



أثر إنموذج جبرلاش وايلي التعليمي وفق إستراتيجية المجاميع المرنة في تعلم سباحة الصدر للمبتدئين لأعمار من (10-12) سنة

أ.م.د. فراس عجيل ياور

firascanoe@uomustansiriyah.edu.iq

الملخص:

تكون البحث من اربعة فصول حيث شمل الفصل الاول على مقدمة البحث واهميته ومشكلة البحث اما مشكلة البحث تبلورت على الرغم من صعوبة سباحة الصدر مقارنة مع السباحة الحرة وسباحة الظهر كونها تحتاج الى العديد من التوافقات العصبية والعمليات العقلية والتي ليس من السهولة للاعبين مبتدئين من اداء هذا النوع من السباحة بسهولة ويسر، وللوقوف على أفضل وأسرع النماذج والاستراتيجيات الطرق والأساليب التعليمية لتعليم سباحة الصدر للمبتدئين. اما اهداف البحث فتضمنت في التعرف على اثراستخدام انموذج بجبرلاش وايلي وفق استراتيجية المجاميع المرنة في تعلم سباحة الصدر، اما فرضيات البحث فتضمنت عدم وجد فروق معنوية عند مستوى دلالة (0,05) في نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في تعلم سباحة الصدر. اما الفصل الثاني حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته طبيعة المشكلة اما مجتمع البحث وعينته فقد تم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم طلاب المدرسة التخصصية للسباحة والبالغ عددهم (20) متعلم وتم استبعاد (4) كونهم كانوا من ضمن العينة الاستطلاعية و(8) للعينة التجريبية (8) للعينة الضابطة. اما الفصل الثالث فقد تضمن عرض وتحليل ومناقشة النتائج التي توصل اليها الباحثان ودعمها بالمصادر العلمية التي تؤكد النتائج اما الفصل الرابع فقد تكون من الاستنتاجات والتوصيات فقد استنتج الباحث فاعلية انموذج بارمان في اكتساب الاداء المهاري للسباحة الحرة للاعمار (10-12) سنة . كما استنتج الباحثان أن الوحدات التعليمية



المعده من قبل الباحث لها تاثير ايجابي في تعلم السباحة الحرة للاعمار من (10-12) سنة . اما التوصيات فهي يوصي الباحثان بضرورة استخدام نموذج بارمان التعليمي في اكتساب الاداء المهاري للسباحة الحرة للاعمار (10-12) في تعليم فئات عمرية أخرى . كما ويوصي الباحث بضرورة استخدام نموذج بارمان في تعليم فعاليات رياضية اخرى (كرة السلة، كرة الطائرة ، المبارزة وفعاليات رياضية اخرى .

الكلمات المفتاحية : نموذج جيرلاش و ايلي - استراتيجيات المجاميع المرنة



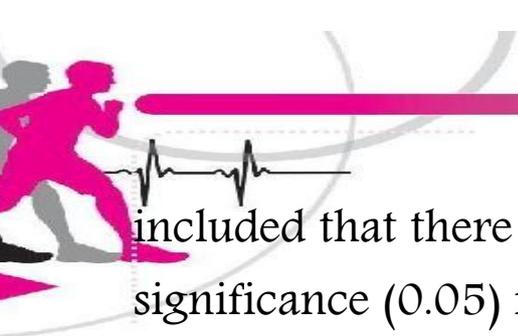
The effect of Gerlach Wiley's educational model according to the strategy of flexible groups in learning breaststroke swimming for beginners for ages (10-12) years

Assist.prof.dr firas ajeel yawer

firascanoe@uomustansiriyah.edu.iq

Abstract.

The research consisted of four chapters, where the first chapter included an introduction to the research, its importance and the research problem. The research problem crystallized despite the difficulty of breaststroke compared to freestyle swimming and backstroke as it requires many neurological compatibility and mental processes, which is not easy for novice players to perform this type. From swimming easily, and to find out the best and fastest models and strategies, educational methods and methods for teaching breast swimming for beginners. As for the research objectives It included in identifying the effect of using the Gerlach and Eli model according to the strategy of flexible groups in learning breaststroke, while the hypotheses of the research



included that there were no significant differences at the level of significance (0.05) in the results of the pre and post tests between the experimental group and the control group in learning breaststroke. As for the second chapter, where the researcher used the experimental method to suit the nature of the problem, as for the research community and its sample, the research community was determined in a deliberate way, and they are the (20) students of the Specialized School for Swimming, and (4) were excluded from being among the sample. The exploratory sample and (8) for the experimental sample (8) for the control sample. As for the third chapter, it included presentation, analysis and discussion of the results reached by the researchers and supporting them with scientific sources that confirm the results. As for the fourth chapter, it may consist of conclusions and recommendations. The researcher concluded the effectiveness of the Barman model in acquiring skill performance. For free swimming for ages (10-12) years. The researchers also concluded that the educational units prepared by the researcher have a positive effect on learning free swimming for ages (10-12) years. As for the recommendations, the researchers recommend the need to use the Barman educational model In acquiring the skill performance of free swimming for ages (10-12) in teaching other age groups. The researcher also recommends the need to use the Barman model in teaching other



sports activities (basketball, volleyball, fencing and other sports activities).

Keywords: Gerlach and Eli model - flexible group strategy

1- مقدمة البحث وأهميته:

تعد رياضة السباحة من الرياضات المائية التي انتشرت وبصورة سريعة وواسعة لما لها من أهمية كبيرة في إكساب الشخص الذي يتعلمها الفوائد البدنية والنفسية والاجتماعية ويفضل أن تُعلم السباحة في أعمار مبكرة لاختلافها عن باقي الرياضات الأخرى لأنها تستخدم وسط مغاير للبيئة الطبيعية التي يتعلمون فيها باقي الرياضات والفعاليات والوسط المائي لغير المتعلمين يعد من الاوساط المخيفة للمبتدئين , ويعتبر العمر المناسب لتعليم الأطفال السباحة من (5) سنوات فما فوق الى الثانية عشر تكون سهلة لعملية التعلم ، وذلك لتميز الأطفال في هذا العمر بالموهبة الحركية والاستعداد الطبيعي والرغبة الواضحة للتعلم (محمد حسين محمد عبد المنعم: 2009 :48).

لقد ظهرت طرق ونماذج تعليمية واستراتيجيات وأساليب متعددة لعملية التعلم واختلفت هذه الطرق باختلاف عمر المتعلم وقدراته وجنسه وكذلك الإمكانيات المتاحة المساعدة في عملية التعلم , ومن هذه النماذج هو انموذج جيرلاش وايلي ويستند هذا الانموذج على فكرة ان المعلم هو مصمم التدريس والتعليم ويتبنى الانموذج المنحني المنظومي للتعليم والتعلم ويشمل معظم العناصر الضرورية التي تسهم في مضامين ويوضح هذا الانموذج العلاقة بين مكون واخر ، ويقدم نمطا تتابعيا يمكن تطويره . (سعد زايد، واخرون: 2014:463).

تعد استراتيجية المجموعات المرنة والعمل الجماعي جزءاً من نسيج العديد من الفصول الدراسية، إذ إن تفاعل المتعلمين مع واحد أو أكثر من أقرانهم يسهم في بناء المجتمع، ويزيد من مشاركتهم، ويجعل تعلمهم أكثر نشاطاً. ولكن تكمن المشقة في تحديد ما إذا كان من الأفضل تطبيقه وما هي أفضل طريقة لتشكيل المجموعات ، ولأن إعداد المجموعات يمكن أن يمثل تحدياً وعقدة، نجد الكثير من المعلمين إما أنهم يتجنبون إعداد المجموعات كلياً أو أنهم يُبقون طلابهم في نفس المجموعات، تحجز الطلاب في نفس المجموعات لأسابيع أو أشهر متواصلة، حيث أن الطلاب في الأغلب لا يقومون بتغيير مجموعاتهم بناء على هدف المهمة أو دلائل نتائج الاختبارات، مما يفوت عليهم فرص التعلم من أقرانهم وتطوير علاقاتهم معهم.

كما يجذب الأطفال من جميع الأعمار كما هو الحال عند الكبار نحو من يشبههم من شاركونهم وجهات نظرهم، وتكون لديهم خبرات واهتمامات مشابهة، ويميلون لتقدير نفس الأشياء. ويعد ميلهم للبقاء مع أصدقائهم أمراً طبيعياً، بل وأحياناً يكون مفيداً. ولكن من الممكن أيضاً أن يجعل المتعلمين إما مرتاحين أو عالقين في دوامة العمل مع نفس الأقران يوماً بعد يوم. وهنا تدفعهم



المجموعات المرنة إلى الخروج من مناطق راحتهم للتفاعل مع أقران لهم من الممكن أنهم لم يختاروا التعلم منهم أو لم تتح لهم الفرصة لذلك.

حيث يقوم المعلم أو المدرب بتقسيم المهارة الحركية إلى عدة أجزاء ثم يقوم بعد ذلك بتعليم كل جزء من المهارة الحركية على حدة كذلك أختلف هذا الأسلوب في تعليم المهارة الحركية وظهرت فيه تقسيمات أخرى فرعية في كيفية تعليم المهارة , أن عملية اختيار الطريقة أو الأسلوب المناسب الذي يحقق الهدف بأقل وقت وجهد من الأمور الأساسية التي توجب على المعلم أو المدرب استخدامها لتعليم أفضل ما يتناسب ونوع المهارة والفعالية ومحيط أداءها . ويرى (فيصل رشيد العياش: 1991:53) وذلك عن لمساعدة مدربي ومعلمي السباحة في اختيار الانموذج والأسلوب التعليمي الناجح والمميز في تعليم سباحة الصدر للمبتدئين من أجل اختزال عامل الزمن في عملية التعلم .

2-1 مشكلة البحث:

" يقصد بالمشكلة في البحث العلمي ظاهرة معينة قائمة تتطلب المعالجة عن طريق التحليل والاستنتاج مع تحديد وسائل تغييرها من حيث تطويرها ومعالجتها إن كانت سلبية واثميتها وتعميقها في حالة كونها إيجابية " (وجيه محجوب: 1993: 51) .

لاحظ الباحث من خلال خبرته في مجال تعليم السباحة أن أغلب البحوث التي أجريت في مجال تعليم السباحة للمبتدئين كانت تنصب في تعليمهم السباحة الحرة قبل إي سباحة أخرى وذلك لسهولةها بالنسبة للمبتدئين ولذلك ولعمل الباحث المتواصل في مجال السباحة وجد أنه يمكن تعليم سباحة الصدر للمبتدئين أيضاً على الرغم من صعوبة سباحة الصدر مقارنة مع السباحة الحرة وسباحة الظهر كونها تحتاج الى العديد من التوافقات العصبية والعمليات العقلية والتي ليس من السهولة للاعبين مبتدئين من اداء هذا النوع من السباحة بسهولة ويسر، وللوقوف على أفضل وأسرع النماذج والاستراتيجيات الطرق والأساليب التعليمية لتعليم سباحة الصدر للمبتدئين ولتسهيل عمل مدربي ومعلمي السباحة ارتأى الباحث تعليم هذه المهارة بانموذج جيرلاش وايلي التعليمي وفق استراتيجية المجاميع المرنة .

3-1 هدف البحث:

1. التعرف على فاعلية انموذج جيرلاش وايلي وفق استراتيجية المجاميع المرنة في عملية تعليم سباحة الصدر للمبتدئين .



2. اعداد وحدات تعليمية بانموذج جيرلاش وايلي وفق استراتيجية المجاميع المرنة في عملية تعليم سباحة الصدر للمبتدئين للاعمار (8-10) سنة .

4-1 فرضا البحث:

1. وجود فروق معنوية هند مستوى دلالة (0,05) بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في تعلم سباحة الصدر للمبتدئين للاعمار (8-10) سنة

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : عينة مقدارها (20) طفلاً من الأطفال الذين سجلوا في الدورة المقامة في مسبح الشعب المغلق .

2-5-1 المجال الزماني :

للفترة من 2018/6/23 ولغاية 2018/7/16 .

3-5-1 المجال المكاني:

حوض السباحة الصغير التابع إلى مسبح الديوانية الاولمبي المخصص للأطفال في محافظة القادسية .

6 1 تحديد المصطلحات :

1. انموذج جيرلاش وايلي : يستند هذا الانموذج على فكرة ان المعلم هو مصمم التدريس ويتبنى الانموذج المنحني المنظومي للتعليم والتعلم ويشمل هذا الانموذج معظم العناصر الضرورية التي تسهم في مضامين التدريس . (سعد زاير:2014:463)

2-استراتيجية المجاميع المرنة : تستند هذه الاستراتيجية على اساس مهم وهو ان كل تلميذ في الفصل هو عنصر في مجموعات مختلفة متعددة يشكلها المعلم في ضوء اهداف التعليم والتعلم وايضا في ضوء خصائص المتعلمين ويسمح في هذه الاستراتيجية الانتقال والتجوال بين المجموعات لتيسير عملية التعلم ومتابعة جميع التلاميذ .سعد زاير، واخرون:2019:78)



الفصل الثاني

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

1-2 منهج البحث :

إن استخدام منهج البحث الملائم والمناسب لبحث المشكلة يعتمد على نوعها وطبيعتها ، لذا اعتمد الباحث التصميم التجريبي (المجموعات المتكافئة) بضوابطه العلمية لملائمته لطبيعة مشكلة البحث وأهدافه " يعد المنهج التجريبي الاقتراب الأكثر صدقا لحل العديد من المشكلات العلمية بصورة فعالة ونظرية وإسهامه في تقدم البحث العلمي في العلوم الإنسانية والاجتماعية ومن بينها علم الرياضة " (محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب : 1999 : 217) .

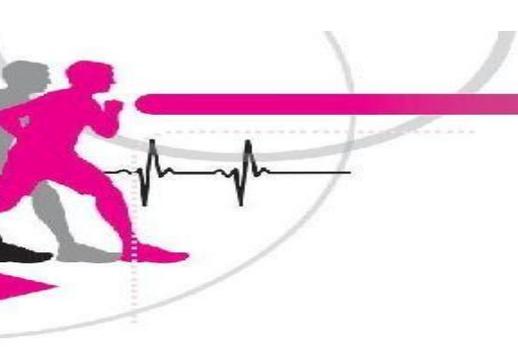
2-2 مجتمع وعينة البحث:

" إن الأهداف التي يضعها الباحث لبحثه والإجراءات التي يستعملها ستحدد طبيعة العينة التي سيختارها " (ريسان خربيط مجيد : 1987 : 41) .

لذا تم اختيار عينة البحث من الأطفال المسجلين في الدورة التي أقيمت في مسبح الشعب الدولي الاولمبي للاعمار (10-12) سنوات وبالطريقة العمدية والبالغ عددهم (20) طفلاً وهم جميع الأطفال المسجلين في الدورة ، وبالطريقة العشوائية المنتظمة قام الباحث بتقسيم عينة البحث إلى مجموعتين تكونت كل مجموعة من (8) أطفال للمجموعة التجريبية و (8) اطفال للمجموعة الضابطة وتم توزيعهم بطريقة عشوائية عن طريق القرعة ، علما إن جميع أفراد العينة من مرحلة نمو واحدة ومن البيئة نفسها فضلاً عن كونهم لم يتعلموا السباحة ولم يمارسوها سابقاً وهذا يعد من العوامل المهمة والمؤثرة في منهجية البحث العلمي ، كما تم اخذ (4) اطفال مثلو التجربة الاستطلاعية .

2- الأدوات والوسائل والأجهزة المستخدمة في البحث:

- المصادر والمراجع .
- المقابلات الشخصية .
- شريط قياس متري لقياس الطول .
- استمارة تقييم الأداء المهاري .



- صافرة .

- حصى ملون وكرات ملونة بأعداد مختلفة .

- ميزان طبي لقياس الوزن .

- لاب توب LENOVO .

4-2 التجربة الاستطلاعية:

هي " عبارة عن دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه ، بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته لضمان التجانس" (ماهر محمد عواد، عبد الرزاق الماجدي : 2019 : 220) ، ولكي يتمكن الباحث من الحصول على نتائج صحيحة . أجرى الباحث تجربته على عينة من خارج عينة البحث والتي بلغت (4) أطفال ، وتم تنفيذ التجربة الاستطلاعية قبل بداية العمل الرئيسي بثمانية أيام في الظروف نفسها وفي المكان نفسه الذي تم فيه تطبيق إجراءات البحث .

5-2 البرنامج التعليمي :

بعد الاطلاع على البرامج التعليمية الموجودة في المصادر والمراجع في السباحة والذي تم فيه التعرف على زمن الوحدة التعليمية بالإضافة إلى تقسيمات الوحدة وكذلك مدة المنهج التعليمي إذ بلغت مدة البرنامج التعليمي (4) أسابيع وبواقع (3) وحدات تعليمية وزمن الوحدة الواحدة (90) دقيقة مقسمة إلى :

➤ القسم التحضيري (15) دقيقة .

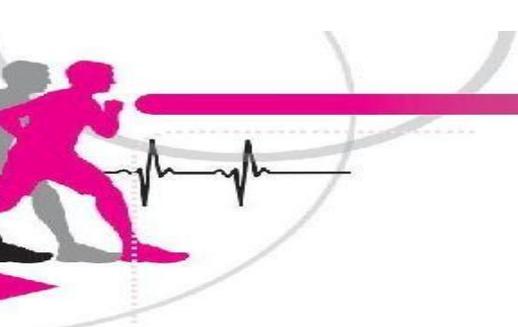
➤ القسم الرئيسي (65) دقيقة .

➤ القسم الختامي (10) دقيقة .

➤ وبذلك فقد بلغت مدة البرنامج التعليمي (12) وحدة تعليمية وبزمن كلي بلغ (1080) دقيقة ، وكان بداية العمل للبرنامج التعليمي للمجاميع بتاريخ 2018 / 7 / 1 من يوم الثلاثاء الساعة صباحا للمجموعة

وتضمن البرنامج التعليمي تعليم المجموعتين المهارات الأساسية في السباحة والتي استمرت لمدة أسبوع (الأسبوع الأول) وحدات تعليمية وأشتمل المنهج على تعلم المهارات الأساسية التالية :

1. النزول إلى حوض السباحة .
2. التعود على الماء وإزالة عامل الخوف .
3. الطفو .



4. الانزلاق .

5. القدرة على التحرك في الماء باتجاهات مختلفة .

في الأسبوع الثاني تعلم حركات الرجلين ولمدة (2) وحدات تعليمية وبعد إتقانهم لحركات الرجلين تم تعليمهم حركات الذراعين ولمدة (3) وحدات تعليمية، وتم تعليمهم عملية التنفس ولمدة (2) وحدة تعليمية وبعد ذلك تم في ربط الحركات جميعها (2) وحدة تعليمية (حركات الرجلين والذراعين والتنفس) لأداء عملية التوافق الكلي بين الحركات وبالتالي أداء مهارة سباحة الصدر بالصورة النهائية .

أما بالنسبة للمجموعة الثانية التي تعلمت بأسلوب المتبع من قبل المعلم الخاص به في إيصال المعلومات والوحدات التعليمية الخاصة بالمهارات

6-2 الاختبارات النهائية :

بعد انتهاء المنهج التعليمي للمجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية تم اختبار المجموعتين من خلال أداء مهارة سباحة الصدر وعلى حوض السباحة الأولمبي في مسبح الديوانية في يوم الجمعة المصادف 2018/8/5 يوم السبت الساعة العاشرة صباحا ، وتقييم الأداء المهاري لمهارة سباحة الصدر من خلال استمارة تقييم الأداء المهاري (جنان سلمان:1993:129) ، والتي قام بتقييمها مباشرة المقومين، إذ بلغت لضربات الرجلين (6) درجات ، وللذراعين (4) درجات ، وللتنفس (2) درجة ، والتوافق الكلي (3) درجات وبالتالي أصبحت الدرجة النهائية (15) درجة لمجموع مهارة سباحة الصدر.

7-2 الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية الجاهزة (SPSS) في استخراج البيانات احصائيا .

الفصل الثالث

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج وتحليلها ومناقشتها للاختبارات البعدية لعينة البحث من خلال جداول إحصائية والتي تبين الفروق بين المجموعتين التجريبتين الأولى والثانية لغرض معرفة أي المجموعتين أفضل في عملية تعليم سباحة الصدر للمبتدئين .

1-3 عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للأداء المهاري لسباحة الصدر للمجموعتين التجريبتين الأولى والثانية كما مبين في الجدول (1)

ت	المجاميع التجريبية	الوسط الحسابي (15) درجة	الانحراف المعياري
1	المجموعة الأولى	8,8	782,1
2	المجموعة الثانية	11,5	54,1

بين الجدول (1) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعتين التجريبتين الأولى والثانية للأداء المهاري في سباحة الصدر ، حيث بلغ الوسط الحسابي للمجموعة الأولى (6,8) بانحراف معياري (1,033)، أما المجموعة الثانية فقد بلغ الوسط الحسابي (11,4) بانحراف معياري (0,843) .

2-1-3 عرض وتحليل نتائج تقويم الأداء المهاري لاختبار مهارة سباحة الصدر للمجموعتين التجريبتين الأولى والثانية .

جدول (2) يبين قيمة (ت) المحتسبة والجدولية للمجموعتين التجريبتين الأولى

والثانية للأداء المهاري في سباحة الصدر

المجموعة الظابطة	المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحتسبة	قيمة (sig)	دلالة الفروق
	س	ع ±			
س	س	ع ±	731,6	001,0	معنوي
ع ±	12,3	154,1			

2-3 مناقشة النتائج :

1-2-3 مناقشة نتائج الأداء المهاري لسباحة الصدر:

من خلال عرض جدول (2) يتبين وجود فرق معنوي بين المجموعة التجريبية اوالمجموعة الظابطة في نتائج تقويم الأداء المهاري لسباحة الصدر ولصالح المجموعة التجريبية التي تعلمت



بانموذج جبرلاش وايلي وفق استراتيجية المجاميع المرنة، وأن اندماج المتعلمين مع الزملاء وفق المجاميع المرنة والاستفادة من خبرات الزملاء والاقربان وتغير المجاميع بشكل مستمر وتعرفهم على وملاء يمتلكون خبرات مختلفة كان له الاثر الايجابي (أسامة كامل راتب: 1999: 29) ،

كما ان تعلم المجموعة التجريبية وفق برنامج المعد كان له اثرا ايجابيا لذلك فإن المجموعة التجريبية بتعلم حركات الرجلين ومن ثم تعلم حركات الذراعين ودمج الحركتان مع بعضهما ومن ثم تعليم التنفس ودمجها معاً وذلك للتعرف على أماكن الضعف والأخطاء الأساسية أولاً بأول وتصحيحها كذلك التقييم المبكر لمستوى أداء الأطفال ففي هذه المرحلة يمكن للطفل من ملاحظة الخطأ الذي يقع فيه وتجنب الوقوع فيه والحكم على نتيجة أدائهم ، كذلك تشعر المتعلم بمدى تقدمه أو تخلفه أولاً بأول (محمود حسن : 1997 : 71) .

وبسبب تعليم هذه المجموعة بصورة متدرجة لتثبيت الأداء المهاري لديهم مما أدى إلى تمكنهم من مراقبة تقدمهم في المهارة بشكل تام وعمل التعديلات اللازمة لذلك تمتعوا بحركات أكثر دقة (قاسم لزام صبر: 2005 : 244) .

إضافة إلى ذلك فإن هذا النموذج والاستراتيجية والأسلوب الذي يتم استخدامه من قبل المعلم أثناء تعلم السباحة والذي يؤدي إلى تسهيل عملية التعلم واختصار الوقت والجهد (بسطويسي أحمد وآخرون : 1984 : 51) .

كما قام (Fernández et al. 2013) بتحديد الكفاءة الذاتية كأحد العوامل الرئيسية في التنفيذ من تعلم استراتيجيات المجاميع المرنة ، والتي تبين أن ذلك للطلاب الذين يرون أنفسهم أكثر قدرة ستيديون من كونهم أكثر استراتيجي وملتزم بتعلمهم ، مقارنة بأولئك الذين يكون ادراكهم اقل كفاءة.

4- الاستنتاجات والتوصيات :

1-4 الاستنتاجات :

وعلى وفق ما أظهرته نتائج الدراسة، وفي حدود عينة البحث والمعالجات الإحصائية لتحليل النتائج استنتج الباحث مايلي :

1. إن لانموذج جبرلاش وايلي وفق استراتيجية المجاميع المرنة تائيرا فاعلا في تفوق المجموعة التجريبية في تعليم سباحة الصدر للمبتدئين للاعمار من (8-10) سنة.



2. إن ان الوحدات التعليمية المدمج من قبل الباحث وفق نموذج جيرلاش وايلي وفق استراتيجية المجاميع المرنة كان له الدور الفاعل في تفوق المجموعة التجريبية في تعليم سباحة الصدر للمبتدئين .

2-4 التوصيات :

1. تنظيم العملية التعليمية من خلال الأسلوب العلمي ومبادئ التعلم الحركي الحديث .
2. استخدام نموذج جيرلاش وايلي وفق استراتيجية المجاميع المرنة في تعليم سباحة الصدر للمبتدئين للفئة العمرية من (5-8) سنوات بالدرجة الأساس .
3. استخدام نموذج جيرلاش وايلي وفق استراتيجية المجاميع المرنة في تعليم أنواع أخرى من السباحات .
4. القيام بدراسات مشابهة في مجال نموذج جيرلاش وايلي وفق استراتيجية المجاميع المرنة في أنواعه وعلى مختلف الفعاليات الرياضية الأخرى .
5. اهتمام باعداد وحدات التعليمية للمبتدئين بشكل خاص لما لهذه المرحلة العمرية من خصوصية.

المصادر:

- أسامة كامل راتب : تعليم السباحة , ط3 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999.
- جنان سلمان : أثر ضبط الإيقاع الحركي على سرعة اكتمال بعض أنظمة التوافق في سباحة الصدر , أطروحة دكتوراه, كلية التربية الرياضية , جامعة بغداد .
- ريسان خريبط مجيد: مناهج البحث في التربية الرياضية ، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة ، 1987.
- سعد علي زاير، وآخرون : الموسوعة التعليمية المعاصرة ، بغداد، مكتب نور الحسن للطباعة والنشر، ج2، 2014.
- فيصل رشيد عياش: المهارات الأساسية لرياضة السباحة , جامعة بغداد, كلية التربية الرياضية ، 1991 .



- قاسم لزام صبر: موضوعات في التعليم الحركي , جامعة بغداد , كلية التربية الرياضية , 2005 .
- ماهر محمد عواد ، عبد الرواق الماجدي: الوافي في البحث العلمي، بغداد ، مكتبة عدنان للطباعة والنشر، 2019.
- محمد حسين محمد عبد المنعم: تدريس السباحة في مناهج التربية الرياضية، ط1، الإسكندرية، 2009 .
- محمد عثمان :التعلم الحركي والتدريب الرياضي، الكويت , دار القلم , 1987 .
- محمود حسن وآخرون : المنهاج الشامل لمعلمي ومدربي السباحة (تعليم - تدريب - تخطيط وتنظيم . تحكيم) ، الإسكندرية ، منشأة المعارف ، 1997.
- وجيه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه ، ط2 ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988 .
- وجيه محجوب : علم الحركة (التعلم الحركي)، الجزء الأول ، مطبعة جامعة الموصل ، 1985 .
- يوسف قطامي ونايف قطامي : سيكولوجية التعلم الصفي ، عمان ، دار الشرق ، 2000 .
- -Singer , R,N: Motor Learning and Human Performance , New York :Macmillan Publishing co, Inc,1980 .
- -Fernández, E., Bernardo, A., Suárez, N., Cerezo, R., Núñez, J. C. y Rosário P. (2013). Predicción del uso de estrategias de autorregulación en educación superior. Anales de Psicología, 29(3), 878-875. doi:10.6018/analesps.29.3.139341.



ملحق (1)

استمارة تقويم الاداء

ت	رقم اللاعب	ضربات الرجلين						ضربات الذراعين						التنفس				التوافق الكلي				المجموع
		0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	0	1	2	3	
																						15 د
1	السباح 1																					
2	السباح 2																					
3	السباح 3																					
4	السباح 4																					
5	السباح 5																					
6	السباح 6																					
7	السباح 7																					
8	السباح 8																					

ملحق (2)

الوقت : 90/د

الادوات :

العدد : 8

الوحدة التعليمية : 2

الهدف : تعلم الطفو وتنظيم التنفس

الأسبوع الاول

الملاحظات	التكرار	الفعاليات الحركية	الوقت	أقسام الوحدة التعليمية
حول حوض السباحة تشكيل النسق حول حوض السباحة تشكيل النسق	4 مرات 2مرات	. هرولة . هرولة اعتيادية . سير اعتيادي . رفع وخفض الذراعين إماما، عاليا، إماما، أسفل سير على الكعبين . سير على الأمشاط . هرولة مع القفز للأعلى . سير اعتيادي	15 د 4د 6د	أولاً: القسم التحضيري (الإعدادي) أ. الحضور ب. الإحماء
- يقوم المدرس بشرح عملية الطوفان والقرفصاء والشهيق والزفير في الماء وإعادة ذلك من قبل النموذج تشكيل دائري (الوقوف . الذراعان جانبا) تشكيل دائري (أخذ الشهيق وثني الركبتين مع طرد الزفير داخل الماء أثناء نزول الجسم بشكل عمودي) (يكون مد الذراعين والرجلين بوقت واحد)	3مرات 4مرات 5مرات 4مرات 3مرات	. تعليم الطوفان ، القرفصاء ، تنظيم التنفس تعليم كتم النفس ، الزفير داخل الماء - تعليم عملية طرد الزفير داخل الماء من الوضع العمودي . تطبيق عملية طوفان القرفصاء . تطبيق الطوفان الممتد - تطبيق الطوفان الثابت الممتد بمد الذراعين والرجلين معا.	65/د 20 د 34 د	ثانيا : القسم الرئيسي أ. النشاط التعليمي ب- النشاط التطبيقي
اخذ دوش بالماء		. العاب صغيرة (البحث عن العملة النقدية) . تمارين استرخاء	10 د	ثالثا : القسم الختامي