداد البرنامج التعليمي.

ولقد استعان الباحث برأي السادة الخبراء (مرفق ١) حيث أمكن للباحث البدء في تصميم البرنامج التعليمي المقترح، وذلك بتحديد الجوانب الرئيسة في إعداد البرنامج التعليمي .
الهدف من البرنامج:

يهدف البرنامج التعليمي المقترح إلى التعرف على تأثير دراسة مقارنة لبعض أساليب التدريس علي تعلم مهارات النجمة الأولى في السباحة.

أسس بناء وتصميم البرنامج المقترح:

١. اختيار وقت تطبيق البرنامج التعليمي المقترح في ضوء طبيعة العينة.
٢. أن يراعى البرنامج البعد عن الملل والتميز بالإثارة والتشويق.
٣. أن يراعى عوامل الأمن والسلامة حرصاً على السلامة.
٤. سهولة توفير الامكانيات والأدوات والأجهزة المستخدمة
٥. أن يتلائم البرنامج مع خصائص العينة مع مراعاة الفروق الفردية بين العينة.
٦. تنظيم الأدوات المستخدمة في الوحدات التعليمية وأن تكون التمرينات متنوعة ومشوقة.
٧. أن يتيح البرنامج التعليمي المقترح الفرصة للمشاركة لكل العينة في أن واحد.
٨. عرض البرنامج على مجموعة من الخبراء للتأكد من سلامته وتوافقه لأهداف البحث .

محتوي البرنامج:

بعد الإنتهاء من وضع أهداف والاطار العام للبرنامج، قام الباحث بتحديد محتوى البرنامج علي ان يتضمن (أعمال إدارية - الاحماء - الأعداد البدني - التطبيق العملي للبرنامج ويتضمن الخطوات التعليمية والتدريبات- الختام)، وقد قام الباحث بالاستعانة برأي السادة الخبراء لتحديد محتوى البرنامج.

الإطار الزمني للبرنامج التعليمي المقترح:

- عدد الأسابيع: (٨) أسابيع.
- عدد الوحدات التعليمية أسبوعياً: (٢) وحدة تعليمية.
- زمن الوحدة التعليمية: (٦٠) دقيقة.
- إجمالي زمن البرنامج = ٩٦٠ دقيقة = ١٦ ساعة .
- (٨) أسابيع × ٢ وحدة تعليمية أسبوعياً × ٦٠ دقيقة) .

اختيار المساعدين:

قام الباحث باختيار عدد من المساعدين من المتخصصين في مجال التربية الرياضية، والسباحة، وقد تم تعريفهم بجوانب البحث وأهميته وأهدافه من حيث متطلبات القياس وكيفية أداء الإختبارات البدنية والمهارية.

الدراسة الأساسية:

القياس القبلي:

قام الباحث بإجراء القياس القبلي علي مجموعتي البحث التجريبية والمجموعة الضابطة حيث تم قياس مستوى المهارات النجمة الاولي في السباحة يومي الاثنين والخميس ١/٢٩، ٢٠٢٤/٢/١م، طبقاً للمواصفات وشروط الأداء الخاصة بكل اختبار.

تطبيق تجربة البحث الاساسية:

تم تطبيق التجربة الاساسية للبحث علي مجموعتي البحث التجريبية والمجموعة الضابطة باستخدام البرنامج التعليمي المقترح وقد استغرق تطبيق البرنامج (٨) اسابيع في الفترة من يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٤/٢/٥م الي يوم الخميس الموافق ٢٠٢٤/٣/٢٨م، بواقع (٢) وحدة تعليمية كل اسبوع، وزمن الوحدة (٦٠) دقيقة، وتم التطبيق بحمام السباحة (بمركز شباب العاشر من رمضان) وتم تخصيص مكان لهم محدد بالأحبال، بالإضافة الي عدد من المساعدين الدائمين لمساعدة الباحث اثناء التطبيق.

القياس البعدي:

تم اجراء القياس البعدي في مستوى مهارات سباحة النجمة الاولي للمجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة قيد البحث في يومي الاثنين والخميس الموافق ٤/١، ٢٠٢٤/٤/٤م، وبنفس شروط القياس القبلي.

المعالجات الاحصائية:

بعد الإنتهاء من التطبيق قام الباحث بجدولة البيانات الخاصة بإستخدام برنامج (SPSS):

- المتوسط الحسابي.
- الإنحراف المعياري.
- الوسيط
- معامل الارتباط "بيرسون".
- معامل السهولة.
- معامل الصعوبة.
- معامل التميز.

- اختبار T.test

عرض ومناقشة النتائج:

عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول الذي ينص علي "توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاولي (أسلوب التعلم التعاوني) في مهارات النجمة الأولي لصالح القياس البعدي".

جدول (٧)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية الأولى في مستوى الأداء المهارى للنجمة الأولى في السباحة ن = ١٢

الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)
		ع	س	ع	س	
غطسة البداية	درجة	٦.٢٥	٣.٦٧	١٥.٠٨	٠.٧٩	*٧.٨٠
٢٥ متر ضربات رجلين حرة	درجة	٧.٠٨	٢.١١	١٤.٨٣	٠.٥٨	*١١.٧٥
النهاية	درجة	٣.٣٣	٢.٢٧	٦.٠٨	١.٧٣	*٣.٢٠
المجموع	درجة	١٦.٦٧	٤.٥٢	٣٦.٠٠	٢.٣٤	*١٢.٦٠
غطسة البداية	درجة	٦.١٧	٢.٩٥	١٤.٠٠	٠.٩٥	*٨.٣٨
٢٥ متر ضربات رجلين ظهر	درجة	٧.٥٠	٢.٨١	١٣.٤٢	١.٠٨	*٦.٥٢
النهاية	درجة	٤.٤٢	١.٠٨	٦.٨٣	١.١٢	*٥.١٤
المجموع	درجة	١٨.٠٨	٤.٩١	٣٤.٢٥	١.٩٦	*١٠.١٤

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٢٠١

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية الأولى في مستوى الأداء المهارى للنجمة الأولى في السباحة، ولصالح القياس البعدي.

جدول (٨)

نسب تحسن القياس البعدي عن القياس القبلي للمجموعة التجريبية الأولى في مستوى الأداء المهارى للنجمة الأولى في السباحة ن = ١٢

المتغيرات	وحدة القياس	قبلي	بعدي	نسب التحسن
غطسة البداية	درجة	٦.٢٥	١٥.٠٨	%١٤١.٢٨
٢٥ متر ضربات رجلين حرة	درجة	٧.٠٨	١٤.٨٣	%١٠٩.٤٦
النهاية	درجة	٣.٣٣	٦.٠٨	%٨٢.٥٨
المجموع	درجة	١٦.٦٧	٣٦.٠٠	%١١٥.٩٦
غطسة البداية	درجة	٦.١٧	١٤.٠٠	%١٢٦.٩٠
٢٥ متر ضربات رجلين ظهر	درجة	٧.٥٠	١٣.٤٢	%٧٨.٩٣
النهاية	درجة	٤.٤٢	٦.٨٣	%٥٤.٥٢
المجموع	درجة	١٨.٠٨	٣٤.٢٥	%٨٩.٤٤

يوضح جدول (٨) وجود نسب تحسن القياس البعدي عن القياس القبلي لدى مجموعة البحث التجريبية الأولى في مستوى الأداء المهارى للنجمة الأولى في السباحة. أظهرت نتائج جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية الأولى في مستوى الأداء المهارى للنجمة الأولى في السباحة، ولصالح القياس البعدي، حيث أشارت النتائج ما يلي:

في غطسة البداية في السباحة الحرة بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٧.٨٠) في القياس (القبلي/البعدي) وفي ٢٥ متر ضربات رجلين سباحة حرة بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١١.٧٥) في القياس (القبلي/البعدي) وفي النهاية في السباحة الحرة بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٣.٢٠) في القياس (القبلي/البعدي) وفي غطسة البداية سباحة الظهر بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٨.٣٨) في

القياس (القبلي/البعدي) وفي ٢٥ متر ضربات رجلين سباحة ظهر (٦.٥٢) وفي النهاية سباحة الظهر بلغت قيمة (ت) (المحسوبة) (٥.١٤)، وهي قيم أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.201$ مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، مما يعني فاعلية البرنامج التعليمي المقترح من الباحث في تعليم مهارات النجمة الأولى في السباحة. ويتضح من نتائج جدول (٨) أن نسب التحسن في تعلم مهارات سباحة النجمة الأولى قيد البحث بين القياسين القبلي والبعدي كانت أعلى في مهارة (غطسة البداية في السباحة الحرة) حيث بلغت نسبة التحسن (١٤١.٢٨%) وكانت أقل المهارات في نسب التحسن مهارة (النهاية في ٢٥م سباحة الظهر) حيث بلغت نسبة التحسن (٥٤.٥٢%).

ويعزي الباحث هذه الفروق المعنوية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى لصالح القياس البعدي ونسبة التحسن في مستوى أداء مهارات النجمة الأولى في السباحة قيد البحث إلى فاعلية البرنامج التعليمي باستخدام التعلم التعاوني حيث تضمن البرنامج تقسيم المبتدئين إلى مجموعات عدد كل مجموعة (٤مبتدئين) وحرص الباحث على أن تكون المجموعات متجانسة في المستوى البدني والمهاري مما سهل عملية التعلم داخل كل مجموعة، مما أدى إلى مراعاة الفروق الفردية بين المبتدئين من حيث السرعة في المقدر على التعلم وأدى إلى خلق بيئة تعليمية جيدة من خلال إشراك جميع المبتدئين في عملية التعلم، ومساعدة بعضهم البعض، مما جعل عملية تعلم مهارات النجمة الأولى في السباحة قيد البحث أكثر سهولة ويسر بالنسبة لهم وقيامهم بالواجبات الحركية بشكل سليم خلال الوحدات التعليمية.

وتتفق تلك النتائج مع ما انتهت إليه دراسة كلا من ناصر احمد جابر ٢٠١٥م (٢٣) محمد احمد محمد ٢٠١٩م (٢٠) من أن استخدام البرنامج التعليمي القائم على التعلم التعاوني قد ساهم في تعلم وتحسن أداء العديد من المهارات الرياضية ومنها مهارات السباحة.

وهذا ما اكدت عليه لطيفة صالح السمري ٢٠٠٣م، حيث ترى أن التعلم التعاوني أحد أساليب التعلم التي تقتضي من الطلاب العمل في مجموعات صغيرة لحل مشكلة ما، أو إنجاز عمل معين، أو تحقيق هدف ما، ويشعر كل فرد من أفراد المجموعة بمسئوليته نحو مجموعته فنجاحه أو فشله هو نجاح أو فشل للمجموعة فتنتشر روح التعاون بينهما. (١٨ : ١٧)

وبهذا يتحقق الفرض الأول "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (أسلوب التعلم التعاوني) في مهارات النجمة الأولى لصالح القياس البعدي".
عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني:

الذي ينص على: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (أسلوب توجيه الاقران) في مهارات النجمة الأولى لصالح القياس البعدي".

جدول (٩)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية الثانية في مستوى الاداء المهارى للنجمة الاولى في السباحة ن = ١٢

الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)
		ع	س	ع	س	
غطسة البداية	درجة	٦.٠٨	٢.٠٧	١٨.١٧	٠.٨٣	*١٧.٩٨
٢٥ متر ضربات رجلين حرة	درجة	٧.٠٠	١.٨١	١٧.٦٧	٠.٦٥	*١٨.٤٠
النهاية	درجة	٣.٨٣	١.٥٩	٨.٥٠	٠.٥٢	*٩.٢٦
المجموع	درجة	١٦.٩٢	٤.٠٣	٤٤.٣٣	١.١٥	*٢١.٦٩
غطسة البداية	درجة	٦.٣٣	٢.٢٣	١٧.٧٥	٠.٧٥	*١٦.١٠
٢٥ متر ضربات رجلين ظهر	درجة	٧.٩٢	٢.٤٧	١٦.٦٧	١.٣٠	*١٠.٤٠
النهاية	درجة	٤.١٧	١.٤٧	٨.١٧	٠.٧٢	*٨.١٠
المجموع	درجة	١٨.٤٢	٣.٠٠	٤٢.٥٨	١.٧٨	*٢٢.٩٧

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٢٠١

جدول (١٠)

نسب تحسن القياس البعدي عن القياس القبلي للمجموعة التجريبية الثانية في مستوى الاداء المهارى للنجمة الاولى في السباحة

المتغيرات	وحدة القياس	قبلي	بعدي	نسب التحسن
غطسة البداية	درجة	٦.٨٣	١٨.١٧	%١٦٦.٠٣
٢٥ متر ضربات رجلين حرة	درجة	٧.٠٠	١٧.٦٧	%١٥٢.٤٣
النهاية	درجة	٣.٨٣	٨.٥٠	%١٢١.٩٣
المجموع	درجة	١٦.٩٢	٤٤.٣٣	%١٦٢.٠٠
غطسة البداية	درجة	٦.٣٣	١٧.٧٥	%١٨٠.٤١
٢٥ متر ضربات رجلين ظهر	درجة	٧.٩٢	١٦.٦٧	%١١٠.٤٨
النهاية	درجة	٤.١٧	٨.١٧	%٩٥.٩٢
المجموع	درجة	١٨.٤٢	٤٢.٥٨	%١٣١.١٦

أظهرت نتائج جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية الثانية في مستوى الاداء المهارى للنجمة الاولى في السباحة ما يلي:
 في غطسة البداية في السباحة الحرة بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١٧.٩٨) في القياس (القبلي/البعدي) وفي ٢٥ متر ضربات رجلين سباحة حرة بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١٨.٤٠) في القياس (القبلي/البعدي) وفي النهاية في السباحة الحرة بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٩.٢٦) في القياس (القبلي/البعدي) وفي غطسة البداية سباحة الظهر بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١٦.١٠) في القياس (القبلي/البعدي) وفي ٢٥ متر ضربات رجلين سباحة ظهر (١٠.٤٠) وفي النهاية سباحة الظهر بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٨.١٠) في القياس (القبلي/البعدي)، وهي قيم أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٢٠١ مما يدل علي وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي.

ويتضح من نتائج جدول (١٠) ان نسب التحسن في تعلم مهارات سباحة النجمة الاولى قيد البحث بين القياسين القبلي والبعدي كانت أعلى في مهارة (غطسة البداية سباحة الظهر) حيث بلغت

نسبة التحسن (١٨٠.٤١%) وكانت أقل المهارات في نسب التحسن مهارة (النهاية في ٢٥ م سباحة الظهر) حيث بلغت نسبة التحسن (٩٥.٩٢%).

ويعزي الباحث هذه الفروق المعنوية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية لصالح القياس البعدي ونسبة التحسن في مستوى أداء مهارات النجمة الأولى في السباحة قيد البحث إلى فاعلية البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب توجيه الاقران حيث تم تقسيم المبتدئين الي أزواج وحرص الباحث علي ان تكون الأزواج متجانسة في المستوى البدني والمهاري وقبول بينهم، مما سهل عملية التعلم بين كل زوجين، مما أدى الى مراعاة الفروق الفردية بين المبتدئين من حيث السرعة في المقدرة على التعلم وأدى إلي خلق بيئة تعليمية جيدة من خلال مساعدة الزميل لزميله في التعلم، مما جعل عملية تعلم مهارات النجمة الاولي في السباحة قيد البحث أكثر سهولة ويسر.

وتتفق تلك النتائج مع ما انتهت اليه دراسة كلا من **علي أحمد ممدوح** (٢٠١٦م) (١٥) **صهيب بن غازي صالح** (٢٠٢١م) (١٢) **احمد عبد الفتاح عبد العظيم** (٢٠٢٢م) (٣) **Schilling Mary** (٢٠٠٠) (٣٥) من أن استخدام البرنامج التعليمي القائم علي التعلم باستخدام اسلوب توجيه الاقران قد ساهم في تعلم وتحسن اداء العديد من المهارات الرياضية ومنها مهارات السباحة.

فأسلوب توجيه الاقران، يمكن استخدامه في جميع الأنشطة، كما يهيئ مناخا لتنمية العلاقات الاجتماعية، ويتيح فرصة لتغذية راجعة فورية وأخرى مؤجلة، كما يسهم في تنمية السلوك التعاوني بين المتعلمين، ومفيد في المرحلة الأولى من تعلم المهارة عند احتياج المتعلمين إلي التعرف علي نقاط تعليمية هامة لمساعدتهم علي تصحيح أدائهم. (٩: ٣٠، ٣١)

وبهذا تحقق الفرض الثاني "توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (أسلوب توجيه الاقران) في مهارات النجمة الاولي لصالح القياس البعدي عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث، الذي ينص علي: "توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة (أسلوب الأوامر) في مهارات النجمة الاولي لصالح القياس البعدي".

جدول (١١)

دلالة الفروق بين القياسات القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الاداء المهارى للنجمة الاولي في السباحة ن = ١٢

الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)
		ع	س	ع	س	
غطسة البداية	درجة	٦,٠٠	٢,١٣	١٠,٩٢	١,٤٤	*٦,٣٥
٢٥ متر ضربات رجلين حرة	درجة	٦,٨٣	٢,٢١	١٠,٣٣	١,٧٨	*٤,٠٩
النهاية	درجة	٣,٥٨	١,٢٣	٤,٧٥	٠,٩٦	*٢,٤٩
المجموع	درجة	١٦,٤٢	٣,٥٠	٢٦,٠٠	٣,٥٢	*٦,٤٠
غطسة البداية	درجة	٦,٢٥	٢,٧٣	٩,٦٧	١,٣٧	*٣,٧١
٢٥ متر ضربات رجلين ظهر	درجة	٧,٣٣	١,٥٦	٨,٨٣	٠,٤٠	*٣,٠٩
النهاية	درجة	٤,٠٨	١,٩٨	٥,٧٥	٠,٥٤	*٢,٧٠
المجموع	درجة	١٧,٦٧	٣,٣٩	٢٤,٢٥	٢,٤٥	*٥,٢٢

*قيمة 'ت' الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٢٠١

جدول (١٢)

نسب تحسن القياس البعدي عن القياس القبلي للمجموعة الضابطة في مستوى الاداء المهارى للنجمة الاولى في السباحة

المتغيرات	وحدة القياس	قبلي	بعدي	نسب التحسن
غطسة البداية	درجة	٦.٠٠	١٠.٩٢	%٨٢.٠٠
٢٥ متر ضربات رجلين حرة	درجة	٦.٨٣	١٠.٣٣	%٥١.٢٤
النهاية	درجة	٣.٥٨	٤.٧٥	%٣٢.٦٨
المجموع	درجة	١٦.٤٢	٢٦.٠٠	%٥٨.٣٤
غطسة البداية	درجة	٦.٢٥	٩.٦٧	%٥٤.٧٢
٢٥ متر ضربات رجلين ظهر	درجة	٧.٣٣	٨.٨٣	%٢٠.٤٦
النهاية	درجة	٤.٠٨	٥.٧٥	%٤٠.٩٣
المجموع	درجة	١٧.٦٧	٢٤.٢٥	%٣٧.٢٤

أظهرت نتائج جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة في مستوى الاداء المهارى للنجمة الأولى في السباحة، ولصالح القياس البعدي، حيث أشارت النتائج ما يلي:

في غطسة البداية في السباحة الحرة بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٦.٣٥) في القياس (القبلي/البعدي)، وفي ٢٥ متر ضربات رجلين سباحة حرة بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٤.٠٩) في القياس (القبلي/البعدي)، وفي النهاية في السباحة الحرة بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٢.٤٩) في القياس (القبلي/البعدي)، وفي غطسة البداية سباحة الظهر بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٣.٧١) في القياس (القبلي/البعدي)، وفي ٢٥ متر ضربات رجلين سباحة الظهر (٣.٠٩)، وفي النهاية سباحة الظهر بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٢.٧٠) في القياس (القبلي/البعدي) وهي قيم أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٢٠١ مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، مما يعني فاعلية البرنامج التعليمي القائم على الاسلوب التقليدي في تعليم مهارات النجمة الأولى في السباحة.

ويتضح من نتائج جدول (١٢) ان نسب التحسن في تعلم مهارات سباحة النجمة الاولى قيد البحث بين القياسين القبلي والبعدي كانت أعلى في مهارة (غطسة البداية السباحة الحرة) حيث بلغت نسبة التحسن (%٨٢.٠٠) وكانت أقل المهارات في نسب التحسن مهارة (النهاية في ٢٥م سباحة الظهر) حيث بلغت نسبة التحسن (%٢٠.٤٦).

ويعزي الباحث هذه الفروق المعنوية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي ونسبة التحسن في مستوى أداء مهارات النجمة الاولى في السباحة قيد البحث إلى فاعلية البرنامج التعليمي القائم على الاسلوب التقليدي [أسلوب الاوامر / النموذج الشرح] ذلك للدور الذي يقوم به المعلم وفاعليته التعلم الإيجابي بالشرح اللفظي، وذلك من خلال تقديم نموذج لأداء المهارات قيد البحث، إضافة لسيطرة المعلم خلال المحاضرة والتعليم بأسلوب الاوامر، إضافة لانتظام المبتدئين، وتطبيقهم لمهارات النجمة الاولى في السباحة قيد البحث وتكرارها والتفاعل مع الاداء، وتقديم المعلم

للتغذية الراجعة الفورية لإصلاح اخطاء الاداء أيضاً، ومن خلال التفاعل بالاتصال المباشر بين المعلم والطلاب بمتابعتهم للنموذج والشرح المقدم من المعلم وحرص المعلم علي إصلاح الأخطاء مما أدى إلي الأداء الجيد لكل مهارة مما يسمح للمبتدئ بالوصول الي أفضل مستوى مما ينعكس علي تحسين مستوي أداء مهارات النجمة الاولي في السباحة.

وتتفق تلك النتائج مع ما انتهت اليه دراسة أحمد عبد الفتاح عبد العظيم ٢٠٢٢م (٣) من أن استخدام الأسلوب التقليدي [أسلوب الاوامر / النموذج الشرح] قد ساهم في تعلم وتحسن اداء العديد من المهارات الرياضية ومنها مهارات السباحة.

ويشير سعيد خليل الشاهد ٢٠٠١م (٩) حيث يري أنه بالرغم من دكتاتورية أسلوب الأوامر إلا أنه يتمتع ببعض المزايا منها أنه يصلح للأعداد الكبيرة للمتعلمين، أنه يراعي لعوامل الأمن والسلامة، تنظيم المتعلمين إضافة لأنه من أقل اساليب التدريس تكلفه ويختزل الوقت المقرر للتعلم، فالتدريس بأسلوب الاوامر (الشرح اللفظي والنموذج) واستمرار الاداء والتكرار وإصلاح الأخطاء للتلاميذ من المعلم يوفر للتلاميذ فرصة جيدة للتعلم ويؤثر إيجابياً على إجادة الأداء المهارى. (٩ : ٦٣ ، ١٩٢)

كما يري الباحث أن استخدام أسلوب الأوامر قد ساعد المبتدئين في تعلم مهارات النجمة الأولى في السباحة، لما يتيح من سهولة تعامل المعلم مع المبتدئين، مما يساعد في سهولة التعلم وحدث تحسين سريع في أداء المهارات قيد الباحث، كما يعزي الباحث تلك النتائج الي الأدوات المستخدمة في تعلم مهارات النجمة الأولى في السباحة قيد البحث، حيث ساعدت الوسائل (سبرت بورد-عصا الطفو- لوح الكتفين) في سهولة وسرعة تعلم المبتدئين للمهارات.

وبهذا تحقق الفرض الثالث "توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة (أسلوب الأوامر) في مهارات النجمة الاولي لصالح القياس البعدي".
عرض ومناقشة نتائج الفرض الرابع: الذي ينص علي: "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسات البعدي لمجموعات البحث الثلاثة في مهارات النجمة الاولي وذلك لصالح المجموعة التجريبية الثانية".

جدول (١٣)

تحليل التباين بين مجموعات البحث الثلاثة (التجريبية الاولي - التجريبية الثانية - الضابطة) في مستوي الاداء المهارى للنجمة الاولي في السباحة

الاختبار	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)
غطسة البداية	بين المجموعات	٣١٧.٧٢	٢	١٥٨.٨٦	*١٣٩.٣٥
	داخل المجموعات	٣٧.٥٠	٣٣	١.١٤	
٢٥ متر ضربات رجلين حرة	بين المجموعات	٣٢٨.٢٢	٢	١٦٤.١١	*١٢٦.٢٤
	داخل المجموعات	٤٣.٠٠	٣٣	١.٣٠	
النهاية	بين المجموعات	٨٦.٧٢	٢	٤٣.٣٦	*١٨.٣٠
	داخل المجموعات	٧٨.١٧	٣٣	٢.٣٧	
المجموع	بين المجموعات	٢٠٢٢.٢٢	٢	١٠١١.١١	*١٥٨.٤٨

	٦.٣٨	٣٣	٢١٠.٦٧	داخل المجموعات	
*١٧٥.٣٢	١٩٦.٣٦ ١.١٢	٢ ٣٣	٣٩٢.٧٢ ٣٦.٩٢	بين المجموعات داخل المجموعات	غطسة البداية
*١١٥.٤٤	١٨٥.٨٦ ١.٦١	٢ ٣٣	٣٧١.٧٢ ٥٣.٢٥	بين المجموعات داخل المجموعات	٢٥ متر ضربات رجلين ظهر
*١٢.٧٤	١٧.٥٨ ١.٣٨	٢ ٣٣	٣٥.١٧ ٤٥.٥٨	بين المجموعات داخل المجموعات	النهاية
*٢٣٢.٤٤	١٠١١.١١ ٤.٣٥	٢ ٣٣	٢٠٢٢.٢٢ ١٤٣.٤٢	بين المجموعات داخل المجموعات	المجموع

* قيمة (ف) الجدولية عند مستوى عند ٠.٠٥ = ٣.٢٨٥

جدول (١٤)

دلالة الفروق بين متوسطات مجموعات البحث الثلاثة (التجريبية الاولى - التجريبية الثانية - الضابطة) في مستوى الاداء المهارى للنجمة الاولى في السباحة

L.S.D	الفروق			المتوسطات	المجموعات	الاختبار
	الضابطة	تجريبية ثانية	تجريبية اولي			
٠.٨٩	٤.١٦	٣.٠٩		١٥.٠٨	التجريبية الاولى	غطسة البداية
	٧.٢٥			١٨.١٧	التجريبية الثانية	
				١٠.٩٢	الضابطة	
٠.٩٥	٤.٥٠	٢.٨٤		١٤.٨٣	التجريبية الاولى	٢٥ متر ضربات رجلين حرة
	٧.٣٤			١٧.٦٧	التجريبية الثانية	
				١٠.٣٣	الضابطة	
١.٢٨	١.٢٣	٢.٤٢		٦.٠٨	التجريبية الاولى	النهاية
	٣.٧٥			٨.٥٠	التجريبية الثانية	
				٤.٧٥	الضابطة	
٢.١٠	١٠.٠٠	٨.٣٣		٣٦.٠٠	التجريبية الاولى	المجموع
	١٨.٣٣			٤٤.٣٣	التجريبية الثانية	
				٢٦.٠٠	الضابطة	
٠.٨٨	٤.٣٣	٣.٧٥		١٤.٠٠	التجريبية الاولى	غطسة البداية
	٨.٠٨			١٧.٧٥	التجريبية الثانية	
				٩.٦٧	الضابطة	
١.٠٥	٤.٥٩	٣.٢٥		١٣.٤٢	التجريبية الاولى	٢٥ متر ضربات رجلين ظهر
	٧.٨٤			١٦.٦٧	التجريبية الثانية	
				٨.٨٣	الضابطة	
٠.٩٨	١.٠٨	١.٣٤		٦.٨٣	التجريبية الاولى	النهاية
	٢.٤٢			٨.١٧	التجريبية الثانية	
				٥.٧٥	الضابطة	
١.٧٣	١٠.٠٠	٨.٣٣		٣٤.٢٥	التجريبية الاولى	المجموع
	١٨.٣٣			٤٢.٥٨	التجريبية الثانية	
				٢٤.٢٥	الضابطة	

* دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الاولى والمجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية الثانية في مستوى الاداء المهارى للنجمة الاولى في السباحة، وبين المجموع التجريبية الاولى والمجموعة التجريبية الثانية ولصالح المجموعة التجريبية الثانية في مستوى الاداء المهارى للنجمة الاولى في السباحة، وبين المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية الثانية وذلك في مستوى الاداء المهارى للنجمة الاولى في السباحة.

جدول (١٥)

نسب تحسن القياس البعدي عن مجموعات البحث الثلاثة (التجريبية الاولى - التجريبية الثانية - الضابطة) في القياس البعدي في مستوى الاداء المهارى للنجمة الاولى في السباحة

الاختبارات	تجريبية اولي	تجريبية ثانية	ضابطة	نسب التحسن		
				تجريبية اولي مع تجريبية ثانية	تجريبية ثانية مع الضابطة	تجريبية اولي مع الضابطة
غطسة البداية	١٥.٠٨	١٨.١٧	١٠.٩٢	%٢٠.٤٩	%٣٩.٩٠	%٢٧.٥٩
٢٥ متر ضربات رجلين حرة	١٤.٨٣	١٧.٦٧	١٠.٣٣	%١٩.١٥	%٤١.٥٤	%٣٠.٣٤
النهاية	٦.٠٨	٨.٥٠	٤.٧٥	%٣٩.٨٠	%٤٤.١٢	%٢١.٨٨
المجموع	٣٦.٠٠	٤٤.٣٣	٢٦.٠٠	%٢٣.١٤	%٤١.٣٥	%٢٧.٧٨
غطسة البداية	١٤.٠٠	١٧.٧٥	٩.٦٧	%٢٦.٧٩	%٤٥.٥٢	%٣٠.٩٣
٢٥ متر ضربات رجلين ظهر	١٣.٤٢	١٦.٦٧	٨.٨٣	%٢٤.٢٢	%٤٧.٠٣	%٣٤.٤٠
النهاية	٦.٨٣	٨.١٧	٥.٧٥	%١٩.٦٢	%٢٩.٦٢	%١٥.٨١
المجموع	٣٤.٢٥	٤٢.٥٨	٢٤.٢٥	%٢٤.٣٢	%٤٣.٠٥	%٢٩.٢٠

يوضح جدول (١٥) نسب تحسن المجموعة التجريبية الثانية عن المجموعة الضابطة وعن المجموعة التجريبية الاولى في مستوى الاداء المهارى للنجمة الاولى في السباحة، حيث يتضح وجود نسب تحسن للمجموعة التجريبية الثانية أفضل من نسب تحسن المجموعة التجريبية الاولى والمجموعة الضابطة في مستوى الاداء المهارى للنجمة الاولى في السباحة.

أظهرت نتائج جدول (١٣)(١٤) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الاولى والمجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية الثانية في مستوى الاداء المهارى للنجمة الاولى في السباحة، وبين المجموع التجريبية الاولى والمجموعة التجريبية الثانية ولصالح المجموعة التجريبية الثانية في مستوى الاداء المهارى للنجمة الاولى في السباحة، وبين المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية الثانية وذلك في مستوى الاداء المهارى للنجمة الاولى في السباحة، وان نسب تحسن المجموعة التجريبية الثانية أعلى من المجموعة الضابطة وعن المجموعة التجريبية الاولى في مستوى الاداء المهارى للنجمة الاولى في السباحة.

ويعزى الباحث هذه النتائج للمجموعة التجريبية الثانية في مستوى أداء مهارات النجمة الاولى في السباحة قيد البحث إلى فاعلية البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب توجيه الاقران بالمقارنة بالمجموعتين التجريبية الاولى والضابطة، حيث تم تقسيم المبتدئين وفقاً لأسلوب توجيه الاقران، الي أزواج وحرص

الباحث علي ان تكون الأزواج متجانسة في المستوي البدني والمهاري وقبول بينهم، مما سهل عملية التعلم بين كل زوجين، مما أدى الى مراعاة الفروق الفردية بين المبتدئين من حيث السرعة في المقدرة على التعلم وأدي إلي خلق بيئة تعليمية جيدة من خلال مساعدة الزميل لزميله في التعلم، مما جعل عملية تعلم مهارات النجمة الاولى في السباحة قيد البحث أكثر سهولة ويسر بالنسبة لهم وقيامهم بالواجبات الحركية بشكل سليم خلال الوحدات التعليمية، بالإضافة للتدعيم الفوري والتغذية الراجعة أثناء التعلم من قبل الزميل والمعلم لإصلاح الأخطاء مما أدى إلي الأداء الجيد لكل مهارة مما يسمح للمبتدئ بالوصول الي أفضل مستوي مما ينعكس علي تحسين مستوي أداء مهارات النجمة الاولى في السباحة.

وتتفق تلك النتائج مع ما انتهت اليه دراسة كلا من دراسة علي أحمد ممدوح ٢٠١٦م (١٥) صهيب بن غازي صالح ٢٠٢١م (١٢) احمد عبد الفتاح عبد العظيم ٢٠٢٢م (٣) Schilling Mary ٢٠٠٠ (٣٥) من أن استخدام البرنامج التعليمي القائم علي التعلم باستخدام اسلوب توجيه الاقران قد ساهم في تعلم وتحسن اداء العديد من المهارات الرياضية ومنها مهارات السباحة.

كما يري الباحث ان استخدام اسلوب توجيه الاقران قد ساعد المبتدئين في سرعة تعلم مهارات النجمة الاولى في السباحة، لما يتيح من سهولة التعامل بين المبتدئين وتفاعلهم مع بعضهم البعض، مما يساعد في سهولة التعلم وحدث تحسن سريع في اداء المهارات قيد الباحث.

وبهذا تحقق الفرض الرابع: "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسات البعدية لمجموعات البحث الثلاثة في مهارات النجمة الاولى وذلك لصالح المجموعة التجريبية الثانية."

الاستخلاصات والتوصيات:

الاستخلاصات:

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية الاولى (أسلوب التعلم التعاوني) في مستوي الاداء المهاري للنجمة الاولى في السباحة، ولصالح القياس البعدي، حيث بلغت أعلى نسبة تحسن (١٤١.٢٨%) في مهارة غطسة البداية في السباحة الحرة.
- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية الثانية (أسلوب توجيه الأقران) في مستوي الاداء المهاري للنجمة الاولى في السباحة، ولصالح القياس البعدي، حيث بلغت أعلى نسبة تحسن (١٨٠.٤١%) في مهارة غطسة البداية في سباحة الظهر.
- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة (أسلوب الأوامر) في مستوي الاداء المهاري للنجمة الاولى في السباحة، ولصالح القياس البعدي، حيث بلغت أعلى نسبة تحسن (٨٢.٠٠%) في مهارة غطسة البداية في السباحة الحرة.
- وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الاولى (التعلم التعاوني) والمجموعة التجريبية الثانية (توجيه الأقران) والمجموعة الضابطة (اسلوب الأوامر) ولصالح المجموعة التجريبية الثانية في مستوي الاداء المهاري للنجمة الاولى في السباحة.

التوصيات:

- تطبيق البرنامج التعليمي باستخدام توجيه الاقران في تحسين مستوى الأداء المهارى للنجمة الاولى في السباحة.
- استخدام الاختبارات والقياسات قيد البحث والاستفادة منها في تقويم المبتدئين في مستوى الأداء المهارى للنجمة الاولى في السباحة وذلك لما أثبتته نتائج هذه الدراسة.
- إجراء المزيد من البحوث التجريبية باستخدام توجيه الاقران في السباحة للارتقاء بالعمليات التعليمية على الوجه الاكمل ومواكبة للتطور الحادث بالدول المتقدمة.
- الاستفادة من خبرات المتخصصين في التعليم وتقديم العديد من البرامج التعليمية التي تقوم على اسلوب توجيه الاقران في المهارات الرياضية المختلفة لتسهيل عملية التعلم.
- اقامة الندوات والمحاضرات والدورات التدريبية التي تساهم في توعية الباحثين والباحثات باهمية استخدام توجيه الاقران وكيفية تصميم برامج تعليمية تقوم عليه.

المراجع:

المراجع العربية:

- ١- أبو النجا أحمد عز الدين (٢٠٠٣م): الاتجاهات الحديثة في تدريس التربية الرياضية، دار الأصدقاء للنشر والتوزيع، المنصورة.
- ٢- أحمد جميل عايش (٢٠٠٨م): اساليب تدريس التربية الفنية والمهنية الرياضية، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، الاردن.
- ٣- أحمد عبد الفتاح عبد العظيم (٢٠٢٢م): فاعلية استخدام بعض اساليب التدريس علي تعلم مهارة الوثب الطويل لتلاميذ المرحلة الابتدائية، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- ٤- احمد ماهر أنور حسن، علي محمد عبد المجيد، ايمان احمد ماهر (٢٠٠٧م): التدريس في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٥- أسامة كامل راتب (١٩٩٩م): تعليم السباحة، ط٣، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٦- الاتحاد المصري للسباحة: مشروع تطوير اختبارات النجوم في السباحة التنافسية.
- ٧- حاتم محمد حسني (٢٠٠٨م): تأثير استخدام اسلوبي التعلم التعاوني والوامر على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الجودو لدي أطفال المؤسسات الايوائية، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية، جامعة بنها.

- ٨- سعد عبد الجليل محمد (٢٠٠٦م): تأثير استخدام اسلوب التعلم التعاوني والاتقان علي الجانب المعرفي والمهاري لسباحة الزحف علي البطن لطلبة قسم التربية الرياضية، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية، جامعة الأزهر.
- ٩- سعيد خليل الشاهد (٢٠٠١م): طرق تدريس التربية الرياضية، ط٢، مكتبة الطلبة، القاهرة.
- ١٠- سمير رزق (٢٠٠٣م): الموسوعة العلمية لرياضة السباحة، مطابع العامري، عجمان.
- ١١- صلاح الدين خضر وآخرون (٢٠٠٧م): التدريس المصغر ومهاراته، مذكرة تعليمية، كلية التربية، جامعة حلوان.
- ١٢- صهيب بن غازي صالح (٢٠٢١م): تأثير استخدام اسلوبي الاكتشاف الموجه وتوجيه الاقران علي تعلم سباحة الزحف علي الظهر لتلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة الكويت، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- ١٣- عادل فوزي جمال (١٩٩٩م): إعداد الطفل للسباحة مرشد المعلم، المؤتمر العلمي للتربية البدنية والرياضية بين النظرية والتطبيق، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة.
- ١٤- عفاف عبد الكريم حسن (١٩٩٠م): التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضة أساليب استراتيجيات تقويم، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- ١٥- علي أحمد ممدوح علي العقاد (٢٠١٦م): تأثير استخدام بعض اساليب التدريس علي تعلم سباحة الزحف علي البطن لطلاب كلية الشرطة، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الزقازيق.
- ١٦- فاطمة عوض صابر (٢٠٠٦م): طرق تدريس الألعاب الجماعية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.
- ١٧- فهد محمد عبد الله (٢٠١٧م): فاعلية استخدام اساليب التعلم المندمجة والمنفردة علي تعلم سباحة الزحف علي الظهر لتلاميذ المرحلة المتوسطة بدولة الكويت، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- ١٨- لطيفة صالح السمري (٢٠٠٣م): فاعلية استخدام استراتيجيات التعلم التعاوني في تنمية المهارات الاحتمالية لدي طالبات كلية التربية في جامعة الملك سعود في مدينة الرياض، مجلة التربوية، جامعة الكويت، العدد ٦٨، المجلد ١٧.
- ١٩- محسن محمد حمص (١٩٩٧م): المرشد في تدريس التربية الرياضية، منشأة المعارف، الاسكندرية.

- ٢٠- محمد أحمد محمد حسن (٢٠١٩م): تأثير استخدام اسلوبي التعلم الفردي والتعاوني علي تعلم الوثب الطويل لتلاميذ المرحلة الاعدادية, رسالة ماجستير, كلية التربية الرياضية للبنين, جامعة الزقازيق.
- ٢١- محمد خميس نمر ونايف عبد الرحمن (٢٠٠٩م): التربية الرياضية وطرائق تدريسها, ط٢, منشورات جامعة القدس المفتوحة.
- ٢٢- مصطفى السايح محمد (٢٠٠٣م): أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية, دار الاشعاع الفنية, القاهرة.
- ٢٣- ناصر أحمد جابر ناصر (٢٠١٥م): الفاعلية النسبية لبعض اساليب التدريس علي تعلم المهارات الاساسية في كرة القدم لتلاميذ المرحلة الاعدادية بدولة الكويت, رسالة دكتوراة, كلية التربية الرياضية بنين, جامعة الزقازيق.
- ٢٤- نوال إبراهيم شلتوت, ميرفت علي خفاجة (٢٠٠٢م): طرق التدريس في التربية الرياضية, الجزء الثاني, التدريس للتعليم والتعلم, مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية, الإسكندرية.
- ٢٥- نوال ابراهيم شلتوت, ميرفت خفاجة (٢٠٠٧م): طرق التدريس في التربية الرياضية (للتعليم والتعلم) الجزء الثاني, دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر, الاسكندرية.
- ٢٦- نيفين محمود صالح (٢٠٠٠م): فاعلية استخدام بعض استراتيجيات التدريس في تحقيق أهداف مادة كرة اليد, رسالة دكتوراة, كلية التربية الرياضية للبنات بالاسكندرية, جامعة الاسكندرية.

المراجع الاجنبية:

- 27- Alhussain, M (2012): identifying Teaching style, The case of Saudi College English Language and Literature Teachers, English Language Teaching, 5(8).
- 28- Baumberger – Henry M(2005): Cooperative learning and case study: does the combination improve student's perception of problem – solving and decision making skills?, National Center for Biotechnology Information, U.S. National Library of Medicine.
- 29- Cai, Singe .x : " Student Enjoyment of Physical Education class In Three Teaching Style Environments " , Education, Vol 118 , Issue 3,p 412, 9p, Spring, 2008.

- 30- David ،W.J. (2000): Cooperative learning methods ،A Mata analysis ، University of Minnesota ،May.
- 31- Harrison Joyce, M.,(1996): Instructional Strategies for secondary school physical Education, 4th ed, Brown &Benchmark pub., U.S.A.
- 32- Hrpash Ibrahim(2013):The Effect of Using the Inclusion and the Reciprocal Teaching Styles to Improve the Level of Physical Performance in the Long Jump,International Journal of Research in Education and Psychology, Int. J. Res. ,2013.
- 33- Jonosn،D&Johnson:(2004):Learning Together and alone " over view and meta –analysis Asiapacifie Journal of Education.
- 34- Landblom, C.T, Reciprocal teaching(2000): Form Words to meaning, un published Master Thesis, pacific Lutheran University.
- 35- Schilling. Mary Lous, E(2000).:The Effect of three styles for of teaching on university students sports performance. htt:// ericirsysedu/pluels.Cgi/ 2000.
- 36- Schilkling, L. Many, L (2002): The Effect of three styles of teaching on the university students sports performance, httcicr.sys.edu plus.
- 37- Steve Grinoski (2006): Cooperative Learning in physical education Human kimetics com ،U.S.A.

مواقع الشبكة العنكبوتية

38- <https://cutt.us/Hppf3>

39- <http://www.gulfkids.com/ar>