

أثر إستراتيجية التعلم الإتقاني على الأداء المهاري وبعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر والدافعية نحو الإنجاز

الدكتور عبد الرحمن الجراح

وزارة التربية والتعليم، الأردن

الأستاذ الدكتور محمد حسن أبو الطيب

أستاذ، كلية علوم الرياضة، الجامعة الأردنية، الأردن

مقدمة الدراسة:

يسعى مدرسو التربية الرياضية إلى تحسين مستوى طلبتهم من خلال استخدام طرق التدريس الحديثة المبنية على أسس علمية، واستغلال جميع الوسائل المتاحة التي من شأنها رفع مستوى التعلم والإنجاز لديهم، وخاصة في المسابقات العملية التي تحتاج إلى الاهتمام بالجانب البدني و الحركي إلى الجانب النظري والإستفادة من الخصائص البيوميكانيكية للجسم التي يمكن أن تساعد على الأداء وتوجيهه (الويسبي وآخرون، ٢٠١٩)، أن للتعلم استراتيجيات متنوعة ومختلفة ومنها استراتيجية التعلم الإتقاني، حيث تعد هذه الاستراتيجية من الاستراتيجيات الحديثة في التعلم والتي تقوم على جهد المتعلم نفسه، فتركز هذه الاستراتيجية على جعل كل أو بعض أكثر المتعلمون يصلون إلى درجة عالية من التعلم، وإعطاء وقت إضافي لإتقان المادة أو المهارات المعطاة وجعل التباين قليل في المستوى بين المتعلمين، وأيضا تسعى هذه الاستراتيجية إلى الوصول إلى درجة الإتقان قبل الانتقال إلى المهارة التالية (علوان، ٢٠٠٨).

وتعد الإنجازات الرياضية محور الاهتمام للجميع فلا بد من وضع خطة هادفة لتطوير الإنجاز (عمورة وأبو الطيب، ٢٠٢٣)، وتتفاوت قدرة الطلاب على استقبال المعلومات المختلفة بالشكل الأمثل تبعاً لأساليب التعليم المستخدمة (البيات وآخرون، ٢٠٢٠)، فتعد استراتيجية التعلم الإتقاني هي خطة إجرائية تتميز بتكامل مكوناتها من المبادئ والأنشطة والعوامل التربوية (حمدان، ٢٠٠٠)، فيسعى المدرس إلى مبدأ أساسي وهدف استراتيجي مهم تقوم العملية التعليمية إلى تحقيقه ألا وهو الوصول بالطالب لمحك التعلم بالإتقان (Baum, 2005)، ويشير بلاكمور وآخرون (Blakemore et al., 1992) بأن فلسفة التعليم الإتقاني تتمثل بان كل طالب يمكنه تحقيق الأهداف التعليمية إذا أعطي المساعدة والوقت الكافي، ويعرف أندرسون وبلوك التعلم الإتقاني (Mastery Learning) نقلاً عن مرعي والحيلة (١٩٩٨) بأنه "مجموعة من

الأفكار والممارسات التعليمية المتعددة، ومجموعة من إجراءات التعليم والتقييم، تهدف إلى تحسين التعليم المقدم للطلبة حتى يصلوا جميعهم أو معظمهم إلى مستوى إتقان المادة التعليمية، كما أن التعلم الإتقاني يتطلب وجود وحدات تعليمية صغيرة، منظمة تنظيمياً متتابعاً، وبأهداف محددة، ومستويات متعددة الأداء، وتدریس مبدئي جماعي، واختبارات تكوينية وتجميعية، وتصحيحات للتعلم فردية أو جماعية".

وتقدم استراتيجية التعلم الإتقاني طريقة ممتعة ومحكمة تعمل على زيادة احتمالية بلوغ عدد أكبر من المتعلمين لمستوى عال من الإتقان إذا ما قدمت بدائل تعليمية مختلفة من الأفلام التعليمية والأسطوانات المدبلجة عندما يواجهون صعوبات مختلفة في التعلم، ومن الأمور المهمة في التعلم الإتقاني أيضاً هو وجود تسلسل معين وترابط ما بين الوحدات التعليمية بحيث تكون هذه الوحدات قابلة للمعالجة والتحليل (إبراهيم، ٢٠٠٥).

وتعتمد استراتيجية التعلم الإتقاني على إعطاء المتعلمين وحدات تعليمية ذات أهداف محددة مسبقاً حيث لا يسمح لمتعلم بالانتقال من مرحلة إلى أخرى إلا بعد أن يتقن الوحدة السابقة، وإذا لم يصل المتعلم للمستوى المطلوب يتم إعداد مواد علاجية تساعده في الوصول إلى هذا المستوى (الهيدي، ٢٠٠٥).

وتعد السباحة من الرياضات المائية بل عصبها الأساسي وهي تمثل القدرة الذاتية المجردة للإنسان للتعامل مع الوسط المائي المخالف عن الوسط الذي يعيش فيه (النوايسة وآخرون، ٢٠١٤)، ويحتاج تعلم السباحة إلى استراتيجيات وأدوات تعليمية مختلفة حديثة ومتطورة لتعمل على وصول الطلاب إلى درجة إتقان جيدة، فاختيار الاستراتيجية المناسبة للتعلم يعد من الخطوات المهمة للوصول إلى الإتقان المناسب، فيجب أن تراعي الاستراتيجية الفروق الفردية بين الطلاب وقدراتهم ومستوياتهم (أبو الطيب وحسين، ٢٠١٣).

حيث تعد السباحة إحدى أنواع الرياضات المائية الهامة حيث تستعمل الوسط المائي كوسيلة للتحرك خلاله، وذلك عن طريق حركات الذراعين والرجلين وبقية أجزاء الجسم، وتهدف السباحة التعليمية إلى إكساب الفرد المهارات المختلفة وتهيئته وبدنياً وعقلياً، ويوجد للسباحة أربع طرق وهي كالآتي (الزحف على البطن، وسباحة الظهر، سباحة الصدر، سباحة الفراشة) (أبو الطيب، ٢٠١٧)، وتؤدي سباحة الصدر من خلال تعلم المهارات الأساسية في السباحة وتقسّم إلى أربعة حركات أساسية وهي (حركات الرجلين، حركات الذراعين، التنفس، التوافق) (زكي، ٢٠٠٢)، حيث أن تحسين وتطوير الإنجاز نحو الأفضل يستوجب دراسة الأداء الحركي للألعاب الرياضية معرفة القوانين والعوامل الميكانيكية المؤثرة في الأداء الحركي بطريقة تحليلية (أبو الطيب وآخرون، ٢٠٢١)، ويعتبر التحليل الحركي لجسم الإنسان عاملاً هاماً في التدريس والتدريب المؤثر في المهارات الحركية، هذا ويضيف للمدرس والمدرّب خلفية صحيحة تساعده على عرض

المهارة الحركية بشكل مناسب ومعرفة النقاط التي يجب أن يركز عليها في عملية التدريس والتدريب (جرار وعراقي، ٢٠١٠).

وكما تعد دافعية الإنجاز إحدى المحفزات التي تعمل على تحفيز الأفراد نحو العمل، حيث يلاحظ أن بعض الأفراد لديهم حاجة ملحة للنجاح وإنجاز ما يكفون به من مهمات، فهم مدفوعون برغبة عالية للتفوق في العمل والتميز في الأداء (المليجي، ٢٠٠٠).

ويعد ربط استراتيجيات التعلم الإثقاني بالمتغيرات المختلفة التي تخدم الأداء المهاري في السباحة مثل دافعية الطلاب والمتغيرات الكينماتيكية من العوامل المؤثرة في تحقيق النتائج التربوية لدرجة الإثقان المهاري (أبو الطيب، ٢٠١٥).

مشكلة الدراسة:

تعد مادة السباحة من المواد الأساسية والضرورية في برامج ومناهج أقسام وكليات التربية الرياضية والتي تتضمن أنواع متعددة من المهارات والحركات المرتبطة مع بعضها بعضاً (أبو الطيب، ٢٠١٨)، والتي تحتاج إلى استراتيجيات تدريسية مختلفة حيث تتميز استراتيجيات وأساليب التدريس باختلاف مضامينها حيث أن لكل أسلوب مميزاته الخاصة التي يمكن تطبيقها في ظروف معينة، وفي هذا العصر ظهرت الحاجة إلى استخدام أساليب واستراتيجيات متنوعة ومختلفة تراعي حاجات الطلاب وأعمارهم ومستوياتهم، حيث أن الأسلوب التدريسي المناسب له أثر كبير في فاعلية التدريس الذي يؤثر على العملية التعليمية ومستوى الإنجاز لدى الطلبة بشكل إيجابي، حيث أن تعلم أي مهارة جديدة يتطلب استخدام أسلوب تدريسي مناسب يراعي مستوى وقدرات الطلبة وفق الإمكانيات المتاحة.

ومن هذه الاستراتيجيات استراتيجيات التعلم الإثقاني التي تعمل على مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب للوصول إلى درجة الإثقان في التعلم أو على مستوى التحصيل في المادة الدراسية الواحدة، كما أشار كل من (علي وآخرون، ٢٠١٦؛ فؤاد، ٢٠١٥).

ومن خلال عمل الباحثان في مجال تعليم وتدريب السباحة صعوبة لدى الطلبة في تعلم سباحة الصدر وذلك يعود إلى أن سباحة الصدر صعبة الأداء وتحتوي على مهارات مركبة تحتاج إلى توافق كبير خاصة بين الذراعين والرجلين وهذا يتطلب استخدام استراتيجيات وأساليب جديدة تعمل على تحسين وتطوير عملية التعلم لدى الطلبة، ومن هنا ظهرت مشكلة الدراسة والتفكير في اختيار أي الأساليب التدريسية والاستراتيجيات التعليمية التي تساهم في حل المشكلة، فهل استخدام استراتيجيات التعلم الإثقاني له دور إيجابي على الأداء المهاري وبعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر والدافعية نحو الإنجاز.

أهمية الدراسة:

تتلخص أهمية الدراسة بالآتي:

-أنها تستخدم استراتيجيات التعلم الإتيقاني التي تعد من الاستراتيجيات التي تهتم بالوصول إلى درجة الإتيقان في تعلم المهارات المختلفة، ومراعاة الفروق الفردية بين الطلاب.

-أنها وبحسب علم الباحثين من الدراسات القليلة التي تناولت تطبيق استراتيجيات التعلم الإتيقاني في السباحة وتأثيرها على دافعية الإنجاز وبعض المتغيرات الكينماتيكية.

-تصميم برنامج تعليمي لتعليم سباحة الصدر حسب استراتيجيات التعلم الإتيقاني للاستفادة منها في عمليات التدريس وتعليم السباحة.

-تصميم مقياس دافعية الإنجاز خاص في تعليم السباحة لتكون مرجعا لأصحاب الاختصاص في السباحة.

أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى:

١- أثر التعلم الاعتيادي على الأداء المهاري وبعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر والدافعية نحو الإنجاز.

٢- أثر استراتيجيات التعلم الإتيقاني على الأداء المهاري وبعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر والدافعية نحو الإنجاز،

٣- الفروق بين أثر التعلم الاعتيادي واستراتيجيات التعلم الإتيقاني على الأداء المهاري وبعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر والدافعية نحو الإنجاز.

فرضيات الدراسة:

جاءت هذه الدراسة التحقق من الفرضيات التالية:

١- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي عند مستوى $0.05 \leq \alpha$ لأثر التعلم

الاعتيادي على الأداء المهاري وبعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر والدافعية نحو الإنجاز.

٢- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي عند مستوى $0.05 \leq \alpha$ لأثر استراتيجيات

التعلم الإتيقاني على الأداء المهاري وبعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر والدافعية نحو الإنجاز

٣- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي عند مستوى $0.05 \leq \alpha$ بين أثر التعلم الاعتيادي

واستراتيجيات التعلم الإتيقاني على الأداء المهاري وبعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر والدافعية

نحو الإنجاز.

مصطلحات الدراسة:

التعلم الإتقاني (Mastery learning): تزويد المتعلمين بوحدة تعليمية لها نتائج محددة مسبقاً يجب تحقيقها ولا يسمح للتعلم بالانتقال من مرحلة إلى أخرى إلا بعد إتقانه لنتائج الوحدة السابقة، وإذا لم يتمكن المتعلم من تحقيق النتائج المطلوبة تعد له مادة أو وحدات تعويضية تساعده في الوصول إلى نتائج التعلم المخطط لها وهذا يساعد في توفير الوقت وتحقيق أهداف المساق (تعريف إجرائي).

الكينماتيكا (Kinematics): أحد فروع علم الميكانيكا الذي يصف مفهوم الحركة الفيزيائي للأجسام بدون أي اعتبار مسبب الحركة، والذي يساعد دراسة في ضوء التغير الزماني والمكاني مثل المسافة والزمن والسرعة والتسارع وقد تحدث الحركة في خط مستقيم أو حول محور ثابت (تعريف إجرائي).

التعلم الاعتيادي: حيث تقوم على تلقين المناهج والمحتوي للطلاب واستخدام الوسائل التعليمية القديمة حيث يكتفي المعلم بعرض ما عنده من معلومات ويلتزم بخطة المساق، حيث يعتمد على ثلاثة ركائز أساسية (المعلم، والمتعلم، والمعلومة)، فالطالب هنا يعتمد على تلقي المعلومات من المعلم دون أي جهد في البحث لأنه يتعلم بأسلوب التعليم بالتلقين (تعريف إجرائي).

دافعية الإنجاز (Motivation achievement): مصطلح في علم النفس يصف تحفيز الشخص في مجال العمل والتعلم والهامة من خلال النجاح والإنجاز لكي يبذل أقصى جهد لتحقيق الأهداف والنجاح للوصول إلى الإنجاز وعدم الاستسلام للمواقف الصعبة (تعريف إجرائي).

مجالات الدراسة:

المجال المكاني: مسبح كلية التربية الرياضية / جامعة اليرموك.

المجال الزمني: تم تطبيق في الفترة الواقعة ما بين ١٨ / ٦ / ٢٠١٨ ولغاية ٣٠ / ٨ / ٢٠١٨ م.

المجال البشري: طلبة كلية التربية الرياضية / جامعة اليرموك.

الدراسات السابقة:

قام العبدلله وآخرون (٢٠٢٤) بدراسة هدفت هذه الدراسة التعرف إلى علاقة أنماط التعلم السائدة بالذكاء الجسمي-الحركي لدى طلبة مسابقات السباحة بكلية علوم الرياضة في الجامعة الأردنية تبعاً لمتغير المساق و النوع (ذكر ، انثى)، استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، على عينة مكونة من الطلبة الذين درسوا مسابقات السباحة (السباحة (١)، والسباحة (٢)، والمهارات الأساسية في السباحة) بلغ عدد الطلاب (١٠٣) وعدد الطالبات (٨٥) بمجموع (١٨٨)، ولجمع البيانات صمم الباحثون استبانة لتقييم مستوى أنماط التعلم السائدة لدى طلبة كلية علوم الرياضة مكونة من أربعة أنماط (النمط البصري، والنمط القرائي الكتابي، والنمط السمعي، والنمط الأدائي) بالاعتماد على نموذج (VARK)، واستبانة لتقييم مستوى الذكاء الجسمي-الحركي، وتم استخدام المعالجات الإحصائية التالية (المتوسطات الحسابية ، الانحرافات المعيارية، و النسب المئوية ،معامل كرونبيخ الفا و معامل ارتباط بيرسون، وأشارت نتائج الدراسة وجود ارتباط طردي بين أنماط التعلم السائدة والذكاء الجسمي-الحركي لدى طلبة مسابقات السباحة في كلية علوم الرياضة وجاءت أنماط التعلم السائدة لدى طلبة مسابقات السباحة بالترتيب التالي النمط الأدائي في المرتبة الأولى يليه النمط البصري ثم النمط السمعي واخيراً النمط القرائي الكتابي، وأوصى الباحثون باستخدام نمط التعلم الأدائي ونمط التعلم البصري بشكل مناسب وتعزيز العملية التعليمية بنمط التعلم السمعي والقرائي الكتابي عند تعليم مهارات السباحة لدى طلبة كلية علوم الرياضة.

قامت العوامل وأبو الطيب (٢٠٢٠) بدراسة هدفت التعرف إلى الفرق بين تأثير نظامي تدريب المقاومات (Drop sets) و (Super sets) على المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الزحف على البطن، وتم استخدام المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (٨) طلاب من كلية التربية الرياضية والمسجلين في مساق سباحة (٢) تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبيتين متكافئتين، المجموعة الأولى تجريبية تكونت من (٤) طلاب خضعوا لبرنامج تدريب المقاومات بنظام الدروب سيت (Drop sets)، والمجموعة الثانية تجريبية تكونت من (٤) طلاب خضعوا لبرنامج تدريب المقاومات بنظام السوبر سيت (Super sets)، تراوحت مدة كل برنامج (٨) أسابيع بواقع (٣) وحدات تدريبية أسبوعياً، تم تحليل معدل طول وتردد ضربة الذراعين والسرعة بسباحة الزحف على البطن لمسافة ٥٠م، وأشارت نتائج الدراسة بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq 0.05$ بالقياس البعدي بين نظامي تدريب المقاومات دروب سيت (Drop sets) وسوبر سيت (Super sets) على بعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الزحف على البطن، ولكن كانت نسب التحسن أعلى لنظام تدريب المقاومات دروب سيت (Drop set) عن نظام تدريب المقاومات سوبر سيت (Super sets) في معدل طول ضربة الذراعين بسباحة ٥٠م الزحف على البطن،

ولمعدل السرعة بسباحة ٥٠م زحف على البطن لدى طلاب كلية التربية الرياضية، وأوصى الباحثان باستخدام تمارين المقاومات بنظام الدروب سيت (Drop sets) عند التعليم والتدريب على المهارات التي تحتاج إلى القوة وتحمل القوة والسرعة مثل سباحة الزحف على البطن لدى طلاب كلية التربية الرياضية. قام العوران وآخرون (٢٠١٩) هدفت هذه الدراسة التعرف إلى الفروق بين أثر جدولة التمرين بالأسلوب الثابت والمتغير على تحسين مستوى الأداء المهاري بسباحة الفردي المتنوع والحالة البدنية لدى طلاب كلية التربية الرياضية، وتكونت عينة الدراسة من (١٦) طالب تم تقسيمهم إلى مجموعتين، المجموعة التجريبية الأولى قوامها (٨) طلاب خضعوا لبرنامج تعليمي بجدولة التمرين بالأسلوب الثابت، والمجموعة التجريبية الثانية خضعت لبرنامج تعليمي بجدولة التمرين بالأسلوب المتغير، مدة البرنامجين (٨) أسابيع بواقع وحدتين أسبوعياً، تم استخدام المنهج التجريبي، ولجمع البيانات تم تقييم مستوى الأداء المهاري بسباحة (١٠٠م) فردي متنوع (سباحة الفراشة، ثم سباحة الظهر، ثم سباحة الصدر، ثم السباحة الحرة)، وحساب زمن سباحة (١٠٠م) الفردي المتنوع، واستخدم اختبار وصف الحالة البدنية المصمم من قبل محمد حسن علاوي (١٩٩٨)، وأشارت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \geq 0.05$ بالقياس البعدي بين مجموعة جدولة التمرين بالأسلوب الثابت والمتغير في مستوى الأداء المهاري بسباحة الفراشة لصالح مجموعة جدولة التمرين بالأسلوب الثابت، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \geq 0.05$ بالقياس البعدي بين مجموعة جدولة التمرين بالأسلوب الثابت والمتغير في زمن سباحة (١٠٠م) فردي متنوع لصالح مجموعة جدولة التمرين بالأسلوب المتغير لدى طلاب كلية التربية الرياضية، وأوصى الباحثون استخدام جدولة التمرين بالأسلوب الثابت والمتغير في البرامج التعليمية لتحسين مستوى الأداء المهاري عند تعليم مهارات الألعاب الجماعية والرياضات الفردية لدى طلاب كلية التربية الرياضية.

أجرى الرفاعي وأبو الطيب (٢٠١٨) دراسة هدفت هدف هذا البحث التعرف إلى الفروق بين أثر تمارين البيلاتس والأثقال على بعض المتغيرات البدنية والكينماتيكية في سباحة الفراشة، تم استخدام المنهج التجريبي، حيث تكونت عينة البحث من (١٠) طلاب من مساق سباحة (٣)، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين وتدريبهم لمدة (٨) أسابيع؛ المجموعة التجريبية الأولى (٥) طلاب خضعوا لتمارين البيلاتس بأسلوب تحمل القوة، والمجموعة التجريبية الثانية (٥) طلاب خضعوا لتمارين الأثقال بأسلوب تحمل القوة، وأجريت الاختبارات البدنية الآتية: لقياس تحمل القوة (اختبار ثني ومد الذراعين من الانبطاح المائل لمدة دقيقة (Push-ups)، واختبار الجلوس من الرقود لمدة دقيقة (Sit-ups)، ولقياس المرونة (اختبار مرونة الجذع أماماً من الجلوس الطويل، واختبار مرونة الجذع خلفاً من الانبطاح، واختبار مرونة المنكبين)، وتم قياس المتغيرات الكينماتيكية الآتية: (زمن سباحة ٢٥م فراشة، ومعدل سرعة سباحة ٢٥م فراشة، و معدل

طول وتردد الضربة، ومؤشر الكفاءة بسباحة الفراشة) باستخدام برنامج التحليل الحركي (Kinovea))، وأشارت نتائج البحث إلى أن لتمارين البيلاتس أفضلية على تمارين الأثقال في تحسين المرونة ومعدل طول الضربة في سباحة الفراشة لدى طلاب كلية التربية الرياضية، وأوصى الباحثان باستخدام تمارين البيلاتس عند التعليم والتدريب على المهارات التي تحتاج إلى المرونة وتحمل القوة مثل سباحة الفراشة لدى طلاب كلية التربية الرياضية.

قام كوستا وآخرون (Costa et al., 2017) بدراسة هدفت التعرف إلى التكيفات على المتغيرات البيوميكانيكية في سباحة الزحف على البطن والصدر نتيجة التدريب الذي يعتمد على تحليل الحركي، واستخدم والمنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (١٦) سباح متوسط أعمارهم (١٩) سنة، تم تدريبهم لمدة (٣٠) أسبوع، وتم تحليل المتغيرات البيوميكانيكية دفع الأطراف السفلية والعلوية والتوافق بينهما مع التنفس، وتردد ضربات الذراعين، وأشارت نتائج الدراسة بوجود تحسن في المتغيرات البيوميكانيكية قيد الدراسة والزمن الكلي لسباحة الزحف على البطن والصدر.

قام بيا وآخرون (Bae et al., 2016) بدراسة هدفت إلى مقارنة القدرات البدنية والقدرة الأوكسجينية بين سباحي المدارس الثانوية على المستوى الدولي (١٤) سباح متوسط أعمارهم (١٦.٨ سنة)، والمستوى الوطني (١٤) سباح متوسط أعمارهم (١٧.٤ سنة)، وقد تم استخدام المنهج الوصفي وقياس الطول والوزن ومؤشر كتلة الجسم ونسبة وزن العضلات، وتم إجراء اختبار لقياس تحمل عضلات البطن (Sit-ups)، وقوة عضلات الظهر، ومرونة الجذع، والوثب العمودي، والقوة الأيزوكيناتيكية باستخدام جهاز السايبيكس (Cybex)، واختبار الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين المطلق والنسبي، وأشارت نتائج الدراسة بوجود أفضلية لصالح السباحين على المستوى الدولي عن السباحين على المستوى الوطني (١٤) سباحة في القدرات البدنية والقدرة الأوكسجينية والقوة الأيزوكيناتيكية.

أجرت كاظم (٢٠١٥) دراسة هدفت إلى التعرف على الإنجاز والثقة بالنفس وعلاقتها بدقة مهارة التصويب من القفز عالياً لدى لاعبي منتخب جامعة القادسية بكرة اليد للسنة (٢٠١٣-٢٠١٤)، وحيث استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، كما تم اختيار العينة بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (١٢) لاعب حيث شكلت نسبة العينة (١٠٠%) من مجتمع الدراسة. واستخدمت الباحثة مجموعه من المقاييس مثل اختبار دافعية، وكما تم استخدام مقياس الثقة بالنفس والمعرب من قبل محمد علاوي (١٩٩٨)، وتوصلت الباحثة إلى مجموعة من النتائج أهمها أن لاعبي منتخب الجامعة يتمتعون بدافعية إنجاز وثقة بالنفس عاليين وأيضاً وجود علاقة ارتباط بين دافعية الإنجاز ودقة التصويب، وأظهرت النتائج أيضاً عدم وجود علاقة ارتباط بين كل من الثقة بالنفس ودقة التصويب من القفز عالياً ذلك نتيجة.

قام أبو الطيب وآخرون (٢٠١٤) بدراسة هدفت التعرف إلى أثر التغذية الراجعة المرئية واللفظية على بعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر على عينة مكونة من (٢٠) طالب من طلاب مساق سباحة (٢) في الفصل الدراسي الأول للعام ٢٠١٢/٢٠١٣، تم تقسيمهم إلى مجموعتين؛ مجموعة عددها (١٠) طلاب تلقت تغذية راجعة مرئية، ومجموعة عددها (١٠) طلاب تلقت تغذية راجعة لفظية، تم استخدام كاميرتين تصوير فيديو بتردد (٢٥) صورة/ث وبرنامج الحاسوب Kenova لإجراء التحليل الحركي، وتكونت متغيرات الدراسة من (زمن سباحة أول (٢٥م)، وزمن سباحة آخر (٢٥م)، وزمن سباحة (٥٠م)، ومعدل عدد ضربات الذراعين أول (٢٥م)، ومعدل عدد ضربات الذراعين آخر (٢٥م)، ومعدل عدد ضربات الذراعين (٥٠م)، ومعدل طول ضربة الذراعين، ومعدل تردد ضربة الذراعين، ومعدل سرعة سباحة (٥٠م) صدر، ومعامل الفاعلية)، وأشارت نتائج الدراسة أن للتغذية الراجعة المرئية واللفظية المعتمدة على التحليل الحركي دور في تحسين مستوى متغيرات الدراسة الكينماتيكية في سباحة (٥٠م) صدر لدى طلاب مساق سباحة (٢).

أما عميرة (٢٠١٤) فقد أجرى دراسة هدفت إلى التعرف على تأثير استخدام التعلم للإتقان على مستوى الأداء في سباحة الفراشة والرضا الحركي لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات، حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو القياس القبلي والبعدي لمجموعة تجريبية واحدة، كما تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية التطبيقية من طلاب مادة السباحة وعددهم (١٧) طالب بالفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي ٢٠١٣/٢٠١٤م، كما استخدم الباحث أسلوب التعلم للإتقان والذي اشتمل على أوراق عمل لتوضيح النقاط الفنية موضحة بصور متسلسلة للأداء، بالإضافة إلى مجموعة من مقاطع فيديو ومجموعة من التدريبات التعليمية لتعليم الطلاب سباحة الفراشة وتطوير الرضا الحركي والوصول بالطلاب إلى أفضل مستوى أداء وقد أشارت أهم النتائج أن أسلوب التعلم للإتقان له أثر إيجابي في تعلم سباحة الفراشة وتطوير الرضا الحركي.

إجراءات الدراسة:

منهجية الدراسة:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي بصورة شبة التجريبي في الدراسة، وذلك لمناسبته وطبيعة هذه الدراسة.

مجتمع الدراسة:

تكون المجتمع الدراسة من طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك والمسجلين لمساق سباحة (٢)، على الفصل الدراسي الصيفي للعام الدراسي ٢٠١٧ / ٢٠١٨، حيث بلغ عددهم (٦١) طالب.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من طلاب كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك المسجلين لمساق سباحة (٢)، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية من الطلاب الذين يتقنون كل من سباحة الظهر وسباحة الزحف على البطن حيث تم اختيار (٢٠) طالب تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين ضابطة وتجريبية؛ المجموعة الضابطة تكونت من (١٠ طلاب) طبقت البرنامج الاعتيادي المطبق بالكلية، أما المجموعة التجريبية تكونت من (١٠ طلاب) فقد خضعت لبرنامج التعلم الإثقائي، والجدول (١) يبين وصف أفراد عينة الدراسة.

الجدول ١. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للكتلة والطول والعمر

لدى أفراد المجموعتين التجريبتين ن = ٢٠

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المجموعة	المتغير
٧.٧	٧٠.٨	الضابطة	الكتلة (كغم)
٥.٩	٧٠.٢	التجريبية	
٤.٤	١٧٥	الضابطة	الطول (سم)
٥.٧	١٧٢	التجريبية	
١.٠٦	٢٢.٧	الضابطة	العمر (سنة)
٠.٨٧	٢٣.١	التجريبية	

يبين الجدول (١) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للكتلة والطول والعمر لأفراد عينة الدراسة للمجموعتين الضابطة والتجريبية، حيث بلغ المتوسط الحسابي لأفراد المجموعة الضابطة للكتلة (٧٠.٨ كغم)، وللطول ١٧٥ سم، وللعمر ٢٢.٧ سنة، وبلغ المتوسط الحسابي لأفراد المجموعة التجريبية (٧٠.٢ كغم)، وللطول (١٧٢ سم)، وللعمر (٢٣.١) سنة.

معاملات الالتواء واعتدالية التوزيع:

قبل البدء بإجراء التكافؤ بين مجموعتي الدراسة التجريبتين تم التأكد من معاملات الالتواء واعتدالية

التوزيع للبيانات الخاصة بمتغيرات الدراسة باستخدام اختبار شيبرو-ويلك (Shapiro-Wilk) والجدول (٢)

يبين ذلك:

الجدول ٢. قيم معامل الالتواء ونتائج اختبار شبيرو-ويلك لدلالة التوزيع الطبيعي في القياس القبلي لمتغيرات الدراسة

الرقم	المتغير	المجموعة	الالتواء	إحصائية شبيرو-ويلك Shapiro-Wilk	درجات الحرية	مستوى الدلالة
١	الأداء المهاري بسباحة الظهر	الضابطة ن=١٠	٠.٢٢	٠.٩٤	١٠	٠.٤٧
		التجريبية ن=١٠	٠.٣٤	٠.٩٣	١٠	٠.٦٤
٢	الأداء المهاري بسباحة الزحف على البطن	الضابطة ن=١٠	٠.٢٣	٠.٩٦	١٠	٠.٨٨
		التجريبية ن=١٠	٠.٠٥	٠.٩٦	١٠	٠.٨١
٣	الأداء المهاري بسباحة الصدر	الضابطة ن=١٠	١.٢-	٠.٩٨	١٠	٠.٩٧
		التجريبية ن=١٠	٠.١	٠.٨٥	١٠	٠.٠٦
٤	معدل طول ضربة الذراعين بسباحة الصدر	الضابطة ن=١٠	١.٣-	٠.٨٧	١٠	٠.١١
		التجريبية ن=١٠	١.٤-	٠.٩٨	١٠	٠.٩٧
٥	معدل تردد ضربة الذراعين بسباحة الصدر	الضابطة ن=١٠	٠.٢٣	٠.٩٣	١٠	٠.٧
		التجريبية ن=١٠	٠.٢٤	٠.٩٦	١٠	٠.٥٤
٦	معدل السرعة بسباحة الصدر	الضابطة ن=١٠	٠.٠٢	٠.٩٢	١٠	٠.٣٦
		التجريبية ن=١٠	٠.٠١	٠.٩٦	١٠	٠.٧
٧	الدافعية نحو الإنجاز	الضابطة ن=١٠	٠.٢٨	٠.٩٢	١٠	٠.٣٦
		التجريبية ن=١٠	١.٦٩	٠.٨٥	١٠	٠.٠٦

يبين الجدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء تراوحت بين ٣- و ٣+ وهي مقبولة لإجراء الدراسة ودلالة التوزيع الطبيعي للبيانات لمجموعتي الدراسة لم تكن ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \geq 0.05$ مما يعني أن التوزيع الطبيعي للبيانات حيث يمكن استخدام اختبار (ت) المعلمي للتعرف إلى الفروق بين مجموعتي الدراسة في المتغيرات والجدول (٣) يبين ذلك:

الجدول ٣. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لدلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات الدراسة

بالقياس القبلي ن=٢٠

الرقم	المتغير	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
١	الأداء المهاري بسباحة الظهر (درجة)	الضابطة ن=١٠	١٤.١	١.٦٦	٠.٥٨	٠.٥٦
		التجريبية ن=١٠	١٣.٦	٢.١١		
٢	الأداء المهاري بسباحة الزحف على البطن (درجة)	الضابطة ن=١٠	١٣.٩	١.٩١	٠.٨٥	٠.٩
		التجريبية ن=١٠	١٣.٨	١.٩٣		
٣	الأداء المهاري بسباحة الصدر (درجة)	الضابطة ن=١٠	٧.٢	١.٤٩	١.٨٦	٠.٠٧
		التجريبية ن=١٠	٨.٣٥	١.٢٤		
٤	معدل طول ضربة الذراعين بسباحة الصدر (م)	الضابطة ن=١٠	١.٦٨	٠.١٨	-	٠.٥١
		التجريبية ن=١٠	١.٦٢	٠.٢		

٠.٢٤	١.٢	٠.٠٥	٠.٣٤	الضابطة ن=١٠	معدل تردد ضربة الذراعين بسباحة الصدر (ض/ث)	٥
		٠.٠٤	٠.٣٦	التجريبية ن=١٠		
٠.٧	٠.٣٨	٠.١١	٠.٥٧	الضابطة ن=١٠	معدل السرعة بسباحة الصدر(م/ث)	٦
		٠.٠٦	٠.٥٩	التجريبية ن=١٠		
٠.٢٤	١.١٩	٠.٢	٢.٦١	الضابطة ن=١٠	الدافعية نحو الإنجاز	٧
		٠.٢٤	٢.٧٣	التجريبية ن=١٠		

*دال عند مستوى $\alpha \geq 0.05$

يبين الجدول (٣) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \geq 0.05$ بين مجموعتي

الدراسة الضابطة والتجريبية في متغيرات الدراسة بالقياس القبلي مما يدل على تكافؤ المجموعتين.

تكافؤ عينة الدراسة:

لقد قام الباحثان بإجراء التكافؤ في متغيرات الدراسة، حيث تم إجراء اختبار قبلي في مستوى الأداء المهاري لسباحتي الظهر والزحف على البطن والتي يتم دراستها في مساق سباحة (١) وفي مقياس الدافعية نحو الإنجاز، وبعد إسبوعين تم إجراء القياس القبلي للتأكد من تكافؤ مجموعتي الدراسة في مستوى الأداء المهاري لسباحة الصدر وفي متغيرات الدراسة الكينماتيكية (معدل طول وتردد الضربة والسرعة بسباحة ٢٥م الصدر)، ويعود ذلك إلى أن الطلاب ليس لديهم خبرة في سباحة الصدر، حيث تم تعليمهم لمدة أسبوعين لاكتساب المقدرة على اخذ قياسات الأداء المهاري والاختبارات الكينماتيكية، والجدولين (٢) و(٣) يبينان ذلك.

متغيرات الدراسة:

متغيرات الدراسة المستقلة:

- البرنامج التعليمي الاعتيادي.
- البرنامج التعليمي باستخدام استراتيجية التعلم الإثقاني.

متغيرات الدراسة التابعة:

- الأداء المهاري لسباحة الصدر.
- معدل طول ضربة الذراعين في سباحة (٢٥) م الصدر.
- معدل تردد ضربة الذراعين في سباحة (٢٥) م الصدر.
- معدل سرعة سباحة (٢٥) م سباحة الصدر.
- الدافعية نحو الإنجاز.

أدوات جمع البيانات:

- تقييم مستوى الأداء المهاري بسباحة الصدر

بعد الرجوع إلى مجموعة من المراجع والدراسات السابقة، مثل أبو الطيب وآخرون (٢٠١٤) (Newsome & Young, 2012, Colwin, 2002)، تم تصميم استمارة تقييم الأداء المهاري في سباحة الصدر لمسافة (٢٥م) على النحو الآتي، ضربات الذراعين (٥) درجات، وضربات الرجلين (٥) درجات، ووضع الجسم والرأس (٥) درجات، والتوافق الكلي بين أجزاء الجسم (٥) درجات، بحيث يكون مجموع الدرجات (٢٠) درجة.

- مقياس الدافعية نحو الإنجاز:

بعد الإطلاع على المراجع والدراسات العلمية ومنها دراسة كاظم (٢٠١٥)، ودراسة العكاري (٢٠٠٩)، والفرطوسي (٢٠١٤)، وبعد استشارة أصحاب الخبرة والاختصاص في هذا المجال واتباع الأسس العلمية الحديثة قام الباحثان بتصميم مقياس دافعية الإنجاز (٢٥) فقرة، وبعد كتابته تم توزيع المقياس على مجموعة من المحكمين، وبعد أخذ رأيهم حول هذا المقياس تم تعديل المقياس بصورته النهائية واختصاره ليصبح عدد فقراته عشرون فقرة، والجدول (٤) يبين فقرات المقياس.

الجدول ٤: مقياس دافعية نحو الإنجاز في السباحة

الرقم	الفقرة	أوافق بدرجة كبيرة جدا	أوافق بدرجة كبيرة	أوافق بدرجة متوسطة	لا أوافق بدرجة كبيرة	لا أوافق بدرجة جدا
١	ابذل كل جهدي لإنجاز مهارات السباحة المطلوبة					
٢	ابذل كل جهدي لتذليل العوائق التي تمنع وصولي إلى إتقان مهارات السباحة.					
٣	أتدرب بجديته حتى أحقق تحصيل ممتاز في مساق السباحة.					
٤	أحرص بان أكون من المتميزين في مساق السباحة					
٥	أقوم بأداء جميع تمارين السباحة المطلوبة مني					
٦	أرغب بان أمارس السباحة في أوقات أخرى					
٧	أرفض الاستسلام بسهولة عند تعلم مهارات تحتاج إلى صعوبة عالية					
٨	لدي القدرة على القيام بأعمال مميزة في محاضرة السباحة					
٩	أشعر بالرضا عندما أنجز تمارين مساق السباحة بسرعة وإتقان					
١٠	أشعر باليأس والإحباط حين تعترضني عوائق في تمارين محاضرة السباحة					
١١	أنا بطيء في إنجاز مهارات السباحة					
١٢	أهتم بتحسين مهاراتي في محاضرة السباحة					

١٣	اهتم كثيرا بتطوير مستواي في محاضرة السباحة
١٤	أفضل التراجع والاستسلام لتجنب العناء والمشقة
١٥	تشجعتي المكافآت على بذل أقصى جهد
١٦	اشعر بالراحة بعد الانتهاء من التدريبات في محاضرة السباحة
١٧	أتدرب على مهارة جديدة في السباحة حتى أتقنها
١٨	لدي الدافع للتعلم لمهارات السباحة في وقتي الخاص
١٩	لدي الميل للقيام بالتمارين خلال المحاضرة
٢٠	أفضل أن أؤدي التمارين الخالية من الصعوبة

تصحيح المقياس:

تكون المقياس الخاص بدافعية الإنجاز بصورته النهائية من (٢٠) فقرة، حيث استخدم الباحث مقياس ليكرت للتدرج الخماسي بهدف قياس آراء أفراد عينة الدراسة، وتوزعت إلى فقرات إيجابية وأرقامها (١)، و(٢)، و(٣)، و(٤)، و(٥)، و(٦)، و(٧)، و(٨)، و(٩)، و(١٢)، و(١٣)، و(١٥)، و(١٦)، و(١٧)، و(١٨)، و(١٩)، وفقرات سلبية وأرقامها (١٠)، و(١١)، و(١٤)، و(٢٠)، وتم إعطاء أوافق بدرجة كبيرة جداً (٥)، أوافق بدرجة كبيرة (٤)، أوافق بدرجة متوسطة (٣)، محايد (٢)، لا أوافق (١)، وذلك بوضع إشارة (✓) أمام الإجابة التي تعكس درجة موافقتهم وتكون العلامة الكلية للمقياس من (١٠٠) درجة تقسم على (٢٠) لتصبح من (٥) درجات.

المتغيرات الكينماتيكية:

حيث تم استخدام برنامج Kenova الخاص بالتحليل الحركي (الحمد وأبو الطيب، ٢٠١٤)، (أبو الطيب وآخرون، ٢٠٢٣) لاستخراج كل من الزمن وعدد ضربات الذراعين، تم استخدام المعادلات الآتية لاستخراج المتغيرات الكينماتيكية الخاصة بالدراسة:

- ١- معدل طول ضربة الذراعين بسباحة (م٢٥) الصدر: ويحسب من خلال تقسيم المسافة الكلية (م٢٥) على عدد ضربات الذراعين (طول ضربة الذراعين = المسافة ÷ عدد ضربات الذراعين)، ويقاس بالمتري.
- ٢- معدل تردد ضربة الذراعين بسباحة (م٢٥) الصدر: ويحسب من خلال تقسيم عدد ضربات الذراعين على زمن سباحة (م٢٥) ظهر (تردد ضربات الذراعين = عدد ضربات الذراعين ÷ الزمن)، ويقاس بالضربة/ثانية.
- ٣- معدل السرعة بسباحة (م٢٥) الصدر: المسافة مقسومة على زمن سباحة (م٢٥) ظهر (السرعة = المسافة ÷ الزمن)، ويقاس بمتري/ثانية.

الأدوات المستخدمة في الدراسة:

١. كاميرا تصوير فيديو عدد (٢).
٢. برنامج كمبيوتر خاص بالتحليل الحركي Kenova .
٣. شريط قياس .
٤. ألواح طفو .
٥. مكعب معياري بطول ١م كمرجعية للتصوير .
٦. ميزان طبي ذو صدق وثبات وموضوعية لقياس الطول والوزن .
٧. إستمارات التسجيل .

إجراءات الدراسة:

- تم تجهيز الطلاب أثناء الاختبارات القبلية والبعديّة من حيث: شرح الاختبارات للطلاب، وإعطاء إحماء كافٍ للطلاب.
- تم توزيع مقياس الدافعية نحو الإنجاز ثم تم تصوير الطلاب أثناء السباحة لمسافة (٢٥م) صدر، دون غطسه البداية حتى يتم استخراج أكبر عدد من ضربات الذراعين لتحقيق أهداف الدراسة.
- أجريت الاختبارات القبلية من (٦/١٨-٦/٢١-٢٠١٨)، والاختبارات البعديّة من (٧/٢٩-٧/٣١-٢٠١٨).
- تم تطبيق البرنامج التعليمي من (٦/٢٤-٢٠١٨) ولغاية (٧/٢٧-٢٠١٨).
- تم توزيع الطلاب إلى مجموعتين متكافئتين بناء على نتائج القياس القبلي، والمجموعة الضابطة خضعت للبرنامج التعليمي الاعتيادي، والمجموعة التجريبية خضعت للبرنامج التعليمي، باستخدام إستراتيجية التعلم الإتيقاني.
- تم إجراء الدراسة على المجموعة التجريبية والضابطة أيام (الأحد، والإثنين، والثلاثاء، والأربعاء، والخميس).
- الاختبارات بمنصف الفصل بتاريخ (٦/٧/٢٠١٨) الخاصة بالأداء المهاري والدافعية نحو الإنجاز، حيث تم استخدام أداة خاصة لقياس الأداء المهاري للطلاب، أما لاستخراج المتغيرات الكينماتيكية فتم استخدام برنامج Kenova للتحليل الحركي، وتاليا طريقة استخدام البرنامج:
- بعد التأكد من وضع الكاميرات في الدراسة الاستطلاعية تم تجهيز أدوات التصوير ووضعها في مكانها الصحيح.
- تم تصوير الطلاب كل على حدا، حيث عند وصول الطالب إلى نهاية المسبح تعطى الإشارة لزميلة ليبدأ، وهكذا حتى آخر طالب.

- بعد الانتهاء من التصوير تم تنزيل الفيديوهات على لاب توب.
- ومن ثم تم تنزيل الفيديوهات على برنامج Kenova الخاص بالتحليل الحركي، حيث تم تقسيم الفيديوهات على البرنامج حسب عدد أفراد العينة وتم وضعهم في ملف خاص.
- بعد استخراج الزمن تم العمل على استخراج عدد الضربات وذلك من خلال العد لكل طالب على حدا.
- بعد ذلك تم تنزيل المعلومات على برنامج اكسل واستخراج كل من السرعة والتردد وطول الضربة.
- بعد الانتهاء من تطبيق البرامج المخصصة لكل مجموعة تم إجراء الاختبارات البعدية للأداء المهاري في سباحة الصدر وتوزيع الاستبانة على الطلبة كما تم حساب المتغيرات الكينماتيكية.
- تم توزيع مقياس الدافعية نحو الإنجاز ثم تم تصوير الطلاب أثناء السباحة لمسافة (٢٥م) صدر، دون غطسه البداية حتى يتم استخراج أكبر عدد من ضربات الذراعين لتحقيق أهداف الدراسة.

البرنامج التعليمي باستراتيجية التعلم الإيقاني:

بعد الإطلاع على المراجع والدراسات العلمية دراسة خلف (٢٠١٣)، ودراسة فؤاد (٢٠١٣)، ودراسة علي (٢٠١٦)، وبعد استشارة أصحاب الخبرة والاختصاص في هذا المجال، واتباع الأسس العلمية الحديثة قام الباحثان بإعداد برنامج تعليمي يتضمن استراتيجية التعلم الإيقاني لسباحة الصدر والتي تشمل على (ضربات الرجلين، وحركات الذراعين، ووضع الجسم بالماء، والتوافق العام)، وبعد كتابة البرنامج التعليمي تم توزيعه على مجموعة من المحكمين أصحاب الخبرة والاختصاص، يبين أسمائهم وذلك لأخذ آرائهم حول مناسبة البرنامج التعليمي.

حيث تقوم الاستراتيجية على خطوط عامه كما وضعها بلوم (١٩٦٥)، وهي تقسيم المادة الدراسية إلى وحدات صغيرة متتابعة، حيث يمكن أن تكون الوحدة درس أو درسين، وتحديد الأهداف السلوكية لكل وحدة فرعية بشكل واضح، وأيضا تحديد مستوى الإيقان الذي يجب أن يصل له المتعلم من بداية التعلم، ووضع خطة تدريسية لتدريس الأهداف في كل وحدة فرعية، وتطبيق الاختبارات التشخيصية على المتعلمين في نهاية كل وحدة لتحديد نقاط القوة والضعف للمتعلمين ومعرفة إذا ما كان المتعلمون قد أتقنوا ما تعلموه، وتقديم الإجراءات التصحيحية والعلاجية للمتعلمين (الأمين، ٢٠٠٤).

تكون البرنامج من (٢٠) وحدة تعليمية موزعة على (٤) أسابيع، بمعدل (٥) وحدات أسبوعياً، وزمن كل وحدة تعليمية (٦٠) دقيقة، كما تكونت الوحدة التعليمية اليومية من ثلاثة أجزاء هي: الجزء التمهيدي (الإحماء) (١٠) دقائق، والجزء الرئيسي (٤٠) دقيقة، وأخيراً الجزء الختامي (١٠) دقائق.

البرنامج التعليمي الاعتيادي:

- بالنسبة للبرنامج الاعتيادي فكانت مدته الزمنية وحجمه مماثل للبرنامج التعليمي باستراتيجيات التعلم الإيقاني، بحيث تم التدريب على النحو التالي:

- حركات الرجلين وربطها مع التنفس بسباحة الصدر.
- حركات الذراعين وربطها مع التنفس بسباحة الصدر.
- حركات الذراعين وربطها مع الرجلين بسباحة الصدر.
- حركات الذراعين وربطها مع حركات الرجلين مع التنفس بسباحة الصدر.
- تنمية السرعة بسباحة الصدر.
- تنمية التحمل بسباحة الصدر.

يقوم البرنامج الاعتيادي على طرق شرح بسيطة بدون استخدام مصادر متنوعة ومختلفة، حيث لا يراعي البرنامج الفروق الفردية بين الطلاب كما في بعض الاستراتيجيات الحديثة، كما يستخدم المدرس الطريقة الامرية في هذا الأسلوب التعليمي والتدريس المباشر ويتعلم الطالب من خلال الاستماع والملاحظة، حيث أن على الطالب أن يسمع ويطبق ما يمليه عليه المدرس فقط لا غير، فلا يمكن للطلاب هنا البحث والاستقصاء لإيجاد المعلومة الصحيحة، كما لا يتم استخدام الأدوات التعليمية الحديثة، حيث أن التدريس مترکز على المدرس في هذه الطريقة، حيث تكون البرنامج الاعتيادي من (٢٠) وحدة تعليمية موزعة على (٤) أسابيع، بمعدل (٥) وحدات أسبوعياً، وزمن كل وحدة تعليمية (٦٠) دقيقة، كما تكونت الوحدة التعليمية اليومية من ثلاثة أجزاء هي: الجزء التمهيدي (الإحماء) (١٠) دقائق، والجزء الرئيسي (٤٠) دقيقة، وأخيراً الجزء الختامي (١٠) دقائق.

المعاملات العلمية للاختبارات:

صدق أدوات جمع البيانات:

تم استخدام صدق المحتوى بعرض استمارة تقييم الأداء المهاري بسباحة الصدر ومقياس الدافعية نحو الإنجاز على مجموعة من المختصين في مجال تدريس السباحة وطرق التدريس، وعددهم (٨) للأخذ بأرائهم حول إمكانية تطبيق استمارة التقييم على أفراد عينة الدراسة لتحقيق أهداف الدراسة.

ثبات أداة الدراسة:

تم استخدام معامل الارتباط بيرسون لحساب الثبات في قياس متغيرات الدراسة بأسلوب تطبيق وإعادة تطبيق الاختبار (Test-Retest)، وذلك بفاصل زمني بين التطبيق الأول والثاني مدته ستة أيام، وذلك على أفراد عينة التقنين (الدراسة الإستطلاعية) والبالغ عددهم (٧) طلاب والتي تم استبعاد نتائجها من الدراسة، وبنفس الشروط والجدول (٥) يبين معامل الثبات للاختبارات المستخدمة.

الجدول ٥ . معاملات الثبات لمتغيرات الدراسة

المتغيرات	معاملات الثبات
الأداء المهاري لسباحة الصدر	* ٠.٧٧
الدافعية نحو الإنجاز	* ٠.٨٤

*دال عند مستوى $\alpha \geq 0.05$

المعالجات الإحصائية:

تم استخدام برنامج الحزم الإحصائية SPSS لاستخراج ما يأتي:

المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، ومعامل الارتباط بيرسون، ومعامل الالتواء واختبار شبيرو-ويلك (Shapiro-Wilk) واختبار (ت) Paired sample *t-test* لدلالة الفروق للعينات المترابطة، واختبار (ت) لدلالة الفروق للعينات المستقلة Independent sample *t-test* عرض النتائج ومناقشتها - أولاً: عرض نتائج الدراسة:

- للتحقق من فرضية الدراسة الأولى والتي تنص (يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي عند مستوى $\alpha \geq 0.05$ لأثر التعلم الاعتيادي على الأداء المهاري وبعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر والدافعية نحو الإنجاز)، تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، واختبار (ت) Paired sample *t-test* لدلالة الفروق للعينات المترابطة، والجدول (٦) يوضح ذلك:

الجدول ٦ . المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ت) لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متغيرات الدراسة لدى أفراد

المجموعة الضابطة

الرقم	المتغير	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
١	الأداء المهاري بسباحة الصدر (درجة)	القبلي	٧.٢	١.٤٩	٢٣.٩	* ٠.٠٠
		البعدي	١٣.٢٥	١.٥٥		
٢	معدل طول ضربة الذراعين بسباحة الصدر (م)	القبلي	١.٦٨	٠.١٨	٠.١٥	٠.٠٠٧٨
		البعدي	١.٧	٠.٣٦		
٣	معدل تردد ضربة الذراعين بسباحة الصدر (ض/ث)	القبلي	٠.٣٤	٠.٠٥	١.٥	٠.١٥
		البعدي	٠.٣٩	٠.٠٩		
٤	معدل السرعة بسباحة الصدر (م/ث)	القبلي	٠.٥٧	٠.١١	١.٨٢	٠.٠٠٨
		البعدي	٠.٦٦	٠.١١		
٥	الدافعية نحو الإنجاز	القبلي	٢.٦١	٠.٢	٨.٠٨	* ٠.٠٠
		البعدي	٣.٢٤	٠.١٩		

*دال عند مستوى $\alpha \geq 0.05$

يبين الجدول (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \geq 0.05$ بين القياسين القبلي والبعدي لأثر البرنامج الاعتيادي لدى أفراد المجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي في مستوى الأداء المهاري والدافعية نحو الإنجاز، وكانت هناك فروق ظاهرية ولكنها غير دالة إحصائياً في معدل طول وتردد ضربة الذراعين ومعدل السرعة بسباحة الصدر لصالح القياس البعدي.

- للتحقق من فرضية الدراسة الثانية والتي تنص (هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي عند مستوى $\alpha \geq 0.05$ لأثر استراتيجية التعلم الإثقاني على الأداء المهاري وبعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر والدافعية نحو الإنجاز)، تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، واختبار (ت) Paired sample *t-test* لدلالة الفروق للعينات المترابطة، والجدول (٧) يوضح ذلك:

الجدول (٧) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ت) لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متغيرات الدراسة لدى أفراد المجموعة التجريبية

الرقم	المتغير	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
١	الأداء المهاري بسباحة الصدر (درجة)	القبلي	٨.٣٥	١.٢٤	١٧.٥	* ٠.٠٠
		البعدي	١٥.٢٥	١.٣٣		
٢	معدل طول ضربة الذراعين بسباحة الصدر (م)	القبلي	١.٦٢	٠.٢	٠.٧٤	٠.٤٦
		البعدي	١.٦٩	٠.٢٢		
٣	معدل تردد ضربة الذراعين بسباحة الصدر (ض/ث)	القبلي	٠.٣٦	٠.٠٤	٧.٦	* ٠.٠٠
		البعدي	٠.٤٦	٠.٠٦		
٤	معدل السرعة بسباحة الصدر (م/ث)	القبلي	٠.٥٩	٠.٠٦	٦.٧	* ٠.٠٠
		البعدي	٠.٧٧	٠.٠٦		
٥	الدافعية نحو الإنجاز	القبلي	٢.٧٣	٠.٢٤	١١.٨	* ٠.٠٠
		البعدي	٣.٩٢	٠.٢٨		

*دال عند مستوى $\alpha \geq 0.05$

يبين الجدول (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \geq 0.05$ بين القياسين القبلي والبعدي لأثر استراتيجية التعلم الإثقاني لدى أفراد المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في مستوى الأداء المهاري ومعدل تردد ضربة الذراعين بسباحة الصدر، ومعدل السرعة بسباحة الصدر، والدافعية نحو الإنجاز ولصالح القياس البعدي.

- للتحقق من فرضية الدراسة الثالثة والتي تنص (هناك فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي عند مستوى $\alpha \geq 0.05$ بين أثر التعلم الاعتيادي واستراتيجية التعلم الإثقاني على الأداء المهاري وبعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر والدافعية نحو الإنجاز)، تم استخدام المتوسطات الحسابية

والانحرافات المعيارية واختبار (ت) (Independent-Samples t-Test) لدلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي في متغيرات الدراسة والجدول (٨) يوضح ذلك:

الجدول (٨). المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لدلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات الدراسة بالقياس البعدي

الرقم	المتغير	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
١	الأداء المهاري بسباحة الصدر (درجة)	الضابطة = ١٠	١٣.٢٥	١.٥٥	٣.٠٨	* ٠.٠٠
		التجريبية = ١٠	١٥.٢٥	١.٣٣		
٢	معدل طول ضربة الذراعين بسباحة الصدر (م)	الضابطة = ١٠	١.٧	٠.٣٦	٠.٠٧	٠.٩٤
		التجريبية = ١٠	١.٦٩	٠.٢٢		
٣	معدل تردد ضربة الذراعين بسباحة الصدر (ض/ث)	الضابطة = ١٠	٠.٣٩	٠.٠٩	٢.١٦	* ٠.٠٠٤
		التجريبية = ١٠	٠.٤٦	٠.٠٦		
٤	معدل السرعة بسباحة الصدر (م/ث)	الضابطة = ١٠	٠.٦٦	٠.١١	٢.٧٧	* ٠.٠٠١
		التجريبية = ١٠	٠.٧٧	٠.٠٦		
٥	الدافعية نحو الإنجاز	الضابطة = ١٠	٣.٢٤	٠.١٩	٦.١٩	* ٠.٠٠
		التجريبية = ١٠	٣.٩٢	٠.٢٨		

*دال عند مستوى $\alpha \geq 0.05$

يبين الجدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \geq 0.05$ بين المجموعتين الضابطة والتجريبية بالقياس البعدي بمتغيرات الدراسة الأداء المهاري بسباحة الصدر، ومعدل تردد ضربة الذراعين بسباحة الصدر، ومعدل السرعة بسباحة الصدر، والدافعية نحو الإنجاز لصالح المجموعة التجريبية.

ثانياً: مناقشة النتائج

أولاً: مناقشة الفرضية الأولى

ينضح من خلال الجدول (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \geq 0.05$ بين القياسين القبلي والبعدي لأثر البرنامج الاعتيادي لدى أفراد المجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي في كل من مستوى الأداء المهاري، ويعزو الباحثان سبب هذه النتيجة إلى أن أفراد العينة الضابطة لا يمتلكون المهارات الأساسية في سباحة الصدر حيث تم إكسابهم الأداء المهاري بصورته الأولية من خلال تنفيذ البرنامج الاعتيادي الذي يحتوي على المهارات الأساسية في سباحة الصدر (حركات الذراعين، وضربات الرجلين، والتوافق العام)، كما أن تكرار هذه المهارات وتقديم التغذية الراجعة خلال فترة تطبيق البرنامج وزيادة المسافات بشكل تدريجي بما يتناسب مع قدرات ومستوى الطلبة مما أدى إلى تطور الأداء المهاري بشكل ملحوظ من حيث التكنيك والمسار الحركي للأداء العام في حركات الذراعين وضربات الرجلين والتوافق بينهما.

كما يعزو الباحثان زيادة الدافعية نحو الإنجاز إلى أن البرنامج الاعتيادي عمل على زيادة في المستوى المهاري في أداء الطلبة وبالتالي زيادة دافعتهم نحو تعلم سباحة الصدر.

ومن خلال الجدول (٦) يتبين وجود فروق ظاهرية غير دالة احصائياً في معدل تردد ضربة الذراعين وعدل السرعة في سباحة الصدر لصالح القياس البعدي، ويعزو الباحثان سبب هذه النتيجة إلى البرنامج الاعتيادي الذي يعطي الطلاب الوقت الكافي لإتقان وتكرار المهارات الأساسية في سباحة الصدر، ويراعي الفروق الفردية بين أفراد العينة.

كما يعزو الباحثان عدم وجود فروق داله لبعض النتائج إلى أن البرنامج الاعتيادي الذي لا يناسب صعوبة هذه المهارة، حيث تحتاج إلى برنامج يراعي الفروق الفردية ويدفع بالطالب إلى التعلم، كما أن المدرس في هذه الاستراتيجية هو صاحب القرار من تخطيط وتنظيم وتقويم، حيث أن الطالب ينفذ كل ما يمليه عليه المدرس وان جميع الطلاب متماتلين بغض النظر عن مستواهم وتطورهم، ولهذا يجب التركيز على استراتيجيات حديثة تدفع الطالب إلى التعلم وتحقيق درجة عالية من الإتقان وتراعي فروقهم الفردية.

وفي ضوء هذه النتائج يستنتج الباحثان أن هناك فروق دالة احصائياً بين القياسين القبلي والبعدي لأثر البرنامج التقليدي على متغيرات الدراسة، وبناء على هذا الاستنتاج تم قبول هذه الفرضية، وتتفق هذه النتائج مع عدد من الدراسات، مع مراعاة مكان إجراء الدراسة والعينة والظروف المختلفة، ومن هذه دراسة علي وآخرون (٢٠١٦)، ودراسة كاظم (٢٠١٥)، وفؤاد (٢٠١٥)، وعميرة (٢٠١٤)، والعماري (٢٠٠٩)،

حيث ظهر من خلال الدراسات تحسن لقياسات البعدية للمجموعات الضابطة، وتحسن المتغيرات الكينماتيكية المختلفة.

ثانياً: مناقشة الفرضية الثانية

يتبين من الجدول (٧) وجود فروق داله إحصائياً عند مستوى الدلالة $\alpha \geq 0.05$ بين القياسين القبلي والبعدي لاستراتيجية التعلم الإيقاني لدى أفراد المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في مستوى الأداء المهاري ومعدل تردد ضربات الذراعين ومعدل السرعة في سباحة الصدر والدافعية نحو الإنجاز ولصالح القياس البعدي، ويعزو الباحثان ذلك إلى البرنامج التدريبي المقترح باستخدام استراتيجية التعلم الإيقاني له أثر إيجابي في تطوير المستوى المهاري وإكساب أفراد العينة التكنيك الأولي لسباحة الصدر والعمل على تطويره من خلال تمرينات مناسبة وفق قدرات ومستوى الطلبة كل طالب حسب مستواه المهاري. حيث احتوى البرنامج التدريبي على استراتيجية التعلم الإيقاني التي تتيح للطالب الوصول إلى درجة إتقان للمهارة (٨٠-٩٠%) قبل الانتقال إلى المهارة التي تليها، وفي حال عدم قدرة الطالب إتقان مهارة معينة يتم إعطائه البديل المناسب حسب قدراته ومستواه المهاري واستخدام مجموعه من تكنولوجيا التعلم لتبسيط العملية التعليمية وبالتالي مساعدة الطالب على فهم وتطبيق المهارات الأساسية في سباحة الصدر، الأمر الذي أدى إلى تطور المستوى المهاري لدى أفراد العينة.

كما يعزو الباحثان التحسن في معدل تردد ضربات الذراعين (٠.٣٦-٠.٤٦ ض/د) في سباحة الصدر إلى تحسن التوافق العضلي العصبي لدى أفراد المجموعة التجريبية نتيجة زيادة التكرار داخل البرنامج التدريبي الناتج عن تعلم الطلاب بشكل أسرع لمهارات السباحة الأساسية والانتقال من مستوى إلى آخر حسب قدراتهم الخاصة حيث أدى هذا إلى إضافة المزيد من الوقت لدى الطلاب للتدرب على السرعة والأداء، مما زاد معدل السرعة في سباحة الصدر (٠.٥٩-٠.٧٧ م/ث). ونتيجة زيادة معدل تردد ضربات الذراعين ومعدل السرعة أدى ذلك إلى تحسن خفيف في معدل ضربات الذراعين في سباحة الصدر.

ومن خلال ما سبق فان تطور الأداء المهاري وبعض المتغيرات الكينماتيكية الذي كان نتيجة استخدام البرنامج التعليمي الذي يراعي الفروق الفردية للطلبة حيث أدى إلى تطوير المهارات الأساسية في سباحة الصدر وزيادة في دافعية الإنجاز لدى الطلبة نحو تعلم وتطوير مستواهم في السباحة.

كما أن استراتيجية التعلم الإيقاني استخدمت أدوات وأساليب تعليم متنوعة وتغذية راجع للطلاب، حيث تم استخدام جهاز data show وجهاز لاب توب لشرح للتمارين للطلاب لفهمها بشكل أفضل، كما تم إعطاء الطلاب الغير متقنين تمارين اسهل وتكرارات للوصول إلى درجة الإتقان، وتم إعطائهم الوقت الكافي والمناسب للتعلم، ففي استراتيجية التعلم الإيقاني الفروق بين الطلاب فقط في الزمن الذي يستغرقه المتعلم في

التعلم، فإذا أعطي الطلاب الوقت الكافي يمكن لجميعهم الوصول إلى درجة الإتقان، كما تم استخدام طرق علاجية متنوعة مثل مساعده زميل أو عمل مجموعات تعليمية، ويتفق هذا مع عدد من الدراسات، مع مراعاة مكان إجراء الدراسة والعينة والظروف المختلفة، مع دراسة كل من علي وآخرون (٢٠١٦)، وفؤاد (٢٠١٥)، وعميرة (٢٠١٤)، وخلف وآخرون (٢٠١٣)، ودراسة مارتينز وجوزيف (Martinez & Joseph, 1999)، والعميري (٢٠٠٩)، وخلييل (٢٠١٠)، حيث كانت اهم نتائج هذه الدراسات تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت استراتيجيات التعلم الإتقاني، وفي ضوء هذه النتائج يستنتج الباحثان أن هناك فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي لأثر البرنامج باستخدام استراتيجيات التعلم الإتقاني على متغيرات الدراسة، وبناء على هذا الاستنتاج تم قبول هذه الفرضية.

ثالثاً: مناقشة الفرضية الثالثة

من خلال الجدول (٨) يتبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha \geq 0.05$ بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية بالقياس البعدي في متغيرات الدراسة (الأداء المهاري، ومعدل تردد ضربات الذراعين، ومعدل السرعة في سباحة الصدر، والدافعية نحو الإنجاز). ويعزو الباحثان ذلك إلى أن أفراد المجموعة التجريبية استخدموا استراتيجيات التعلم الإتقاني التي تعمل على إثارة دافعية الإنجاز للطلاب لبذل جهد أكبر لتعلم المهارات الأساسية في سباحة الصدر، حيث وفرت هذه الاستراتيجيات الوقت الكافي بالإضافة إلى مراعاة الفروق الفردية ومستوى الطلاب وتوفير البدائل المناسبة لتعلم المهارات الأساسية، وإمكانية تنقل الطالب من مستوى إلى آخر حسب إمكانياته وقدراته الأمر الذي أتاح للطلاب الذين تعلموا بشكل أسرع أن يتدربوا أكثر على تنمية سرعتهم وتحملهم ومهاراتهم بشكل أفضل.

حيث أن الاستراتيجيات الاعتيادية لم تراعي الفروق الفردية بين الطلاب، ولا تراعي اختلاف مستوياتهم وسرعة تعلمهم وأداء التمارين المتنوعة، أن استراتيجيات التعلم الإتقاني استخدمت أدوات وأساليب تعليم متنوعة وتغذية راجعة للطلاب، وراعت الفروق الفردية فيما بينهم وعاملتهم كل منهم حسب سرعته في التعلم وحسب مستواه، حيث تم استخدام جهاز Data show وجهاز لاب توب لشرح للتمارين للطلاب لفهمها بشكل افضل، كما تم إعطاء الطلاب الغير متقنين تمارين اسهل وتم زيادة عدد التكرارات للوصول إلى درجة الإتقان، وتم إعطائهم الوقت الكافي والمناسب للتعلم، ففي استراتيجيات التعلم التقاني الفروق بين الطلاب فقط في الزمن الذي يستغرقه المتعلم في التعلم، فإذا أعطي الطلاب الوقت الكافي يمكن لجميعهم الوصول إلى درجة الإتقان، كما تم استخدام طرق علاجية متنوعة مثل مساعده زميل أو عمل مجموعات تعليمية.

ويتفق هذا مع دراسة كل من علي وآخرون (٢٠١٦)، وفؤاد (٢٠١٥)، وعميرة (٢٠١٤)، وخلف وآخرون (٢٠١٣)، ودراسة مارتينز وجوزيف (Martinez & Joseph, 1999) وسعيد (٢٠١٠)، ودراسة

كوستا وآخرون (Costa et al., 2017)، وراضي (٢٠٠٦)، حيث كانت اهم نتائج هذه الدراسات فاعلية استراتيجية التعلم الإتقاني في تعلم المهارات المختلفة، وفي ضوء هذه النتائج استنتج الباحثان أن هناك فروق دالة احصائياً بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية، وبناء على هذا الاستنتاج تم قبول هذه الفرضية.

أولاً: الاستنتاجات:

في ضوء نتائج هذه الدراسة فقد استنتج الباحثان ما يلي:

- أن للبرنامج التعليمي الاعتيادي له أثر إيجابي على تحسين المستوى المهاري بسباحة الصدر والدافعية نحو الإنجاز السباحة.

- أن للبرنامج التعليمي باستخدام إستراتيجية التعلم الإتقاني له دور إيجابي في تحسين المستوى المهاري بسباحة الصدر ومعدل تردد الضربة والسرعة بسباحة الصدر والدافعية نحو الإنجاز .

- أن للبرنامج التعليمي باستخدام إستراتيجية التعلم الإتقاني له أفضلية في تحسين المستوى المهاري بسباحة الصدر، ومعدل تردد الضربة والسرعة بسباحة الصدر، والدافعية نحو الإنجاز .

ثانياً: التوصيات:

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من استنتاجات يوصي الباحثان بما يلي:

- استخدام استراتيجيات التعلم الإتقاني لتعليم سباحة الصدر لما لها أثر إيجابي في تعلم الطلاب للمهارات المختلفة والتي تراعي الفروق والقدرات الفردية فيما بينهم.

- استخدام الاستراتيجيات التي تركز على القدرات والفروق الفردية لدى الطلاب للتحسين من مستواهم التعليمي.

- استخدام الاستراتيجيات التي تعمل على تنمية دافعية الإنجاز لدى الطلاب.

- عمل دراسات مشابهة على رياضات مختلفة باستخدام إستراتيجياتي التعلم الإتقاني واستراتيجيات مختلفة التي تعمل على مراعاة الفروق الفردية لدى الطلاب.

المراجع:

١. إبراهيم، مجدي (٢٠٠٠)، الأصول التربوية لعملية التدريس، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
٢. إبراهيم، مجدي (٢٠٠٥)، الأصول التربوية لعملية التدريس، (ط٤)، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
٣. أبو الطيب، محمد حسن (٢٠١٨). تقييم منهاج مسابقات السباحة في ضوء متطلبات الجودة الشاملة من وجهة نظر الطلبة واتجاهاتهم نحوها، مجلة اتحاد الجامعات العربية للبحوث في التعليم العالي، ٣٨(٤)، ٧١-٩٠.
٤. أبو الطيب، محمد حسن والدبابسة، محمد فايز والعوامل، ذكرى سعد وسعادة، بلال يوسف. ٢٠٢١. نماذج تنبؤية بالإنجاز في سباحة الزحف على البطن بدلالة بعض القياسات الأنتروبومترية و البدنية و الكينماتيكية لدى طلاب كلية التربية الرياضية دراسات : العلوم التربوية،مج. ٤٨، ع. ٣، ص ص. ٣٨-٢١.
٥. أبو الطيب، محمد حسن وحسين، عبد السلام جابر حسين. ٢٠١٣. اثر التدريس بالاكتشاف الموجه على التفكير الابتكاري و بعض المهارات الأساسية بالسباحة لدى الأطفال من (٥-٦) سنوات. مجلة جامعة النجاح للأبحاث-ب : العلوم الإنسانية،مج. ٢٧، ع. ٣، ص ص. ٥٠١-٥٤٠.
٦. أبو الطيب، محمد حسن وحلاوة، رامي صالح وعودات، معين أحمد عبد الله وأبو عريضة، أسماء إسماعيل بدوي. ٢٠١٤. أثر التغذية الراجعة المرئية و اللفظية على بعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر دراسات : العلوم التربوية،مج. ٤١، ع. ٢، ص ص. ٧٨٢-٧٩٧.
٧. أبو الطيب، محمد حسن. ٢٠١٥. أثر برنامج تدريبي مقترح باستخدام التمرينات التوافقية على الرضا الحركي و بعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الفراشة مؤتة للبحوث و الدراسات : سلسلة العلوم الإنسانية و الاجتماعية،مج. ٣٠، ع. ١، ص ص. ٦٣-١٠٨.
٨. أبو الطيب، محمد حسن. ٢٠١٧. أثر استخدام استراتيجيتي التعلم التنافسي الفردي و الجماعي على الأداء المهاري و بعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الظهر و الذكاء الجسمي-الحركي لدى طلاب كلية التربية الرياضية مجلة اتحاد الجامعات العربية للبحوث في التعليم العالي،مج. ٣٧، ع. ٣، ص ص. ١١١-١٣٦.
٩. أبو الطيب، محمد حسن، وبركات، حسام وأبو فرحة سامح والحنيطي، ريم والدراغمة، والوهيبي، هالة (٢٠٢٣). مستوى السلوك الغذائي وعلاقته بالحالة البدنية والإنجاز الرقمي في سباحة الزحف على

- البطن لدى طلاب كلية علوم الرياضة بالجامعة الأردنية، *المجلة الأردنية للعلوم التطبيقية - سلسلة العلوم الإنسانية/جامعة العلوم التطبيقية الخاصة*، ٣٤(١)، ١-١٠.
١٠. البيات، منال، النعيمات، ساجدة وأبو الطيب، محمد حسن (٢٠٢٠). أنماط التعلم السائدة وعلاقتها بمستوى الرضا عن التعلم المدمج، *مجلة اتحاد الجامعات العربية للبحوث في التعليم العالي*، ٤٠(١)، ١٧٣-١٩٢.
١١. جرار، تامر وعرابي، سميرة (٢٠١٠)، أثر تكنولوجيا المعلومات والاتصالات على المخرجات التعليمية في سباحة الزحف على الظهر لطلاب كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية، *مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)*، ٢٤ (٥)، ١٤٣٧-١٤٧٠.
١٢. الحمد، وجدان صالح، و أبو الطيب، محمد حسن (٢٠١٧). أثر التدريب بالالستي والمقاومات بأسلوب القوة المميزة بالسرعة على بعض المتغيرات البدنية والبيوميكانيكية لمرحلة البدء في السباحة. *مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)*، *عمادة البحث العلمي-جامعة النجاح، فلسطين*، ٣١(٢)، ٣٠٢-٣٤٢.
١٣. خلف، على ومصالح، حسين وعبد الرحمن، عمر (٢٠١٣)، تأثير استخدام نموذج بلوم للتعلم الإثنائي في تطوير التعلم والاحتفاظ ببعض المهارات الأساسية بكرة اليد، *مجلة علوم التربية الرياضية*، ٢٨-١، (٣).
١٤. راضي، عماد (٢٠٠٦)، تأثير استخدام أسلوب التعلم الإثنائي والتعاوني في تعلم بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة على عينة من طلاب المرحلة الأولى بقسم التربية الرياضية في كلية التربية الأساسية / الجامعة المستنصرية، *مجلة كلية التربية الأساسية*، ع ٥٦، ٤٣٣-٤٥٦.
١٥. الرفاعي، سامر و أبو الطيب، محمد حسن. ٢٠١٨. أثر تمرينات البيلاتس و الأثقال على بعض المتغيرات البدنية و الكينماتيكية في سباحة الفراشة. *مجلة جامعة النجاح للأبحاث - العلوم الإنسانية*، مج. ٣٢، ع. ٨، ص ص. ١٦٢٩-١٦٧٦.
١٦. زكي، على (٢٠٠٢)، *السباحة (تكنيك - تعليم - تدريب - إنقاذ)*، القاهرة: دار الفكر العربي.
١٧. سعيد، عمر (٢٠١٠)، أثر تنمية بعض متغيرات الإدراك الحس حركي باستخدام أسلوب التعلم الإثنائي على تعلم واحتفاظ بعض أنواع السباحة الأولمبية، *مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد*، ٢٢ (٢)، ٢٨٣-٢٠٨.

١٨. العبدلله، وسام وأبو الطيب، محمد حسن، والدبابسة، محمد (٢٠٢٤)، علاقة أنماط التعلم (البصري - السمعى - القرائى الكتابى - الأدائى) مع الذكاء الجسمى الحركى لدى طلبة مساقات السباحة بكلية علوم الرياضة، مجلة تطبيقات علوم الرياضة، ١٠ (١١٩)، ١٢-٣٧. doi: 10.21608/jaar.2024.243497.1486
١٩. العكارى، مجدولين (٢٠٠٩)، تحليل الدافعية لدى الطلبة فى جامعة اليرموك نحو تعلم السباحة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، اردن، الأردن.
٢٠. علوان، باهرة (٢٠٠٨)، تأثير التعلم الإلتقانى فى الاكتساب والاحتفاظ ببعض المهارات الأساسية بكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، العراق.
٢١. على، عايدة وكاظم، انتصار وعلى، وردة (٢٠١٦)، التعلم الإلتقانى وتأثيره فى أثر نقل التعلم فى بعض المهارات الحركية فى الجمناستك الفنى، مجلة الرياضة المعاصرة، ١٥ (٤)، ١٣٩-١٤٧.
٢٢. على، عايدة وكاظم، انتصار وعلى، وردة (٢٠١٦)، التعلم الإلتقانى وتأثيره فى أثر نقل التعلم فى بعض المهارات الحركية فى الجمناستك الفنى، مجلة الرياضة المعاصرة، ١٥ (٤)، ١٣٩-١٤٧.
٢٣. عمورة، سهى وأبو الطيب، محمد حسن (٢٠٢٣). التنبؤ بالإلتقان بدلالة بعض القياسات الكينماتكية لدى ناشئى الوثب الثلاثى، مجلة مؤتة للبحوث والدراسات - سلسلة العلوم النفسية والاجتماعية، ٣٨ (٢)، ١٣-٤٠.
٢٤. عميرة، مصطفى (٢٠١٤)، تأثير إستخدام التعلم للإلتقان على مستوى الأداء فى سباحة الفراشة والرضا الحركى لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، ع ٧٢، ٤٩٣-٥١٩.
٢٥. عميرة، مصطفى (٢٠١٤)، تأثير إستخدام التعلم للإلتقان على مستوى الأداء فى سباحة الفراشة والرضا الحركى لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، ع ٧٢، ٤٩٣-٥١٩.
٢٦. العواملة، ذكرى سعد، وأبو الطيب، محمد حسن. ٢٠٢٠. تأثير نظامى تدريب المقاومات (sets Drop) و (sets Super) على بعض المتغيرات الكينماتكية فى سباحة الزحف على البطن لدى طالب كلية التربية الرياضية. مجلة بحوث و تطوير أنشطة علوم الرياضة، مج. ٦، ع. ١، ص ٢٤-١.

٢٧. العوران، حسن جمال وأبو الطيب، محمد حسن والبيات، منال موفق وآي، ختام موسى وأبو فرحة، سماح عدنان. ٢٠١٩. أثر جدولة التمرين بالأسلوب الثابت و المتغير على تحسين مستوى الأداء المهاري بسباحة الفردي المتنوع و الحالة البدنية لدى طلاب كلية التربية الرياضية مؤتة للبحوث و الدراسات : سلسلة العلوم الإنسانية و الاجتماعية، مج. ٣٤، ع. ٥، ص ص. ١٣-٤٦.
٢٨. الفرطوسي، عبد (٢٠١٤)، السلوك التنافسي لدى لاعبي ألعاب القوى بالجامعة المستنصرية، مجلة القادسية لعلوم الرياضة، ١٤ (٢)، ٧٩-٩٠.
٢٩. فؤاد، جيهان (٢٠١٥)، تأثير إستراتيجية التعلم الإثقاني على مستوى أداء مهارة الإرسال من اعلى المواجه في الكرة الطائرة، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق، ٥١ (٩٧)، ٩٣-١١٤.
٣٠. فؤاد، جيهان (٢٠١٥)، تأثير إستراتيجية التعلم الإثقاني على مستوى أداء مهارة الإرسال من اعلى المواجه في الكرة الطائرة، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق، ٥١ (٩٧)، ٩٣-١١٤.
٣١. كاظم، أفراح (٢٠١٥)، علاقة دافعية الإنجاز والثقة بالنفس بدقة التصويب من القفز عاليا بكرة اليد، مجلة الرياضية، العراق، ٨ (٤)، ١-١٣.
٣٢. النوايسة، علي محمد، والصمادي، علي محمد علي، وأبو الطيب، محمد حسن. (٢٠١٤). أثر التغذية الراجعة على بعض متغيرات الإدراك الحس - حركي لدى سباحي المنتخب الأردني. مؤتة للبحوث والدراسات - سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، ٢٩ (١)، ٢٦٧ - ٢٩٠.
٣٣. مرعي، توفيق والحيلة، محمد (١٩٩٨)، تفريد التعليم، (ط١)، عمان: دار الفكر.
٣٤. المليجي، حلمي (٢٠٠٠)، علم النفس المعاصر، بيروت: دار النهضة العربية.
٣٥. الهويدي، زيد (٢٠٠٥)، التدريس الفعال، القاهرة: جامعة المنوفية.
٣٦. الويسي، نزار ويعقوب، محمود و أبو الطيب، محمد حسن (٢٠١٩)، أثر اختلاف مسافة الاقتراب على مستوى الإنجاز في فعالية الوثب الطويل لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك، مجلة دراسات (العلوم التربوية)، الجامعة الأردنية، ٤٦ (٢)، ملحق (١)، ٦١٩-٦٣٠.

1. Baum, W. M. (2005). **Understanding Behaviorism: Behavior, Culture and Evolution.** Malden, MA, Blackwell Publishing.

2. Blakemore, C., Hilton, G., Gresh, J., Harrison, J., and Pellett, T. (1992). Articles Comparison of Students Taught Basketball Skills Using Mastery and Non mastery Learning Methods, *Journal of Teaching in Physical Education*, Volume 11, and Issue 3, Pages 235-247.
3. Costa, MJ, Barbosa, TM, Morais, JE. Miranda, S. & Marinho DA. (2017) Can concurrent teaching promote equal biomechanical adaptations at front crawl and backstroke swimming? *Act of Bioengineering & Biomechanics*, 19(1), p 81-88.
4. Bae, YH., Yu, JH. & Lee, SM. (2016) Comparison of basic physical fitness, aerobic capacity, and isokinetic strength between national and international level high school freestyle swimmers, *The Journal of Physical Therapy Science*, 28, 891-895.
5. Colwin, C. M. (2002), **Breakthrough swimming**, Champaign, IL: Human Kinetics.
6. Newsome, P. & Young, A. (2012). **Swim smooths the complete coaching system for swimmers and triathletes**, Wiley Nautical, United States
7. Martinez & Joseph (1999): Effect of A mastery Learning Strategy on Teaching the Basic Skills Basketball, *Journal of Educational Research*, Vol., 92, No., 5

ملخص الدراسة

أثر إستراتيجية التعلم الإتقاني على الأداء المهاري وبعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر والدافعية نحو الإنجاز

الدكتور عبد الرحمن الجراح

وزارة التربية والتعليم، الأردن

الأستاذ الدكتور محمد حسن أبو الطيب

أستاذ، كلية علوم الرياضة، الجامعة الأردنية، الأردن

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى الفروق بين أثر التعلم الاعتيادي واستراتيجية التعلم الإتقاني على الأداء المهاري وبعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر والدافعية نحو الإنجاز، حيث استخدم الباحثان المنهج التجريبي بصورة الشبة التجريبي، كما تكون مجتمع الدراسة من طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك المسجلين بمساق سباحة (٢) وبالبالغ عددهم (٦١) طالب في الفصل الدراسي الصيفي للعام الدراسي ٢٠١٧ / ٢٠١٨ ، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية من الذين يتقنون كل من سباحة الظهر وسباحة الزحف على البطن حيث تم اختيار (٢٠) طالب بالطريقة العمدية تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين؛ مجموعة الضابطة طبقت البرنامج الاعتيادي وبلغ عددهم (١٠) طلاب، أما المجموعة التجريبية فقد خضعت لبرنامج التعلم الإتقاني وبلغ عددهم (١٠) طلاب، وقد تم قياس المتغيرات التالية: (المستوى المهاري بسباحة الصدر، ومعدل طول وتردد الضربة والسرعة لسباحة الصدر، والدافعية نحو الإنجاز)، وأشارت نتائج الدراسة بأن للبرنامج التعليمي باستخدام إستراتيجية التعلم الإتقاني له أفضلية في تحسين المستوى المهاري بسباحة الصدر، ومعدل تردد الضربة والسرعة بسباحة الصدر، والدافعية نحو الإنجاز، وأوصى الباحثان باستخدام البرنامج التعليمي القائم على استراتيجية التعلم الإتقاني لتعليم السباحة، واستخدام الاستراتيجيات التي تراعي الفروق والقدرات المختلفة لدى المتعلمين، كما يوصي الباحث بإجراء المزيد من البحوث حول استراتيجية التعلم الإتقاني والأساليب المتنوعة التي تراعي الفروق الفردية على الرياضات المختلفة.

الكلمات المفتاحية: التعلم الإتقاني، المتغيرات الكينماتيكية، سباحة الصدر، الدافعية نحو الإنجاز.

ABSTRACT**THE EFFECT OF MASTERY LEARNING STRATEGY ON SKILLS PERFORMANCE,
KINEMATICS VARIABLES IN BREASTSTROKE SWIMMING AND MOTIVATION
ACHIEVEMENT****Dr. Abdalrhman Hoseen Aljarrah****Ministry of Education, Jordan****Prof. Mohammed Hassan Abualtaieb****Sport Sciences School, The University of Jordan, Jordan**

This study aimed to identify the differences between traditional learning and the mastery learning strategy on skill performance and some kinematics variables in breaststroke swimming and motivation achievement. The study community consists of (62) students of the Faculty of Physical Education at Yarmouk University from the swimming course (2) for the academic year (2017/2018). The sample was chosen as a Purposive sample by those who mastered both the backstroke and crawl stroke, (20) students were chosen, and divided into two equal groups ;(10) students in each group. The control group applied the traditional program, and the experimental group applied the program of mastery learning. The following variables have been measured: (The level of skill performance in breaststroke swimming, the time of 25m breaststroke swimming, the number of strokes at 25m breaststroke swimming, length of strokes, and motivation achievement). From the results, we can see that the program, which used the mastery learning strategy, has the advantage of improving the skill level of breaststroke swimming, the stroke number, the time, and motivation achievement. Considering the results of the study, the researchers recommend using a teaching program based on mastery learning strategy to teach swimming and to use the strategies that considerate the various capacities of learners, also the researchers recommend conducting more research on mastery learning strategy and new methods that consider the individual differences on different sports.

Keywords: Mastery learning, Kinematic Variables, Breaststroke Swimming, Motivation Achievement.