

## اقتراح برنامج تدريبي باستعمال الوسائل البيداغوجية التعليمية لتنمية المهارات الأساسية للسباحة على البطن لدى الناشئين

د. يعقوبي فاتح

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة المسيلة

### ملخص البحث

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير الوسائل البيداغوجية التعليمية في تنمية المهارات الأساسية للسباحة حيث أخذنا سباحة الزحف على البطن كنموذج حيث جاءت تساؤلات البحث على النحو التالي

- هل توفر الوسائل البيداغوجية وحسن استعمالها يؤثر إيجابا على تعلم المهارات الأساسية في سباحة الزحف على البطن (الحرّة)؟ اشتملت عينة البحث على 20 سباح وسباحة تم اختيارهم بصورة عمدية ممن تتراوح أعمارهم ما بين (12-14 سنة) اقتصر البحث على سباحي المسبح النصف أولمبي بمدينة المسيلة دون غيرهم طبق البرنامج التعليمي لمدة أربعة أسابيع. تم استخدام المنهج التجريبي. من أهم التوصيات التي يوصي بها الباحث

- تسطير برنامج سنوي خاص بتعليم المهارات الأساسية في السباحة، يأخذ بعين الاعتبار خصائص ومميزات السباح في هذه المرحلة .
- يجب تنمية أهم المهارات الأساسية خلال هذه الفترة لأن السباح في هذا السن تكون لديه القابلية والفهم السريع.
- إدراج الوسائل البيداغوجية التعليمية كأداة جد هامة لإنجاز الحصة التدريبية .
- يجب الالتزام بمبدأ التنوع والتغيير في طرق التدريب والتجديد والابتكار المستمر في طريقة إعداد مواد التدريب لأن الوسط المائي يختلف اختلافا كبيرا من التدريب على الأرض.
- ضرورة الاهتمام بفئة الناشئين من خلال تحسين ظروف ووسائل تكوينها ( توفير أحواض السباحة للتدريب ، الوسائل الضرورية ).

### مقدمة :

السباحة من الفعاليات الرياضية المهمة التي يمكن لكلا الجنسين ممارستها لكل مراحل العمر، كما أن تعلمها لا يتأثر بمراحل النمو الزمني والبدني والعضلي، فهي رياضة شمولية، ولعل قليلين هم الذين يدركون ما للسباحة من فوائد متعددة. فما يزال كثيرون يعتقدون أن السباحة هي حكر على الذين يتقنون فيها، ومن هنا يحجمون عن الإقدام عليها لفقدان الثقة بالنفس أولا، وافقدهم للشجاعة الكافية، لذا من الضروري للإنسان أن يتعلم حركات السباحة حتى يجعل الماء مكانا طبيعيا يستمتع بفوائده الصحية والترفيهية ويحافظ على صيانة وحياة الآخرين في ما لو احتاج الأمر إلى ذلك.

وقد شهدت السنوات الأخيرة اهتماما واسعا في مجال البحث العلمي لهذا النوع من الرياضة وقد ظهر ذلك في زيادة عدد البحوث فضلا عن الكتب العلمية المتخصصة التي تسعى إلى الاستفادة من نتائج الدراسات والبحوث العلمية وتتوج هذه الاستفادة في مجال التطبيق العلمي للتدريب والتعليم. ويفضل أن تُعلم السباحة في أعمار مبكرة لاختلافها عن الألعاب الأخرى لأنها تستخدم الوسط المائي وسيلة للتحرك خلاله وذلك عن طريق التوافق بين حركات الذراعين والرجلين لغرض الارتقاء بكفاءة الإنسان. وأفضل أنواع السباحة هي تلك التي يمكن تعليمها للمبتدئين هي السباحة الحرة للأطفال في المرحلة العمرية من (6-8) سنوات يتجه تطورهم الحركي إلى الهدف والاقتصادية وتحسين نوع الحركة وسهولة التغيير في اتجاه الحركة والسيطرة على الاستجابات الحركية. إن البحث في عملية التعلم وبناء الإنسان وشخصيته المتكاملة يذهب بنا إلى معرفة الأساليب المختلفة التي يتم إتباعها في عملية التعليم والتطور الذي حدث لها وفهم طبيعتها والتعمق في دراسة مستلزماتها وأقسامها. فللسباحة الحرة عدة طرق وأساليب لتعليمها وذلك من خلال البحوث والدراسات التي أجريت في هذا المجال ومن بينها دراسة (محمد عبد الرحمن) الذي استخدم فيها تعليم المهارات الأساسية في السباحة الحرة للأطفال وللأعمار 6-8 سنوات. وكذلك تطرق الكثير من الباحثين والتربويين والمختصين للطريقة المستخدمة في تعليم السباحة الحرة للأطفال ومنهم (أبو العلا أحمد عبد الفتاح) فاستخدموا الطريقة (الكلية والجزئية والمختلطة) ولكنهم لم يتطرقوا إلى الأساليب التي من خلالها يمكن تنظيم خبرات المتعلم في التوصل إلى العملية التعليمية الأكثر ملائمة والأسرع تعليما. حيث قام الباحث في بحثه هذا إلى تعليم المبتدئين السباحة الحرة بعدة أساليب وهي :

- أ - أسلوب تعليم حركات الذراعين قبل حركات الرجلين .
- ب- أسلوب تعليم حركات الرجلين قبل حركات الذراعين.
- ج- أسلوب تعليم حركات الرجلين والذراعين معا .

وتعتبر الوسائل البيداغوجية من الوسائل المهمة التي تساعد الطفل وحتى المبتدئ في تعلم المبادئ الأولية للسباحة خاصة وأن الدولة الجزائرية تولي اهتماما كبيرا لفئة الأطفال حيث تحاول توفير مسبح في كل بلدية وهذا من خلال ما تبين من مشروعات سواء في الخماسي الأول أو الثاني لمشروعات وزارة الشباب والرياضة بالرغم من ذلك نجد نقصا كبيرا في الإطارات التي يمكن أن تستعمل هذه الوسائل والمعدات البيداغوجية استعمالا سليما، وفي بعض الأحيان نجدهم يجهلون موضعها في جسم الرياضي.

ولهذا تمحور بحثنا حول تسطير اقتراح برنامج تدريبي لتنمية المهارات الأساسية للسباحة على البطن لدى الناشئين وتكمن أهمية البحث في التعرف على أفضل الأساليب التعليمية الثلاثة المختلفة عن طريق استخدام الوسائل والأدوات المساعدة في تعليم السباحة الحرة وبالتالي مساعدة معلمي السباحة في اختيار الأسلوب التعليمي الأفضل لتعليم السباحة الحرة للمبتدئين لاختصار عامل الزمن في عملية التعليم

**1- الإشكالية:**

تعتبر السباحة إحدى أنواع الرياضات المائية التي تستغل الوسط المائي كوسيلة للتحرك خلاله عن طريق كل من حركات الذراعين والرجلين والجدع ، بغرض الارتقاء بكفاءة الإنسان ليس فقط من الناحية البدنية والمهارية، ولكن أيضا من الناحية النفسية والاجتماعية والعقلية، كما أن رياضة السباحة تحتل مكانة بارزة في الدورات الأولمبية والبطولات العالمية باعتبارها أنها السبيل للحصول على عدد كبير من الميداليات. وبالرغم من تلك المميزات القيمة التي تختص بها رياضة السباحة، إلا أنها ما زالت تعاني قصورا واضحا في مجتمعنا الجزائري والعربي، من حيث النتائج المتحصل عليه.

وتعتبر الوسائل والأدوات التعليمية من العوامل التربوية الهامة التي تساعد على استشارة ميول المتعلمين، كما تساعد على تحسين الأداء بما تحققة من القدرة على التركيز و التوافق الإيقاعي السليم لحركات الرجلين والذراعين والرأس خلال عملية التعلم، وأداء الحركات التي تتميز بالصعوبة مع اكتساب ثقة بالماء مما يزيد من فعالية الدروس العملية للسباحة، وكذلك استخدامها بالكيفية التي تتيح تسجيل أزمنا وتوقيتات الحركات المختلفة لأجزاء الجسم المتعددة في اتجاهاتها الصحيحة. وعلى الرغم من أهمية استخدام الوسائل والأدوات التعليمية أثناء تعليم السباحة، إلا أن القائمين على تعليم السباحة بمدارس السباحة للمبتدئين لا يستخدمون الوسائل والأدوات التعليمية بالأسلوب الأمثل . أما من ناحية النتائج الفنية باستثناء بطلين أو ثلاثة على المستوى الإفريقي والعربي فان الجزائر تفتقر لنتائج حقيقية تعكس سمعتها الرياضية كدولة حديثة في التكوين والتدريب. وعلى هذا الأساس يمكن طرح التساؤل التالي:

• هل توفر الوسائل البيداغوجية وحسن استعمالها يؤثر إيجابا على تعلم المهارات الأساسية في سباحة الزحف على البطن (الحرّة) ؟  
ومنه التساؤلات الجزئية التالية:

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والاختبار البعدي باستعمال الوسائل البيداغوجية في تنمية عمل الذراعين مع التنفس؟  
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والاختبار البعدي باستعمال الوسائل البيداغوجية في تنمية حركة الرجلين مع التنفس؟  
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والاختبار البعدي باستعمال الوسائل البيداغوجية في تنمية التنسيق بين عمل الذراعين وحركة الرجلين مع التنفس؟

**2- فرضيات الدراسة:****1-2- الفرضية العامة:**

- حسن استعمال الوسائل البيداغوجية في السباحة يؤثر على تنميته المهارات الأساسية في سباحة الزحف على البطن.

**2-2- الفرضيات الجزئية:**

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والاختبار البعدي باستعمال الوسائل البيداغوجية في تنمية عمل الذراعين مع التنفس.  
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والاختبار البعدي باستعمال الوسائل البيداغوجية في تنمية حركة الرجلين مع التنفس.  
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والاختبار البعدي باستعمال الوسائل البيداغوجية في تنمية التنسيق بين عمل الذراعين وحركة الرجلين مع التنفس.

**3- أهمية الدراسة:**

نهدف من خلال هذا البحث إلى :

- إبراز أهمية استعمال الوسائل البيداغوجية في تعلم المهارات الأساسية في السباحة  
- إبراز دور الوسائل البيداغوجية في تعلم المهارات الأساسية اللازمة والتي تقيده في المستقبل.  
- تفعيل دور المدرب في تعليم المهارات الأساسية في السباحة لدى الأطفال المبتدئين  
- لفت انتباه المربين و المشرفين على أحواض السباحة إلى إعطاء الأهمية والعناية اللازمة لهذه الفئة لتحقيق نمو متزن من جميع النواحي النفسية والاجتماعية، والعقلية ، والانفعالية ، والحركية ، والثقافية.  
- معرفة واقع استعمال الوسائل البيداغوجية داخل أحواض السباحة.

**4- أهداف الدراسة:**

نهدف من خلال بحثنا إلى دراسة وتبسيط الضوء على مشكلة يعاني منها السباح الناشئ و المتمثلة في ضعف النتائج في هذه السن وهذا راجع إلى عدم استعمال الوسائل البيداغوجية للرفع من مستوى الأداء المهاري للسباح الصغير فمن خلال بحثنا هذا نحاول إيجاد وإظهار دور الوسائل البيداغوجية في الرفع من مستوى الأداء والنتيجة لدى الناشئين في هذه المرحلة التي يجب فيها إتقان المهارات الأساسية في السباحة.

**5- أسباب اختيار الموضوع:**

من الأسباب التي دفعتنا إلى اختيار هذا الموضوع ومن خلال خبرتنا الميدانية نذكر منها ما يلي:

- ضعف مستوى الناشئين من خلال النتائج المتحصل عليها.  
- الرغبة في التعرف على أسباب ضعف مستوى أداء المهارات الأساسية لدى الناشئين.  
- قابلية الإشكالية للدراسة النظرية والميدانية.  
- قلة الدراسات السابقة حول هذا الموضوع.

**6- تحديد المفاهيم والمصطلحات:**

الوسائل البيداغوجية:

هي وسيلة مادية لتقويم أداء الفرد المهارى الذي يؤدي إلى بناء وتطوير التصور الحركي وتحسين مواصفات الأداء، وذلك بدفع عملية التعليم وتخفيض الفترة الزمنية، وتحسين المستوى الرقمي، تنتهي بسرعة التعلم.

كما يقصد بها اختيار وتحديد طرق وقنوات توصيل المادة التعليمية المبرمجة - محتوى المنهج - إلى المستقبل. وفي مجلة "المعلم الجديد" تعتبر "الوسائل التعليمية هي مختلف المواد والأجهزة والتطبيقات التي تستخدم في التعليم من أجل تطويره، ورفع كفاءته، بما يساعد المتعلم على حسن اكتساب الخبرة وبسرعة وسهولة، وبما يسهل عمل المعلم في هذا المجال".

مفهوم المرافقة :

المرافقة لغة :

جاء على لسان العرب لابن منظور ، راهق الغلام أي بلغ مبلغ الرجال فهو مراهق ، وراهق الغلام ، فهو مراهق إذا قارب الاحتلام ، والمراهق الغلام الذي قارب الحلم ، وجارية مراهقة ، ويقال جارية راهقة وغلام راهق وذلك ابن العشر إلى إحدى عشر .

أما في اللغة اللاتينية :

مراهقة مشتقة من الفعل اللاتيني فكلمة Adolescere بمعنى يكبر ، أي ينمو على تمام النضج وغلى أن يبلغ مبلغ سن الرشد .

قال ابن فارس : الرء والهاء والقاف أصلان متقاربان ، فأحدهما : غشيان الشيء بالشيء الأخير ، العجلة والتأخير ، فأما الأول فقولهم زهقه الأمر : غشيه ..

قال الله تعالى : ﴿ولا يرهق وجوههم فتر ولا ذلة﴾ الآية (26) سورة يونس . والمراهق : الغلام الذي داني الحلم ... وأرهق القوم الصلاة ، أحردها حتى يدنو وقت صلاة الأخرى .

والرهق : العجلة والظلم .

قال الله تعالى : ﴿ فلا يخاف بخسا ولا رهقا ﴾ الآية (13) سورة الجن .

والرهق عجلة في الكذب والعيب .

والأصلان اللذان تدور حولهما ، هذه المعاني هما صلة بهذا المصطلح وذكر في لسان العرب معاني عدة للرهق منهما : الكذب ، والخفة والحدة والصفة والتهمة ، وغشيان المحارم وما لا خير فيه ، والعجلة والهلاك ، ومعظم هذه المعاني موجودة لدى المراهق

المهارة:

لغة: لها مفرداتها وقواعدها وبلاغتها ، مفردات المهارة هي خصائصها وأسايلها ، وقواعدها هي طرق ممارستها ومتى وكيف وأين ، وبلاغتها في كيفية الوصول لأرقى ممارسة وأكثر تمكن لتلك المهارة.

-اصطلاحا: هي القدرة على تنفيذ أمر بدرجة إتقان مقبولة، وتجديد درجة الإتقان المقبولة للمستوى التعليمي للمتعلم.

-إجرائيا: هو الأداء الذي يتميز بإنجاز كبير من العمل مع بذل مقدار بسيط من الجهد.

السباحة:

السباحة هي إحدى الرياضات المائية التي تختلف أهدافها بين إنقاذ النفس من الغرق أو الممارسة من أجل المتعة أو من أجل المنافسة أو العلاج، وفي كل الحالات فإن الشخص يستعمل حركة أطراف الجسم أو الجسم بالكامل للانتقال خلال سطح الماء بحركات إما أن تكون متعاقبة أو متماثلة.

**7- الدراسات السابقة والمرتبطة:**

إن الدراسات السابقة والمشابهة من أهم المحاور التي يجب على الباحث أن يستفيد منها حيث تكمن أهميتها في معرفة الأبعاد المختلفة التي تحيط بالمشكلة مع الاستفادة المباشرة في التوجيه وضبط المتغيرات ومناقشة نتائج البحث لذا

ارتأيت أن نعرض بعض الدراسات التي تحصلنا عليها -في حدود مقدرتنا- ويمكن تلخيص نتائجها كما يلي

\*الدراسة الأولى: بعنوان: " أثر برنامج تعليمي مقترح في تطوير صفة التأقلم مع الماء للمبتدئين" (2010/2009). من إعداد: قحطار راشدي يهدف البحث إلى :

-معرفة مدى تأثير البرنامج التعليمي المقترح في تطوير صفة التأقلم مع الماء للمبتدئين في السباحة حيث كانت الإشكالية على الشكل التالي : ما اثر البرنامج التعليمي المقترح على تطوير صفة التأقلم مع الماء للمبتدئين في السباحة استعمل الباحث المنهج التجريبي خلصت النتائج إلى

أن البرنامج التدريبي المقترح كان له أثر إيجابي على تعلم صفة التأقلم مع الماء في السباحة.

\*الدراسة الثانية: بعنوان: "أثر برنامج تعليمي مقترح على تحسين مستوى الأداء المهاري لسباحة الزحف على البطن للمبتدئين 9-12" (2010/2009). من إعداد الطلبة: عيطو عبد الحميد وآخرون

يهدف البحث إلى: دراسة وتبسيط الضوء على فئة المبتدئين (9-12) ، وهذا من خلال إبراز اللياقة البدنية والمهارية للفئة العمرية (9-12) للمبتدئين في سباحة الزحف على البطن، ومحاولة وضع برنامج تعليمي للمبتدئين في سباحة الزحف على البطن للفئة العمرية (9-12) كما يهدف إلى التعرف على أثر البرنامج التعليمي على مستوى أداء سباحة الزحف على البطن للمبتدئين.

\*الدراسة الثالثة: بعنوان: "فعالية برنامج تعليمي ترويجي للمهارات الأساسية للسباحة لعلاج إجهام الأطفال عن التعلم من (9-6 سنوات

قسم المناهج وطرق التدريس للتربية الرياضية بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية 2001. من إعداد: د شيماء حسن طه الليثي، د فاطمة فوزي عبد الرحمان السيد يهدف البحث إلى: تصميم برنامج تعليمي ترويجي للمهارات الأساسية للسباحة وذلك في ضوء تحديد وتشخيص درجة إجهام الأطفال على الممارسة ودراسة فعاليته في علاج الإجهام لبعض

الأطفال من 6-9 سنوات وأيضاً تعليم وتحسين المستوى الأداء المهارى للمهارات الأساسية للسباحة ولتحقيق هذا الهدف استخدمت الباحثان المنهج التجريبي وتم إعداد أدوات البحث وهي: استبيان تحديد أسباب إجهام الأطفال من 6-9 سنوات عن تعلم المهارات الأساسية للسباحة بطاقة ملاحظة مقننة لتقييم مستوى أداء المهارات الأساسية للسباحة للأطفال من 6-9 سنوات وتمت جميع القياسات على عينة من الأطفال المحجمن عن التعلم في النادي الصيفي بكلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية حيث بلغت (35 طفل، 20 طفلة) وقد أسفرت نتائج الدراسة إلى أن: تشخيص وتحديد أسباب الإجهام لدى بعض الأطفال من 6-9 سنوات أدى إلى علاجها من خلال البرنامج التعليمي الترويحي كما أشارت النتائج إلى أن خلق البيئة الصحية التي تسودها المودة والحب والألفة بين المعلم والطفل تساعد على سرعة التعلم. لذا توصي الباحثان بإعداد برنامج ترويحي تعليمي للأنشطة الرياضية المختلفة والتي تظهر فيها إجهام الأطفال عن الممارسة.

#### - الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولية التي تساعد الباحث في إلقاء نظرة إستشرافية من أجل الإلمام بجوانب دراسته الميدانية ، وبما أننا بصدد إجراء دراسة ميدانية ،لابد من إجراء دراسة استطلاعية كانت بدايتها بتوجه الباحث إلى بعض أحواض السباحة لبعض المدن الجزائرية (سطيف، المسيلة، العلمة)، للوقوف على واقع النشاط التعليمي بهذه المسابح من حيث الوسائل والأجهزة والمعدات والبرامج ومن جهة ثانية معرفة مدى اهتمام القائمين على هذه الأحواض لهذا النوع من الرياضة، حيث قام الباحث بمقابلة بعض المدربين من أجل معرفة آرائهم واقتراحاتهم ووجهات نظرهم حول مجموعة من النقاط الأساسية التي لها صلة وثيقة بموضوع الدراسة وكانت عبارة عن أسئلة مفتوحة تتمحور أساساً حول دور وأهمية الوسائل البيداغوجية في تنمية المهارات الأساسية لدى الناشئين في السباحة، وكان ذلك في الفترة الممتدة من بداية شهر ديسمبر 2012 إلى غاية 26 من الشهر نفسه.

#### 1-1- مجالات الدراسة

##### المجال المكاني :

اقتصر البحث على سباحي المسبح النصف أولمبي بمدينة المسيلة دون غيرهم ، ولكون الباحث من سكان هذه المدينة وما تتيح له من سهولة في تطبيق بحثه . تم إجراء الاختبار لهذا البحث في مسبح "عمرون البشير" بالمسيلة.

##### المجال الزمني

- تم تقنين اختبار الدراسة الاستطلاعية ما بين 05 ديسمبر 2012 و 26 ديسمبر 2012.
- الإختبار القبلي لكلي العينتين كان في بداية شهر فيفري 2012.
- الإختبار البعدي لكلي العينتين كان في نهاية شهر مارس 2012.
- طبق البرنامج التعليمي لمدة أربعة أسابيع.

#### 1-4- عينة البحث وكيفية اختيارها:

ينظر إلى العينة على أنها جزء من كل أو بعض من جميع وتتلخص فكرة دراسة العينات في أنه إذا كان هدفنا الوصول إلى التعميمات حول ظاهرة معينة فإننا بالطبع لابد لنا من دراسة بعض الحالات ، لا تقتصر على حالة واحدة فإذا كان عدد الحالات التي يشملها الكل الذي ينتمي إليه أو يتضمنها الجميع الذي يحتويها كبيرا أصبح من الصعوبة الإمكان دراسة جميع هذه الحالات ، ولهذا يلجأ الباحث إلى اختيار عدد محدود من هذا الكل يكون موضع الدراسة والبحث ويسمى هذا الجزء المختار عينة البحث.

بههدف تحديد مجتمع البحث قصدنا مباشرة المسبح النصف أولمبي "عمرون البشير" بالمسيلة، إذ تكون مجتمع البحث من سباحي مدرسة سونلغاز ومدرسة المركب الرياضي بالمسيلة والبالغ عددهم 172 سباح وسباحة للموسم الرياضي 2010/2011 وقد اختار الباحث المسبح النصف أولمبي بالمسيلة بصورة عمدية كعينة تجريبية وضابطة، وذلك لتوفر الإمكانات المادية، فضلا عن تعاون الإدارة والهيئة التعليمية في تطبيق الاختبار.

شملت عينة البحث على 20 سباح وسباحة تم اختيارهم بصورة عمدية ممن تتراوح أعمارهم ما بين (12-14 سنة) أخذت منهم 10 سباحين منهم 04 سباحات كعينة تجريبية من المجموع الكلي للسباحين كما شملت العينة الضابطة على 10 سباح منهم 04 سباحات. لم يأخذ الباحث الفروق الفردية في الحسيان نظرا لطبيعة النتائج المراد الوصول إليها. اختار الباحث هذه الفئة من السباحين ذلك كون السباح في هذه المرحلة العمرية يستجيب وبكل سهولة للاختبار المطبق .

#### 2- المنهج المستخدم:

يعتبر المنهج المستخدم في البحث العمود الفقري لكل دراسة ولا سيما في الميادين الاجتماعية والنفسية والتربوية، فهو يكسب البحث طابعه العلمي والباحث الفطن هو الذي يعرف كيف يختار المنهج المناسب بموضوعه لأن نتائج وصحة بحثه تقوم أساسا على نوعية المنهج المستعمل، وهذا ما ذهب إليه محمد تركي بقوله: "إن صحة وسلامة الطريقة المستخدمة في الوصول إلى الحقيقة العلمية هي التي تضيء على البحث أو الدراسة الطابع الجدي كما تؤثر أيضا في محتوى ونتائج البحث. ويعرف المنهج التجريبي على أنه: "إجراء يقوم به الباحث لضبط وتحديد شروط التجريب على أن يتحكم في بعض المتغيرات ويقوم بالتجريب على بعض المتغيرات الأخرى لكي يتبين من تأثير المتغيرات المستقلة على المتغيرات التابعة". إن طبيعة الموضوع هي التي تفرض على الباحث اختيار المنهج المناسب لبحثه. وبطبيعة الحال فقد اعتمدنا على المنهج التجريبي في دراستنا، لأنه الأكثر ملاءمة للموضوع، كونه يهدف إلى إجراء اختبارات قبلية وبعديّة من أجل قياس مدى تأثير الوسائل البيداغوجية والتعليمية في تنمية المهارات الأساسية لدى السباحين الناشئين.

#### 2-1- أدوات الدراسة:

##### أدوات الجانب النظري:

اعتمدنا على المواد التي لها علاقة مع البحث المتطرق إليه مثل كتب ووثائق ومنشورات بالإضافة إلى التحليل النظري للمواضيع إلى جانب الدراسات السابقة والمثابرة.

**أدوات الجانب التطبيقي:** تم الاعتماد في هذا الجانب على طريقة الاختبارات كونها من أحسن الطرق استعمالاً في المجال الرياضي، بغية الوصول إلى نتائج دقيقة.

#### - تعريف الاختبارات:

- حيث عرفها: "رجاء وحيد دويدري" بأنها: "مجموعة المثيرات (أسئلة شفوية أو مكتوبة أو رسوم) توضع لتقيس سلوكاً معيناً بطريقة كمية"

- كما يعرفها "د.رشيد زرواتي" بأنها: "الأداة العلمية التي يمكن بها تقدير الظواهر النفسية والتربوية تقديراً كمياً يتصف بالتحديد والدقة، وبالتالي المقدرة على فهم وتفسير الظاهرة"

واعتمدنا في هذا الجانب على اختبارات خاصة بالأداء المهاري في السباحة (الزحف على البطن)، وهي كالتالي:

#### ■ وصف الاختبارات:

-عمل الذراعين مع التنفس: البداية داخل الماء: الدفع مع الحائط، الانتقال بعمل الذراعين فقط دون الرجلين مع التنفس لعدة فترات مختلفة ولمسافة 25 متر، وأخذ التوقيت عند الوصول، وهذا بالاعتماد على الوسيلة البيداغوجية (عوامات الشد الطافية) بين الرجلين.

-حركة الرجلين مع التنفس:

-داخل الماء: اليدين ممدودتين إلى الأمام، القيام بالدفع ثم ضربات الرجلين المختلفة مع التنفس في كل مرة لمسافة 25 متر، وأخذ التوقيت عند الوصول.

- التوافق المهاري:

الانطلاق يكون من فوق المنصة، ويقوم السباح بالسباحة الكاملة (سباحة الزحف على البطن) حتى الوصول لمسافة 25 متر. وأخذ التوقيت عند الوصول.

#### -2-3 الشروط العلمية للأداة (الصدق والثبات والموضوعية):

المعاملات العلمية لبطاقة تقييم مستوى أداء المهارات الأساسية في السباحة (الزحف على البطن).

#### ■ الصدق:

إن صدق الأداة المستخدمة في الدراسة مهما اختلف أسلوب القياس فيها، فهي تعني قدرته على قياس ما أعدت لقياسه فقط، حيث يتم هذا النوع من الصدق على أساس ملاحظة القياس ومحتوياته، وباستخدام طريقة استطلاع آراء المحكمين تم عرض الصورة الأولية لبطاقة التقييم على عدد من المحكمين (أساتذة ومدربين) لإبداء الرأي حول ما يلي:

-الدقة العلمية لشروط الأداء الصحيح لكل اختبار.

-مناسبة الاختبارات لمستوى السباحين.

-وضوح أسلوب تقدير احتساب الدرجة لكل اختبار.

-إبداء أي ملاحظات أو مقدمات.

وفي ضوء آراء المحكمين وتحليلها اتضح ما يلي:

- وافق كل المحكمين على مناسبة الاختبارات للسباحين الناشئين.

- وافق كل الأساتذة والمدربين على وضوح أسلوب تقدير احتساب الدرجة.

- وافق الكل على سلم التقييم الخاص بالذكور والإناث.

#### الثبات والموضوعية:

**1- معامل الثبات:** قام الباحث بإيجاد معامل الثبات لإختبار باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه، حيث تم إجراء تطبيق الاختبار المستخدم على عينة من السباحين، ثم أعيد تطبيقها على نفس العينة بفارق زمني أسبوعين بنفس اللجنة المحكمة وتحت نفس الظروف التي أجريت فيها التجربة الأولى في الفترة من 05 ديسمبر 2012 إلى 26 ديسمبر 2012. على 10 تلاميذ من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية (العينة الاستطلاعية) وبعد خمسة أيام تم إعادة التطبيق بنفس شروط الإجراء الأول

الجدول رقم 01:

يمثل حساب معامل الثبات للاختبارات المهارية ن=10

الاختبارات المهارية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
إختبار عمل الذراعين مع التنفس	21.27	1.98	0.81	دال
	21.60	1.80		
إختبار حركة الرجلين مع التنفس	1.27	1.03	0.70	دال
	1.66	0.81		
إختبار التوافق المهاري	2.80	1.27	0.79	دال
	3.33	1.34		
المجموع الكلي	25.34	4.28	0.80	دال
	26.59	3.95		

قيمة ت المحسوبة عند مستوى معنوية 0.05 = 0.51

يتضح من الجدول رقم 01 أن جميع قيم معاملات الارتباط المحسوبة للمتغيرات قيد البحث أكبر قيمة من القيمة المحدولة والتي تساوي 0.51 وبذلك نستطيع القول بأن قيم الاختبار قيد البحث ثابتة مما يدل على ثبات الاختبار ككل

### 2-5 معامل الصدق:

قام الباحث بإيجاد معامل الصدق لإختبار باستخدام الصدق الذاتي والذي يساوي الجذر التربيعي لمعامل الثبات  
الجدول رقم 02:

يمثل حساب معامل الصدق لإختبارات:

الاختبار	معامل الارتباط	الصدق الذاتي
إختبار عمل الذراعين مع التنفس	0.81	0.90
إختبار حركة الرجلين مع التنفس	0.70	0.83
إختبار التوافق المهاري	0.79	0.88
المجموع	0.80	0.89

يتضح من خلال الجدول 02 ارتفاع معامل صدق الاختبار مما يشير إلى صلاحية تطبيقه

### 3- إجراءات التطبيق الميداني:

تم تطبيق البرنامج في الدراسة الحالية بصورة جماعية بالنسبة لأفراد العينة التجريبية والضابطة تحت الإشراف التام للباحثين، وهذا خلال شهر مارس 2011 داخل المسبح، وتم العمل بالعينتين (التجريبية والشاهدة) في نفس الوقت حيث اتفق الباحثين على أن يخصصوا حصتين في الأسبوع يومي الإثنين والأربعاء، حيث كان زمن كل حصة 2 ساعة.

#### ■ الدراسة الإحصائية:

بما أن هذا البحث يعتمد على المنهج التجريبي وجب علينا اختيار الإختبار الأنسب وهو (T) ستودنت.

لدراسة الفروق بين الإختبار القبلي والإختبار البعدي لكل العينتين استخدمنا (T) ستودنت.

ويمكن أجل ذلك يستعمل القانون التالي: ستودنت، المتوسط الحسابي

- عرض وتحليل نتائج الدراسة:

- عرض نتائج الفروق الإحصائية ومستويات الدلالة لنتائج إختبار عمل الذراعين مع التنفس للمجموعة الشاهدة .

الجدول رقم (01) يبين المعالم الإحصائية للقياسين القبلي والبعدي لإختبار عمل الذراعين مع التنفس

الدلالة	مستوى الدلالة	"T" الجدولية	"T" المحسوبة	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دال	0.05	1.83	1.61	9	0.70	1.5	الإختبار القبلي
					0.66	2	الإختبار البعدي

- مناقشة وتحليل النتائج: بما أن المتوسط الحسابي للإختبار البعدي أكبر من المتوسط الحسابي للإختبار القبلي لعمل الذراعين مع التنفس، فإن إختبار "T" المحسوبة أقل من "T" الجدولية فإنه لا توجد فروق دالة إحصائية عند درجة الدلالة  $\alpha = 0.05$

- عرض نتائج الفروق الإحصائية ومستويات الدلالة لنتائج إختبار عمل الرجلين مع التنفس للمجموعة التجريبية

الجدول رقم (02): يبين المعالم الإحصائية للقياسين القبلي والبعدي لإختبار عمل الرجلين مع التنفس

الدلالة	مستوى الدلالة	"T" الجدولية	"T" المحسوبة	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دال	0.05	1.83	5.65	9	0.48	1.3	الإختبار القبلي
					0.51	2.6	الإختبار البعدي

- مناقشة وتحليل النتائج:

بما أن المتوسط الحسابي للإختبار البعدي أكبر من المتوسط الحسابي للإختبار القبلي لعمل الرجلين مع التنفس، وكذلك إختبار "T" المحسوبة أكبر من "T" الجدولية فإن هناك فرق دال إحصائياً لصالح الإختبار البعدي عند درجة الدلالة  $\alpha = 0.05$  ومنه فإن الوسائل البيداغوجية التعليمية قد أثرت إيجاباً على السباحين الناشئين في تنمية المهارات الأساسية في سباحة الزحف على البطن.

- عرض نتائج الفروق الإحصائية ومستويات الدلالة لنتائج إختبار حركة الرجلين مع التنفس للمجموعة الشاهدة .

الجدول رقم (03) يبين المعالم الإحصائية للقياسين القبلي والبعدي لإختبار حركة الرجلين مع التنفس.

الدلالة	مستوى الدلالة	"T" الجدولية	"T" المحسوبة	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دال	0.05	1.83	0.96	9	0.67	1.3	الإختبار القبلي
					0.69	1.6	الإختبار البعدي

- مناقشة وتحليل النتائج: بما أن المتوسط الحسابي للإختبار البعدي أكبر من المتوسط الحسابي للإختبار القبلي لحركة الرجلين مع التنفس، فإن إختبار "T" المحسوبة أقل من "T" الجدولية فإنه لا توجد فروق دالة إحصائية عند درجة الدلالة  $\alpha = 0.05$

- عرض نتائج الفروق الإحصائية ومستويات الدلالة لنتائج إختبار حركة الرجلين مع التنفس للمجموعة التجريبية .  
الجدول رقم (04) يبين المعالم الإحصائية للقياسين القبلي والبعدي لإختبار حركة الرجلين مع التنفس.

الدلالة	مستوى الدلالة	"T" الجدولية	"T" المحسوبة	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دال	0.05	1.83	5.83	9	0.67	1.3	الإختبار القبلي
					0.48	2.7	الإختبار البعدي

- مناقشة وتحليل النتائج:

بما أن المتوسط الحسابي للإختبار البعدي أكبر من المتوسط الحسابي للإختبار القبلي لحركة الرجلين مع التنفس، وكذلك إختبار "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية فإن هناك فرق دال إحصائياً لصالح الإختبار البعدي عند درجة الدلالة  $\alpha = 0.05$  ومنه فإن الوسائل البيداغوجية التعليمية قد أثرت إيجاباً على السباحين الناشئين في تنمية المهارات الأساسية في سباحة الزحف على البطن.

- عرض نتائج الفروق الإحصائية ومستويات الدلالة لنتائج إختبار التوافق المهاري للمجموعة الشاهدة.  
الجدول رقم (05) يبين المعالم الإحصائية للقياسين القبلي والبعدي لإختبار التوافق المهاري.

الدلالة	مستوى الدلالة	"T" الجدولية	"T" المحسوبة	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دال	0.05	1.83	0.71	9	0.51	1.4	الإختبار القبلي
					0.69	1.6	الإختبار البعدي

- مناقشة وتحليل النتائج: بما أن المتوسط الحسابي للإختبار البعدي أكبر من المتوسط الحسابي للإختبار القبلي للأداء المهاري، فإن إختبار "T" المحسوبة أقل من "T" الجدولية فإنه لا توجد فروق دالة إحصائياً عند درجة الدلالة  $\alpha = 0.05$

- عرض نتائج الفروق الإحصائية ومستويات الدلالة لنتائج إختبار التوافق المهاري للمجموعة التجريبية  
الجدول رقم (06): يبين المعالم الإحصائية للقياسين القبلي والبعدي لإختبار التوافق المهاري.

الدلالة	مستوى الدلالة	"T" الجدولية	"T" المحسوبة	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دال	0.05	1.83	3.21	9	0.70	1.5	الإختبار القبلي
					0.51	2.4	الإختبار البعدي

مناقشة وتحليل النتائج: بما أن المتوسط الحسابي للإختبار البعدي أكبر من المتوسط الحسابي للإختبار القبلي للأداء المهاري، وكذلك إختبار "T" المحسوبة أكبر من "T" الجدولية فإن هناك فرق دال إحصائياً لصالح الإختبار البعدي عند درجة الدلالة  $\alpha = 0.05$  ومنه فإن الوسائل البيداغوجية التعليمية قد أثرت إيجاباً على السباحين الناشئين في تنمية المهارات الأساسية في سباحة الزحف على البطن.

- عرض نتائج الوسائل البيداغوجية التعليمية وعلاقتها بتنمية بعض المهارات الأساسية والمتمثلة في (عمل الذراعين - حركة الرجلين - التوافق) لأفراد المجموعتين الشاهدة والتجريبية في الإختبار القبلي  
الجدول رقم (07) يبين المعالم الإحصائية للمجموعتين التجريبية والشاهدة في الإختبار القبلي

مستوى الدلالة	"T" الجدولية	"T" المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط	ن	المهارات الأساسية	
0.05 غير دال	1.83	1	0.48	1.3	10	ت	عمل الذراعين
			0.70	1.5	10	ش	
0.05 غير دال	1.83	0	0.67	1.3	10	ت	حركة الرجلين
			0.67	1.3	10	ش	
0.05 غير دال	1.83	0.45	0.70	1.5	10	ت	التوافق
			0.69	1.4	10	ش	

- المقصود بـ: ت في الجدول المجموعة التجريبية.

- ويقصد بـ: ش في الجدول المجموعة الشاهدة.

- العينات المستقلة  $n = 2n + 1n - 2$

من خلال الجدول (07) نلاحظ الآتي:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في الإختبار القبلي لعمل الذراعين مع التنفس، حيث نجد متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية يساوي 1.3 وهو أقل مع متوسط درجات أفراد المجموعة الشاهدة والذي يساوي 1.5.

ومنه فإن قيمة  $T = 1$  وهي قيمة غير دالة إحصائياً. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والشاهدة في الاختبار القبلي لحركة الرجلين مع التنفس، حيث نجد متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية يساوي 1.3 وهو قيمة تساوي متوسط درجات أفراد المجموعة الشاهدة أي 1.3. ومنه فإن قيمة  $T = 0$  غير دالة إحصائياً. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والشاهدة في الاختبار القبلي للتوافق المهاري، حيث جاء متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية يساوي 1.5 وهو أكبر من متوسط أفراد المجموعة الشاهدة والذي يقدر بـ 1.4. أما قيمة  $T = 0.45$  وهي غير دالة إحصائياً.

- عرض نتائج الوسائل البيداغوجية التعليمية وعلاقتها بتنمية بعض المهارات الأساسية والمتمثلة في (عمل الذراعين - حركة الرجلين - التوافق) لأفراد المجموعتين الشاهدة والتجريبية في الإختبار البعدي.

الجدول رقم (08) يبين المعالم الإحصائية للمجموعتين التجريبية والشاهدة في الإختبار البعدي.

مستوى الدلالة	"T" الجدولية	"T" المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط	ن	المهارات الأساسية
0.05 دال	1.83	3.52	0.51	2.6	10	ت
			0.66	2	10	ش
0.05 دال	1.83	6.47	0.48	2.7	10	ت
			0.69	1.6	10	ش
0.05 دال	1.83	4	0.51	2.4	10	ت
			0.69	1.6	10	ش

- المقصود بـ: ت: في الجدول المجموعة التجريبية.

- ويقصد بـ: ش: في الجدول المجموعة الشاهدة.

- العينات المستقلة:  $n = 1 + 2 - 2$ .

الدارس للجدول رقم (08) يلاحظ الآتي:

• هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (0.05) لصالح المجموعة التجريبية، في الاختبار البعدي فمتوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية يساوي 2.6 وهو أكبر من متوسط درجات المجموعة الشاهدة الذي يساوي 2، وقيمة  $T = 3.52$  وهي دالة إحصائياً؛ وعليه فإن الفرضية الأولى " تنمي عمل الذراعين مع التنفس بإستعمال الوسائل البيداغوجية التعليمية".

هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (0.05) لصالح المجموعة التجريبية، في الاختبار البعدي فمتوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية يساوي 2.7 وهو أكبر من متوسط درجات المجموعة الشاهدة الذي يساوي 1.6 وقيمة  $T = 6.47$  وهي دالة إحصائياً؛ وعليه فإن الفرضية الثانية "تنمي حركة الرجلين مع التنفس بإستعمال الوسائل البيداغوجية".

• هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (0.05) لصالح المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي فمتوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية يساوي 2.4، وجاء متوسط درجات أفراد المجموعة الشاهدة يساوي 1.6. وقيمة  $T = 4$  وهي دالة إحصائياً؛ وعليه فالفرضية الثالثة التي مفادها "تنمية الأداء التوافقي المهاري".

## 2- مناقشة وتحليل النتائج:

• مناقشة نتائج الفرضية الأولى والمتمثلة في: "الوسائل البيداغوجية التعليمية وعلاقتها في تنمية عمل الذراعين مع التنفس لدى السباحين الناشئين".

في ضوء النتائج التي توصلت إليها مجموعة البحث، ومن نتائج اختبار الفرض الأول، يتبين من الجدول رقم (01-02) و(07-08) أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في تنمية بعض المهارات الأساسية المتمثلة في عمل الذراعين مع التنفس لدى السباحين الناشئين بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي.

ويرجع الباحث ذلك إلى التأثير الإيجابي للوسائل البيداغوجية التعليمية المطبقة في المجموعة التجريبية ويتفق ذلك مع ما يقوله أندرسون ووليام 1987 "أن الوسائل التعليمية تستخدم في تقييم أداء الفرد المهاري من خلال عمليات التغذية الرجعية التي تتيح له التعرف على أخطائه و التغلب على نواحي الضعف في تدريبه كما أن اهتمام مدربي السباحة بالوسائل التي تنمي عمل الذراعين مع التنفس ما هي إلا دليل على أن الوسائل البيداغوجية التعليمية تعمل على تنمية عمل الذراعين مع التنفس لدى السباحين في المرحلة العمرية (12-14)، ويشير "علاوي" أنه في غضون مراحل التعلم المختلفة تحتل بعض الوسائل المعينة المكانة الأولى في عملية التعلم وتصيح الوسائل الأخرى مساعدة طبقاً للهدف الرئيسي لكل مرحلة.

و من خلال كل هذا نكون قد حققنا فرضيتنا الأولى التي تنص على أن للوسائل البيداغوجية والتعليمية دور في تنمية عمل الذراعين مع التنفس.

• مناقشة نتائج الفرضية الثانية والمتمثلة في: "الوسائل البيداغوجية التعليمية وعلاقتها في تنمية حركة الرجلين مع التنفس لدى السباحين الناشئين".

في ضوء النتائج التي توصلت إليها مجموعة البحث ، ومن نتائج اختبار الفرض الثاني ، يتبين من الجدول رقم (03-04) و(07-08) ، أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية في تنمية بعض المهارات الأساسية المتمثلة في حركة الرجلين مع التنفس بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي.

وترجع مجموعة البحث ذلك إلى التأثير الإيجابي للوسائل البيداغوجية التعليمية المطبقة على المجموعة التجريبية ويتفق ذلك مع ما أشار إليه كل من أندرسون ووليام ومن خلال كل هذا نكون قد حققنا فرضيتنا الثانية التي تنص على أن للوسائل البيداغوجية والتعليمية دور في تنمية حركة الرجلين مع التنفس.

● مناقشة نتائج الفرضية الثالثة والمتمثلة في: "الوسائل البيداغوجية التعليمية وعلاقتها بتنمية التوافق المهاري لدى السباحين الناشئين".

في ضوء النتائج التي توصلت إليها مجموعة البحث، ومن نتائج اختبار الفرض الثالث ، يتبين من الجدول رقم (05-06) و(07-08) ، أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية في تنمية بعض المهارات الأساسية المتمثلة في التوافق المهاري بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي .

وترجع مجموعة البحث ذلك إلى التأثير الإيجابي للوسائل البيداغوجية التعليمية المطبقة على المجموعة التجريبية ويتفق ذلك مع ما قالته ليلي يوسف " عنصر من عناصر نظام شامل لتحقيق أهداف الدرس وحل المشكلات التعليمية في وقت تعليمي معين" و من خلال كل هذا نكون قد حققنا فرضيتنا الثالثة التي تنص على أن : للوسائل البيداغوجية التعليمية أثر إيجابي في تنمية الأداء التوافقي المهاري.

### خاتمة :

إن الوسائل البيداغوجية التعليمية كوسيلة لتعلم المهارات الأساسية في السباحة هي من أهم الطرق الحديثة المنتهجة نظرا للدور الكبير الذي تلعبه في بلوغ أهداف مجتمعة لتطوير وتنمية المهارات للسباح الناشئ وهذه الطريقة تتلاءم مع المرحلة من ( 12 - 14 ) سنة ، والتي تعتبر خصبة وملائمة لتنمية المهارات ، لأن السباح في هذه المرحلة يمتاز بالنشاط والحيوية والميول إلى التعلم ، لذلك فإنها تستهوي السباحين وتتيح لهم الفرصة لتطوير وتنمية قدراتهم مهارية ، هذا ما جعلنا نؤكد على استعمال هذه الوسائل.

وعلى ضوء النتائج المحصل عليها توصلنا إلى ضرورة الاهتمام بالوسائل البيداغوجية التعليمية وإعطائها المكانة والأهمية التي تستحقها أثناء عملية التدريب وتكوين الناشئين ، وضرورة اعتماد برامج ومناهج علمية حديثة تتماشى مع متطلبات وأساليب التدريب الرياضي الحديث والهادف.

وفي الأخير نستطيع القول بأن هذه النتائج لا بد أن تكون مرجعا ومنطلقا لدراسات أخرى في هذا المجال ، ومناورة للمختصين في مجال التدريب الرياضي في الجزائر للسير على الطريق الصحيح بداية من إيجاد البرامج الناجعة وتوفير الظروف لنجاح هذا الفرد وتوجيهه نحو التأهيل الصحيح .

### الاقتراحات

إن هذه الدراسة ما هي إلا محاولة بسيطة محصورة في الإمكانيات المتوفرة ورغم ذلك نود أن نعطي نقطة بداية لبحوث أخرى في هذا المجال ، لذا كان من الضروري إلى طرح مجموعة من الاقتراحات حتى يتسنى لمدرسي السباحة اكتساب التأهيل اللازم من أجل التأطير واستعمال الوسائل البيداغوجية التعليمية لدى الناشئين لما لها من أهمية في تعلم المهارات الأساسية في السباحة، ومن آراء الاختصاصيين فيما يتعلق بالطرق العلمية لإعداد السباح الناشئ ومن أجل الوصول بهذه الفئات إلى المستوى العالي قمنا بتسطير النقاط التالية:

- تسطير برنامج سنوي خاص بتعليم المهارات الأساسية في السباحة، يأخذ بعين الاعتبار خصائص ومميزات السباح في هذه المرحلة .
- يجب تنمية أهم المهارات الأساسية خلال هذه الفترة لأن السباح في هذا السن تكون لديه القابلية والفهم السريع.
- إدراج الوسائل البيداغوجية التعليمية كأداة جد هامة لإنجاز الحصص التدريبية .
- يجب الالتزام بمبدأ التنوع والتغيير في طرق التدريب والتجديد والابتكار المستمر في طريقة إعداد مواد التدريب لأن الوسط المائي يختلف اختلافا كبيرا من التدريب على الأرض.
- يجب على المدربين استعمال الاختبارات في قياس درجة الاستيعاب لدى السباحين الناشئين، وذلك من أجل معرفة الوجه الحقيقي للسباح من جهة ومن جهة أخرى يسمح هذا الإختبار للمدرب بإجراء تعديل في برنامجه السنوي .
- ضرورة الإهتمام بفئة الناشئين من خلال تحسين ظروف ووسائل تكوينها ( توفير أحواض السباحة للتدريب، الوسائل الضرورية ).
- الإعتماد على التكوين القاعدي والاستمرارية في التكوين مع ضرورة التخطيط على المدى البعيد.
- إقامة تربية وطنية ودولية وندوات وملتقيات علمية للمدربين قصد كسب خبرات ومعارف جديدة والاستفادة من طرق التدريب الحديثة ومواكبة التطور الرياضي العلمي .
- إدراج عدد كبير وكافي من الوسائل والأدوات التي تساعد هذه الفئة العمرية في تدريباتهم لتحسين مستواهم.

## المراجع:

- 1- قاسم حسن حسين، افتخار أحمد: مبادئ وأسس السباحة، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ط1 عمان، الأردن، 2000
- 2- إبراهيم عصمت مطاوع وآخرون: الوسائل التعليمية، دار المعارف، ط5، القاهرة، مصر، 1983
- 3- أحمد حامد منصور: تكنولوجيا التعليم وتنمية القدرة على التفكير الابتكاري، منشورات ذات السلاسل، ط1، الكويت، 1986
- 4- تركي محمد: مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس، المؤسسة الوطنية للكتاب، دون طبعة، الجزائر، 1984
- 5- رشيد زرواتي: مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، دار الهدى للنشر والتوزيع، ط1، عين مليلة، الجزائر، 2007
- 6- رجا ووحيد دويديري: البحث العلمي (أساسياته النظرية وممارسته العلمية)، دار الفكر المعاصر، ط1، بيروت، لبنان، 2000
- 7- أسامة كامل راتب، علي زكي: الأسس العلمية لتدريب السباحة، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، 1988
- 8- أسامة كامل راتب: تعليم السباحة . ط3 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999
- 9- ليلى يوسف: سيكولوجية اللعب والتربية الرياضية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 1962
- 10- هاني جاسم الخزرجي: مجلة المعلم الجديد العراقية ، العدد 2، 1985
- 11- فهمي حسين ، سيكولوجية الطفولة والمراهقة ، مكتبة مصر — بط ، مصر
- 12- كمال الدسوقي ، النمو التربوي للطفل والمراهق، دار النهضة العربية ، بط ، لبنان ، 1997
- 13- الفضل جمال الدين ابن منظور ، لسان العرب ، دار الطباعة للنشر ، ب ط، ج 3 ، 1997 — لبنان
- 14- هاني جاسم الخزرجي: مجلة المعلم الجديد العراقية ، العدد 2، 1985
- 15- أحمد حامد منصور: تكنولوجيا التعليم وتنمية القدرة على التفكير الابتكاري، منشورات ذات السلاسل، ط1، الكويت، 1986م
- 16- محمد عبد الرحمن: أهمية عمر المدرسة الأولية الاولى في تعليم المهارات الأساسية بالسباحة الحرة ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية -جامعة بغداد، 1990.