

تأثير استخدام منهج تعليمي مقترح بأسلوب التعلم التعاوني في تعلم الأداء الفني لسباحتي الحرة والظهر

م. رشوان محمد الهاشمي

كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى

ملخص البحث :

لأجل النهوض بمستوى طلبة كلية التربية الرياضية وخصوصاً في مجال التربية الرياضية بأنشطتها وفعاليتها المختلفة وطرائق وأساليب تدريسها المتنوعة بما يلائم مستويات الطلبة كافة ، هذا حتم على مدرس التربية ان يكون ملماً بشكل جيد بأساليب وطرائق التدريس كافة .

تكمن اهمية هذا البحث في تطبيق اسلوب التعلم التعاوني كأحد أساليب التعلم الفعال من خلال اعداد منهاج تعليمي لتعليم عينة البحث من طلبة المرحلة الاولى كلية التربية الرياضية من الذين يتعلمون هذه المهارة لأول مرة الاداء الفني لسباحتي الحرة والظهر ، وقد تم اعداد المنهاج " ضمن اسلوب التعلم التعاوني والذي يُعنى بترتيب الطلبة في مجموعات وتكليفهم بعمل يقومون به مجتمعين متعاونين على وفق هيكلية تنظيمية للعمل الجماعي بحيث ينغمس كل عضو في المجموعة في التعلم وفق ادوار واضحة ومحددة مع التأكيد أن كل عضو في المجموعة يتعلم المادة المطلوبة ، وان التعلم يحدث في اجواء مريحة خالية من التوتر والقلق ، ترتفع فيها دافعية الطلبة بشكل مما يُتيح للطلاب التكيف بشكل كبير مع هاتين المرحلتين المؤثرتين بشكل كبير في تحسين مستوى ادائهم ، وبعد الانتهاء من تطبيق المنهاج بينت الاختبارات البعدية نتائج تفوق استخدام اسلوب التعلم التعاوني على الاسلوب التقليدي (الامري) المتبع ، وجاءت التوصيات بضرورة استخدام اسلوب التعاوني في تعلم هذه المهارة ومهارات اخرى وبما يضمن الارتقاء بمستوى الطلبة .

THE INFLUENCE OF SUGGESTED CURRICULUM BY COOPERATIVE LEARNING STYLE ON FREESTYLE AND BACKSTYLE SWIMMING LEARNING

BY

M.D RASHWAN MOHAMMED JAFFAR

Abstract :

In order to advance in the level of physical Education college students, especially they have activities, various methods and measurements of teaching, therefore physical education teacher must have good knowledge of teaching methods.

The research importance appears in application of cooperative learning style it is one of the effective styles to learn through preparation in instructional curriculum for teaching the research persons from students are first stage in sport education collage: They learn these skill first, This curriculum implies division students in groups and give them work to do together in cooperative team working, each one in this groups knows his role. This learning happened in comfortable circumstances without tension and worry therefore the students have adapted in this efficacious stage for performance improving.

After finishing of curriculum application the tests gave them excellence result to use " cooperative learning style" in comparison with " instruction style" therefore this style must use to learn this skill and other skills for obtaining high level of students.

١. التعريف بالبحث :

١.١ المقدمة وأهمية البحث :

في ظل المنعطف العلمي الذي تشهده ساحات العلم والمعرفة ومن أجل الارتقاء بالعلمية التربوية بمختلف مستويات التعليمية ومنها ميدان التربية البدنية والرياضية وللنهوض بمستوى طلبة كلية التربية الرياضية وخصوصاً في مجال طرائق التدريس واساليب التعلم التي كثرت وتنوعت لتلائم مختلف مراحل الدراسة وبحسب قابلية الطلبة وجنسهم وميولهم ورغباتهم ومستواهم الإدراكي الى غير ذلك ، حيث ان هذا السريع والمتشعب في طرائق التدريس واساليب التعلم حمل مدرسي التربية البدنية مسؤوليات كبيرة في حسن اختيار الطريقة والاسلوب المناسب لطلبتهم ، اذا ما علمنا ان ليس هناك ما يسمى بالأسلوب المناسب لهذه المجموعة من الطلبة او تلك ، لهذا العمر او ذلك ، لهذا الإدراك او غيره الخ ، لذلك اصبح لزاماً على مدرّس التربية البدنية التنوع في تطبيق الطرائق والاساليب التعليمية للنهوض بمستوى الطلبة .

تكمن أهمية البحث في محاولة تحقيق التعلم الفعال بتطبيق (اسلوب التعاوني) في عملية التعلم وهذا يركز على العمل والسلوك الجماعي في تحقيق تعلم افضل للمراحل الفنية لسباحتي الحرة والظهركون الاداء الصحيح لهذين النوعين من السباحة لا يخلو من صعوبات جمة ومتعددة تقف عائقاً امام التكنيك الفني للمهارة بشكل كامل وذلك من خلال التأكيد على العناصر المشتركة لهيكلية الحركة للفعاليتين ومحاولة تقديمها للمبتدأ في سبيل تحقيق الفائدة الثلاثية للاداء باقل جهد ووقت وتكلفة.

٢.١ مشكلة البحث :

ان عملية النهوض بدرس التربية لطلبة كلية التربية الرياضية تتطلب تجريب واختيار انسب للطرائق والأساليب التعليمية للارتقاء بالمستوى التعليمي للطلبة بالرغم من تنوع وتوسع طرائق التدريس وأساليب التعليم، ومن خلال خبرة الباحث في درس السباحة كونه احد مدرسي هذه المادة وجد أن هناك صعوبة تواجه الطلبة في إتقان مراحل الأداء الفني للسباحات في حالة تقديمها بشكل مفرد على الرغم من تشابه الأداء الحركي لها في كثير من النواحي وهو الأمر الذي يغفله كثيراً من القائمين بالعملية التعليمية في مجال السباحة من جهة ومن جهة أخرى عدم تعليمها بالأسلوب الذي يتيح للطالب من إدراك هذه المشتركات كون ان الأسلوب الامري (التقليدي) هو الغالب في التعليم والذي يوكد على الانفرادية في اتخاذ القرار وهي من سلبياته التي تحول دون تحقيق مبدأ التعاون والاشتراك وهو هدف سلوكي لا يتوافق مع الهدف التعليمي المرجو وذلك تطبيقاً لمبدأ تعلم الحركة والتعلم بواسطة الحركة وانطلاقاً من ذلك ارتأى الباحث الى تطبيق أسلوب التعلم التعاوني لما لهذا الأسلوب من أهمية كوسيلة لتحقيق الأداء الفني للمهارة وبشكل فعال مستقبلاً .

٣.١ اهداف البحث :

- التعرف على تأثير استخدام اسلوب التعلم التعاوني في تعلم الاداء الفني لسباحتي الحرة والظهر.
- التعرف على مدى ناجعية المنهج التعليمي المقترح في تعلم الاداء الفني لسباحتي الحرة والظهر.
- التعرف على الافضلية في التعلم بالنسبة للأسلوبين موضوع البحث .

٤.١ فرضا البحث

١. هناك فروق ذات دلالة احصائية للاختبار القبلي والبعدي للمجموعتين والتجريبية والضابطة ولصالح البعدية .
٢. هناك فروق ذات دلالة احصائية للاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية في التعلم ونسبة التحسن.

٥.١ مجالات البحث :

- ١,٥,١ - المجال البشري : طلبة الصفوف الاولى في كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد - قسم التدريب . الذين يدرسون الاداء الفني لسباحتي الحرة والظهر .
- ٢,٥,١ المجال الزمني : الفترة من (٢٠١٢/٢/١٦) ولغاية (٢٠١٢/٥/٢٠).
- ٣,٥,١ المجال المكاني : مسبح كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد .

٢. الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

١.٢ الدراسات النظرية

١,١,٢ طرائق التدريس واساليب التعلم :

تعرضت مفاهيم طرائق التدريس التعلم لعدم وضوح ، وعدم تبيان الفوارق بينها ، مثلما تعرضت له مفاهيم التعليم بعمومية ، التدريس كحصيلة لعملية والتدريس ، وعليه فالتعليم والتعلم هما وجهان لعملة واحدة ، حيث يعبر مستوى الاول عن مستوى الثاني والعكس صحيح ايضا ، اي اننا اذا اردنا ان نفيس مستوى التعلم او نجاحه ، فأنا ننظر الى ناتج الاداء كما هو معروف ، وذلك يعني ان مستوى التعليم او التدريس كان جيدا وناجحا ، واي انه طريقة التدريس ومناسبة لميول ورغبات الطلبة ومستواهم ومرحلتهم العمرية .

و لمعرفة الكيفية التي يتم بها تطبيق طرائق التدريس والأسلوب المتبع في خطة درس التربية البدنية ، فننا نعود الى هيكل خطة هذا الدرس ، والى الجزء الرئيسي حصراً ، حيث يتم استخدام وتطبيق طرائق التدريس وأساليب التعلم فيه ، وهذا الجزء يتكون من قسمين ، الاول تعليمي يتم فيه تدريس الطلبة بطريقة الشرح والعرض والتوضيح والقسم الثاني التطبيق يتم فيه تطبيق الطلبة للمهارة كما تعلموها ، ويكررون هذا التطبيق وحسب الاسلوب المتبع من اساليب التعلم المختلفة .

٢,١,٢ اساليب التعلم

اساليب التعلم تطورت كثيرا خلال العقود الماضية نتيجة اجماع المتخصصين بطرائق التدريس والتعلم الحركي ، " ان الطلبة لا يستجيبون لعملية التعلم بنفس الاسلوب او بأسلوب واحد ، في احيان كثيرة ، وعليه يجب التنوع في اساليب التعلم تلك ، دون تمييز وتفضيل اسلوب على اخر " (الديري، ١٩٩٩، ٣١١)

ان عملية اختيار اسلوب التعلم يعتمد بالدرجة الاولى ، على الوضع التعليمي والتدريسي لكل بيئة تعليمية ، وان معرفة المدرس لأكثر من اسلوب ، يزيد من قدراته ومعارفه في كيفية التعامل مع الطلبة ، واذا كان عارفا بجميع اساليب التعلم وبقدرة مميزة في تنفيذ استراتيجياتها ، بالتأكيد سيحقق التدريس والتعلم الفعالين .

قدم موسكا موستن في السنوات الاخيرة مجموعة من تلك الاساليب اطلق عليها (سلسلة اساليب التعلم) وهي مرتبطة مع بعض ، وقد تكون متدرجة لحد التسلسل وهذا التسلسل نابع من درجة الاستقلالية التي يحصل عليها الطالب للمراحل التي تكون منها درس التربية البدنية .

تعرف درجة الاستقلالية التي تعطي للطلاب من خلال نقل مجموعة قرارات السلوك التدريسي ، من المدرس الى الطالب ، بالإضافة الى هذه الاستقلالية فان الغاية من هذه الاساليب هي اصال المادة للطلاب بالأسلوب الذي يتلاءم مع قدراته وامكاناته وتوجيهاته ، والمرحلة العمرية وجنسه وغيرها .

واخيراً فان الغاية الاساسية والرئيسية من تلك الاساليب هي الحصول على اعلى نسبة من وقت التعلم الاكاديمي للطلبة (A.L.T) (Learning time academic) .

مجموعة اساليب موستن هي عشرة تبدأ بالأسلوب الامري وتنتهي بالأسلوب التدريسي الذاتي .(موستن، ١٩٩١، ٣٤) وكما يأتي :-

١	الاسلوب الامري	٦	اسلوب الاكتشاف
٢	الاسلوب التدريسي	٧	اسلوب اكتشاف الموجهة
٣	الاسلوب التبادلي	٨	الاسلوب المتشعب
٤	الاسلوب التضمين	٩	اسلوب البرامج الفردي (تصميم التعليم)
٥	اسلوب فحص التنفس	١٠	اسلوب التدريس الذاتي

لقد ابتدأ بتدريس الاساليب الخمسة الاولى ، في كلية التربية الرياضية بجامعة بغداد منذ ١٩٨٧ .

٣,١,٢ اسلوب التعاوني cooperative learning style

اولى التربويون اهتماما متزايدا في السنين الاخيرة للأنشطة والفعاليات التي تجعل الطالب محورا لعملية التعليم والتعلم ، ومن ابرز هذه النشاطات استخدام اسلوب التعلم التعاوني كواحد من استراتيجيات التعلم الجماعي (الزمري) هذا الاسلوب الذي "يعني ترتيب الطلبة في مجموعات وتكليفهم لعمل يقومون به مجتمعين متعاونين ،والاهتمام بهذا الاسلوب يعود بالفوائد التي يجنبها الطلبة للتحديث في مواضيع مختلفة ، كما ان التعلم يحدث في اجواء مريحة خالية من التوتر والقلق و ترتفع فيها دافعية الطلبة بشكل كبير . المشكلة التي تبرز في العمل الجماعي هي اعتماد اعضاء المجموعة على طالب او طالبين ليؤدي العمل غير ان ما جاء به اسلوب التعلم التعاوني هو ايجاد هيكلية تنظيمية لعمل مجموعة الطلبة بحيث ينجس كل اعضاء المجموعة في التعلم وفق ادوار واضحة ومحددة مع التأكيد ام كل عضو في المجموعة يتعلم المادة التعليمية ".(توفيق احمد واخرون، ٢٠٠٢، ٨٤)

ان ذلك يتفق مع تعريف (smith 1999.22) " الاستخدام التعليمي لمجموعات صغيرة لكي يعمل الطلبة سوية لرفع مستوى تعلمهم وتعلم بعضهم الآخر" بينما يعرفه (خالد الغامدي، ٢٠٠٨، ٧٣) على انه " شكل من اشكال التعلم الزمري يشترط فيه ان يحدث التفاعل بين افراد المجموعة لجميع اشكاله كالتأزر والتواصل والمسؤولية والمعالجة"

وتشير نتائج البحوث الى ان اسلوب التعلم التعاوني "يزيد من تقديرات الذات عند الطلاب، ويزيد العاطفة بين اعضاء المجموعة الواحدة والمجموعات الاخرى ، وينمي اتجاهات الطلبة الاتجاهية نحو انفسهم ونحو زملائهم اذ ان العلاقة الترابطية المشتركة بين مجموعات الطلبة تتطلب اعتماد طالب على اخر بصورة ايجابية ، فعند تداخل المعلومات بين مجموعتين او اكثر يجري تعلم مهارات فردية فضلا عن مهارات وسمات مختلفة مثل الثقة بالنفس والقيادة واتخاذ القرار ، وان النجاح في انجاز المهمات المحددة والمعدة سابقا يتوقف على التعاون بدلا من التنافس كما انهم مسؤولون عن انجاز عمل لكل فرد في المجموعة "(توفيق احمد واخرون، ٢٠٠٢، ٨٠-٨١)

ان خطوات تنفيذ استراتيجية اسلوب التعلم التعاوني تتخلص بالاتي (الربيعي، ٢٠٠٢، ٦٥):

١. تحديد الوحدة الدراسية التي سينفذها المعلم بأسلوب العمل التعاوني .
 ٢. تقسيم الوحدة التعليمية (الواجب) الى وحدات جزئية توزع على مجموعات العمل التعاونية .
 ٣. تقسيم الطلبة الى مجموعات العمل التعاوني ، وتحديد دور كل فرد في المجموعة مثل قائد المجموعة ، القارئ ، المخلص ، المقوم ، المسجل وكما نلاحظ فان كل فرد من افراد المجموعة له عمل مهم ولا يمكن ان يستغني عنه بقية افراد المجموعة .
 ٤. يقوم القارئ بقراءة المهمة التعليمية ، وهنا على كل عضو فيها ان يكتب المعلومات والمفاهيم والحقائق التي يعرضها القارئ ويقع على المجموعة مسؤولية التأكد من تحقيق الاهداف عند كافة اعضاء المجموعة .
 ٥. يجري اختبار فردي لكل عضو في المجموعة ثم تحسب علامة المجموعة من حساب الوسط الحسابي لعلامات جميع الاعضاء ، حيث تكون افضل مجموعة هي المجموعة التي تحصل على أعلى وسط حسابي .
 ٦. تقديم المكافآت للمجموعة المتفوقة .
- وفيما يخص المجموعات التعاونية وطريقة تشكيلها ، ومن اجل تحقيق الفائدة القصوى من مجموعات التعلم التعاوني ينبغي ان يكون الطلبة في كل مجموعة مختلفين ومتباينين غير متجانسين في القرارات والسمات الشخصية ، فضلا عن ذلك ولأجل ان يتمكن الطلبة من العمل جيدا سوية .
- يجب ان يشعروا بالسعادة في مجموعاتهم ، لذا على المدرس ان يوفق في اختبار الصداقة لكل طالب واطهرت الخبرة ان المجموعات التي تضم (٣-٥) طلاب لكل مجموعة تعمل افضل من باقي المجموعات التعاونية في اداء المهمة الموكلة لها .
- ويترتب على اعضاء المجموعة ما يلي (توفيق احمد واخرون، مصدر سبق ذكره، ٨٤-٨٥):**

- (١) ان يدركوا مفهوم التعلم التعاوني ، وكيف يختلف عن التعلم التنافسي .
- (٢) ان يفهموا الاساس النظري للمكونات الاساسية التي تميز التعلم التعاوني ، عن التعلم الجمعي ودور الجهد الفردي في رفد المجموعة التعاونية بالمعلومات التي توصل كل المجموعة الى التعلم الافضل .
- (٣) ان يفهموا الاساس النظري لدور المعلم في تطبيق استراتيجية التعلم التعاوني ومحاولة كل طالب الاستفادة من المعلم وافادة بقية الاعضاء .
- (٤) ان يكونوا قادرين على تصميم وتخطيط وتعليم دروس تعاونية .
- (٥) ان يلتزموا شخصيا لاكتساب خبرة استخدام التعلم التعاوني ، وهذا الالتزام يجب ان يكون منطوقيا ، بمعنى ان يكون مبنيا على معرفة النظرية والاطلاع على الابحاث التي تدعم التعلم التعاوني .

(٦) ان يكون جزءا من المجموعة زملاء داعمة (للتعلم التعاوني) بحيث يكونوا عبارة عن معلمين ومتعلمين في آن واحد .

٤,١,٢ الاسلوب الامري :

وهو اسلوب تعارف على تطبيقه مدرسو التربية الرياضية لسنوات طويلة ، مما الصق به صفة الاسلوب التقليدي ، وفيه يكون المدرس مسؤول عن جميع القرارات ، لمراحل قبل واثناء وبعد الدرس ، ولا دور للطالب في المشاركة في كل تلك المراحل ، وهذا الاسلوب يطبق على الاغلب في مراحل الدراسة المبكرة ، ومع المبتدئين ويعمل فيه الطلاب بمجاميع قليلة ، وبعدد طلاب كبير نسبيا والهدف منه تحقيق التعلم تحت ظل الضبط والنظام .

السباحة الحرة :

تعتبر السباحة الحرة من اسرع السباحات الاربع وتعتبر هذه السباحة من الرياضية المحببة والمرغوبة لعدد كبير من الناس وفيما يلي تحليل طريقة اداء السباحة الحرة .

تحليل طريقة اداء السباحة الحرة : (اسامة كامل راتب، ١٩٩٨، ٢٣٩-٢٤١)

عندما تدخل الذراع اليمنى الى الماء تبدأ الذراع اليسرى مرحلة الشد ويتم رفع المرفق لكلا الذراعين ويتم دخول الذراع اليمنى بشكل كامل الى الماء وتكون الذراع اليسرى في منتصف مسارها ويتم زيادة سرعة حركة اليد اليسرى مقارنة ببطء اليد اليمنى وتتم عملية دوران الوجه لأخذ الشهيق وفي نفس الوقت تؤدي اليد اليسرى حركة الدفع متجهة " الى الخلف ويلاحظ ان الرجل اليسرى تتحرك للأسفل لتحقيق التوازن الناتج عن حركة اليد اليسرى لأعلى ثم تبدأ الذراع اليسرى الحركة الرجوعية بالخروج من الماء بينما يدور الراس ووضع الوجه للأمام كما يلاحظ ان الذراع اليمنى تبدأ مرحلة الشد ويحقق الجسم أقصى دوران جهة اليسار وتبدأ اليد اليسرى الدخول الى الماء والذراع اليمنى تبدأ مرحلة الشد ويلاحظ ارتفاع المرفق للذراعين ويتم دخول الذراع اليسرى بشكل كامل الى الماء وتكون الراس في منتصف المحور الطولي للجسم ويكون الوجه متجها للأمام عند دخول اليد اليمنى زيادة واضحة في مسارها مقابل بطء مسار حركة اليد اليسرى . ان سرعة اليد عند دخول الماء مماثلة لسرعة تقدم الجسم للأمام والمبالغة في سرعة دخول اليد تؤدي الى نقص سرعة الجسم والتقدم للأمام .

اهم النقاط في تحليل الحركي لسباحة الزحف على البطن :-

الشد بالذراع تحت الماء :-

- ❖ الشد على شكل حرف (S)
- ❖ ثني المرفق للأعلى ٩٠ درجة حسب مسافة السباق
- ❖ ارتفاع المرفق
- ❖ امتداد الذراع لأقصى مسافة في كل دروة ذراع
- ❖ التزايد التدريجي لسرع الذراع

❖ دخول الذراع في زاوية حادة

الحركة الرجوعية للذراعين :-

❖ يكون المرفق مرتفعاً

❖ الاسترخاء الكامل للذراع

❖ دخول الذراع امام الكتف

ضربات الرجلين :-

❖ استرخاء الكعبين

❖ انثناء خفيف للركبتين واثناء ضربات الرجلين للأسفل

❖ امتداد الركبتين عند اداء ضربات الرجلين لأعلى

❖ خروج الكعبين فقط خارج الماء

❖ اداء ضربات الرجلين في مدى صغير

التحليل الحركي لسباحة الزحف على الظهر والشد بالذراع تحت الماء :-

❖ يبدأ الشد على عمق ٣٠ سم

❖ تزايد سرعة الشد باليدين تدريجياً

❖ انثناء الذراع لأعلى ٩٠ درجة

❖ ينتهي الشد وراحة اليد متجهة للأسفل

❖ يبدأ دخول الماء بالأصبع الصغير لليد

❖ الذراع تكون مستقيمة

الحركة الرجعية للذراعين

❖ تكون الذراع مستقيمة

❖ يكون الكتف مرتفعاً

❖ تدخل اليد في نقطة خلف الكتف

ضربات الرجلين

❖ استرخاء الكعبين

❖ انثناء خفيف للركبة اثناء حركة الارجل للأعلى

❖ تكون الركبة المستقيمة اثناء حركة الارجل للأسفل

❖ خروج اصابع الرجلين فقط من سطح الماء

❖ دوران اصابع القدم للداخل قليلاً

❖ ضربات الرجلين في مدى صغير

وضع الجسم والتنفس

❖ الوضع الافقي المستقيم للجسم

❖ يكون الماء عند مستوى منتصف الرأس

❖ حركة تبادلية للذراعين

❖ يتم اخذ الشهيق على ذراع معينة والزفير على الذراع الاخرى

❖ التركيز على اخراج الزفير كلياً

٢.٢ الدراسات السابقة :**١,٢,٢ (دراسة خليل ابراهيم سليمان ٢٠٠٣)**

العنوان : (تأثير استخدام اسلوب التعلم التعاوني بطريقة التدريب الدائري في تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة)

الاهداف :

١. تأثير استخدام اسلوب التعلم التعاوني بطريقة التدريب الدائري والاسلوب

المتبع في تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة .

٢. الفرق في استخدام اسلوب التعلم التعاوني بطريقة التدريب الدائري

والاسلوب المتبع في تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة

الاجراءات :

اجري البحث على عينة من طلاب المرحلة الثانية في قسم التربية الرياضية

بجامعة الانبار وعددهم (٢٤) قسموا على مجموعتين بواقع (١٢) طالب لكل مجموعة .

لقد تم اعداد منهاج تعليمي خاص بالمادة التعليمية وفق اسلوب التعلم التعاوني بطريقة التدريب الدائري . وذلك للفترة من ٢٠٠٣/٣/١ لغاية ٢٠٠٢/٥/٢٢ تم اجراء الاختبارات البعيدة عند اكمال تعلم كل مهارة على حده .

الاستنتاجات منها :

١. اسلوب التعلم التعاوني بطريقة التدريب الدائري والاسلوب التقليدي المتبع

هما اسلوبان فعالان في تعليم المبتدئين الاداء الفني للمهارات الاساسية المحددة بالكرة الطائرة

٢. تفوق اسلوب التعلم التعاوني بطريقة التدريب الدائري على الاسلوب المتبع

(التقليدي) في تعلم بعض المهارات الاساسية المحددة بالكرة الطائرة

٣. منهج البحث واجراءاته الميدانية

١,٣ منهج البحث : المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة

٢,٣ مجتمع وعينة البحث

تم تحديد مجتمع البحث من طلاب المرحلة الاولى (بنين) من قسم التدريب ، كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد للعام الدراسي (٢٠١٢-٢٠١٣)

اذ بلغ عدد افراد المجتمع (١٢٩) طالبا موزعين على (٥) شعب وتم اختيار (٢٠)

طالبا من شعبة من شعبي أود منها بالقرعة وتم تقسيمهم الى مجموعتين متساوية

(١٠) طلاب لكل مجموعة بحيث تكون المجموعة الأولى تجريبية تطبق منهاج

تعليمي على وفق الأسلوب التعاوني والمجموعة الثانية ضابطة وتطبق منهاج

المدرس (المتبع).

جدول (١)

يبين تجانس العينة (المجموعتين) قيد البحث

الوسائل الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	سم	١٧١,٢٣	١٧٢	١٧٠	٥,١٦٦	٠,٤٨٦ -
العمر	سنة	٢٠,٣٨	٢٠	٢٠	٠,٥٣٢	٠,١٢٣
الوزن	كغم	٦٦,٢٠٠	٢٥٠,٦٦	٧٠,٥٠	٧,٩٧	٠,٧٣٥

ولأجل تكافؤ العينة تم اختيار الطلبة من المبتدئين تماما ، وبأعمار مقارنة ، ضمن مرحلة دراسية واحدة ، و جنس واحد ومن غير المحترفين للعبة في الأندية ، وذلك لتجنب اثر نقل التعلم بين مهارات اللعبة والتي ربما تؤثر في أدائهم ، كما تم استبعاد الطلبة الراشدين والجدول (١) يبين تجانس العينة ، اذ ان قيم معامل الالتواء تتراوح ما بين (٠,٧٣٥) و(٠,٤٨٦) وهي ما بين (٣+).

٣-٣ الاجهزة والادوات المستخدمة والوسائل المساعدة :

٣-٣-١ - الوسائل المساعدة

* المصادر العربية والاجنبية . * شبكة المعلومات الدولية (الانترنت). * المقابلات الشخصية . * فريق العمل المساعد^١ .

٣-٣-٢ - الادوات المستخدمة

* مسبح * شريط قياس متري * شواخص ملونة * صفارة .

٣-٣-٣ - الاجهزة المستخدمة :

* حاسبة الكترونية نوع (DELL) * ميزان طبي نوع (Unicef) * جهاز لقياس الطول . *

٣,٣ الاختبار المستخدم :

تم الاستعانة باختبار مقنن للاداء الفني للسباحة ولمسافة ٢٥م (القط، ١٩٩٩، ٧٥) حيث تم اعتماد المسافة المقطوعة كعنصر للانجاز من خلال السباحة من حائط الحوض حتى مكان الوقوف في اخر نقطة وتم قياس المسافة بواسطة شريط قياس .

٣,٣ اجراءات البحث الميدانية :

لقد تم تقسيم العينة البحث الى مجموعتين بعد ان تم اصال عينة البحث الى مرحلة الطفو وتم تعيين عمل كل مجموعة ، المجموعة التجريبية تم اعتماد الاسلوب

* - فريق العمل المساعد :

- علي احمد هادي - استاذ مساعد - جامعة بغداد كلية التربية الرياضية

- مهند كامل - مدرس مساعد - جامعة ديالى كلية التربية الرياضية

التعاوني معها والمجموعة الضابطة تم تطبيق الاسلوب الامري (المعتمد) وبعدها تم توضيح وشرح وعرض الاداء للمجاميع اثناء الوحدة التعليمية .

٣-٣-١ المجموعة التجريبية :

- حركة انسياب امامي مع حركة الذراعين والساقين والتركيز على عمل الساقين
 - حركة انسياب امامي مع حركة الساقين والذراعين والتركيز على حركة الذراعين
 - حركة انسياب امامي مع حركة الذراعين والساقين وقتل الرقبة واجراء عملية التنفس والتركيز على حركة قتل الراس واجراء التنفس .
- تتم عملية تعلم بشكل كامل وغير مجزئ حتى نهاية الوحدة التعليمية .
- ### ٣-٣-٢ المجموعة الضابطة :
- (التقليدي) حيث تم تعليم افراد هذه المجموعة من خلال تجزئة الحركة الى اجزاء وتعليم كل جزء على افراد

- اداء حركة الساقين ومسك لوحة الطرفين بكلا الذراعين
 - اداء حركة الذراعين ومسك لوحة الطرفين بكلا الساقين
 - اداء حركة الذراعين والساقين مع قتل الرقبة واجراء التنفس
- ولقد جعل الباحث ظروف التجربة مشابهة لظروف المجموعة التجريبية من حيث الوقت والمكان وجميع مجريات تنفيذ التجربة عدا المتغير التجريبي الاسلوب التعاوني من خلال الاسلوب الامري في ادارة مجريات الوحدات وبعد نهاية الوحدات التعليمية تم تعيين يوم الاختبار لمسافة ٢٥ م سباحة حرة وظهر وقد تم اجراء الاختبار من خلال خبراء من مدرسي مادة السباحة وتم اخذ متوسط الدرجة للخبراء* .

٣-٣-٣ المنهج التعليمي :

قسم المنهج الى ثمان وحدات تعليمية بواقع وحدتين تعليميتين في الاسبوع وكان زمن كل منهما (٦٠) دقيقة وبناء على ذلك استغرق تنفيذ المنهج اثني عشر اسبوعا وبواقع (٢٤) وحدة وبلغ مجموع الوقت الكلي (١٤٤٠) دقيقة نفذت المجموعة التجريبية المنهج بأسلوب التعلم التعاوني والمجموعة الضابطة المنهج بالأسلوب التقليدي ، للمدة من (٢٠١٢/٢/١٦) ولغاية (٢٠١٢/٥/١٦) .

ونظرا لأهمية معرفة المدرس المنفذ للمنهجين بكيفية تطبيق اسلوب (التعلم التعاوني) ولعدم انحياز الباحث لأي اسلوب تم اختيار مدرس المادة بنفس الكلية ، وقام الباحث بتطبيق وحدة تعليمية بأسلوب التعلم التعاوني .

٣-٣-٤ التوزيع الزمني للمنهج

* الجزء التمهيدي ويتضمن : الاحماء داخل الماء (٥) دقائق .

أ- مراجعة للمهارة السابقة (١٠) دقائق .

* الجزء الرئيسي ويتضمن :

* ١- سرمد عبد الاله: رئيس الاتحاد الوطني للسباحة
٢- يسار صبيح :مدرس مساعد .كلية التربية الرياضية-جامعة بغداد

- أ- النشاط التعليمي : شرح المهارة الجديدة وبيان أهميتها ثم اداء نموذج (٥) دقائق .
- ب- النشاط التطبيقي :
- اداء تمارين لتطوير مستوى الاداء للمهارة الجديدة (٣٠) دقيقة .
 - عمل منافسة (٥) دقائق .
- * الجزء الختامي ويتضمن :
- أ- نشاط حر (٥) دقائق .
- ب- الخروج من الحمام .
- ٤,٣ التجربة الاستطلاعية :
- اجريت التجربة الاستطلاعية يوم الاربعاء الموافق (٢٠١٢/٢/٢٠) اذ قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية على مجموعة من طلاب لم تدخل في التجربة الاساسية ومن نفس المجتمع البحث اذ بلغ عددهم (١٠) طلاب طبقت هذه المجموعة المنهاج المعد بأسلوب التعلم التعاوني ولوحدة تعليمية واحدة .
- ٣-٥ الاختبارات البعدية :
- بعد الانتهاء من تطبيق المنهج التعليمي اجريت الاختبارات البعدية لعينة البحث (المجموعتين) يوم الاثنين الموافق ٢٠١٢/٥/١٧ .
- ٣,٦ الوسائل الاحصائية المستخدمة :
- تم استخدام برنامج (spss) لتحليل ومعالجة البيانات احصائيا .
- ١ . المتوسط الحسابي (م) .
 - ٢ . الانحراف المعياري (ح) .
 - ٣ . معامل الالتواء .
 - ٤ . الخطأ المعياري لمعامل الالتواء .
 - ٥ . T. test .
 - ٦ . نسبة التطور

الباب الرابع

٤- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

- ٤,١ عرض وتحليل نتائج مجموعتي البحث في الاختبارين القبلي والبدي .
- ٤,١,١ عرض وتحليل نتائج المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبارين القبلي والبدي ونسبة التطور لسباحة الحرة

جدول (٢)

يبين نتائج السباحة الحرة لمسافة ٢٥ م للمجموعتين التجريبية والضابطة

المتغيرات	ن	أق(حرة)		أب		قيمة t المحتسبة	قيمة t الجدولية	مستوى الدلالة	نسبة التطور
		س	ع	س	ع				
المجموعة (الأمري) الضابطة	١٠	٩،١١	٠،١٢	١٨،٥	١،٣٥	٣،٧١	٢،٢٦	معنوي	%١٧،٥
المجموعة التجريبية (التعاوني)	١٠	٩،٠١	٠،٠١	٢٣،٥	١،٢٠	٧،٦٠	٢،٢٦	معنوي	%٢٢،٥

تحت درجة حرية (٩) ومستوى دلالة (٠،٠٥)

يوضح الجدول (٢) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمجموعتي البحث للاختبار القبلي والبعدي الانجاز (المسافة المقطوعة) للاداء الفني للسباحة الحرة للمجموعتين الضابطة والتجريبية والتي هي على التوالي (٩،١١) - (٠،١٢) كوسط حسابي وانحراف معياري للمجموعة الضابطة و(٩،٠١) - (٠،٠١) كوسط حسابي وانحراف معياري للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي و(١٨،٥) - (١،٣٥) كوسط حسابي وانحراف معياري للمجموعة الضابطة و(٢٣،٥) - (١،٢٠) في الاختبار البعدي للمجموعتين تحت مستوى دلالة (٠،٠٥) ودرجة حرية (٩) وكانت الدلالة الاحصائية معنوية للمجموعتين حيث بلغت (ت) المحتسبة للمجموعة الضابطة (٣،٧١) وهي اكبر من (ت) الجدولية والبالغة (٢،٢٦) في حين كانت (ت) المحتسبة للمجموعة التجريبية (٧،٦٠) وهي اكبر من (ت) الجدولية والبالغة (٢،٢٦) وعند المقارنة بين النتائج نجد ان التعلم ودلالة حدوثه متوفرة لدى المجموعتين الا انه افضل لدى المجموعة التجريبية وهي ما تبينه نسب التطور للمجموعتين والتي هي على التوالي (%١٧،٥) و(%٢٢،٥)

٢,١,٤ عرض وتحليل النتائج للمجموعة الضابطة و التجريبية لسباحة الظهر للاختبار القبلي والبعدي

جدول (٣)

يبين نتائج اختبار سباحة الظهر لمسافة ٢٥م للمجموعتين التجريبية والضابطة

المتغيرات	ن	أق(ظهر)		أب		مستوى الدلالة	نسبة التطور
		س	ع	س	ع		
المجموعة الضابطة (الامري)	١٠	١١,٠٠م	١٠,٦١	١٩,٥م	٠,٨٠	٣,٦٠	٢,٢٦ الفرق
المجموعة التجريبية (التعاوني)	١٠	١٠,١٢م	١,٠٠١	٢٤,٥م	٠,٣٠	٥,٦٠	٢,٢٦ معنوي

تحت درجة حرية (٩) ومستوى دلالة (٠,٠٥)

يوضح الجدول (٣) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمجموعتي البحث للاختبار القبلي والبعدي الانجاز (المسافة المقطوعة) للاداء الفني للسباحة الظهر للمجموعتين الضابطة والتجريبية والتي هي على التوالي (١١,٠٠) - (١٠,٦١) كوسط حسابي وانحراف معياري للمجموعة الضابطة و (١٠,١٢ م) - (١٠,٠١) كوسط حسابي وانحراف معياري للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي و (١٩,٥) - (٠,٨٠) كوسط حسابي وانحراف معياري للمجموعة الضابطة و (٢٤,٥) - (٠,٣٠) في الاختبار البعدي للمجموعتين تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٩) وكانت الدلالة الاحصائية معنوية للمجموعتين حيث بلغت (ت) المحتسبة للمجموعة الضابطة (٣,٧١) وهي اكبر من (ت) الجدولية والبالغة (٢,٢٦) في حين كانت (ت) المحتسبة للمجموعة التجريبية (٥,٦٠) وهي اكبر من (ت) الجدولية والبالغة (٢,٢٦) وعند المقارنة بين النتائج نجد ان التعلم ودلالة حدوثه متوفرة لدى المجموعتين الا انه افضل لدى المجموعة التجريبية وهي ما تبينه نسب التطور للمجموعتين والتي هي على التوالي (١٨,٥%) و (٢٣,٥%)

جدول (٤)

يعرض نتائج المعالجات الإحصائية للاختبار ألبعدي للأداء الفني للسباحة الحرة وللمجموعتين التجريبية والضابطة

المتغيرات	ن	أب(حرة)		قيمة t المحتسبة	قيمة t الجدولية	مستوى الدلالة
		س	ع			
المجموعة الضابطة (الامري)	١٠	١٨,٥٠م	١,٣٥	٥,٣٢	٢,١٠	معنوي
المجموعة التجريبية (التعاوني)	١٠	٢٣,٥م	١,٢٠	٩,٧٠	٢,١٠	معنوي

تحت درجة حرية (١٨) ومستوى دلالة (٠,٠٥)

يوضح الجدول (٤) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمجموعتي البحث للاختبار البعدي الانجاز (المسافة المقطوعة) للاداء الفني للسباحة الحرة للمجموعتين الضابطة والتجريبية والتي هي على التوالي (١٨,٥٠) - (١,٣٥) كوسط حسابي وانحراف معياري للمجموعة الضابطة و(٢٣,٥) - (١,٢٠) كوسط حسابي وانحراف معياري للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي للمجموعتين تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٨) وكانت الدلالة الاحصائية معنوية للمجموعتين حيث بلغة (ت) المحتسبة للمجموعة الضابطة (٥,٣٢) وهي اكبر من (ت) الجدولية والبالغة (٢,١٠) في حين كانت (ت) المحتسبة للمجموعة التجريبية (٩,٧٠) وهي اكبر من (ت) الجدولية والبالغة (٢,١٠) وعند المقارنة بين النتائج نجد ان التعلم ودلالة حدوثه متوفرة لدى المجموعتين الا انه افضل لدى المجموعة التجريبية وهي ما تبينه القيم المحتسبة ل(ت) حيث انها للمجموعة التجريبية اعلى على الرغم من دالاتهما المعنوية مقارنة ب(ت) الجدولية

جدول (٥)

يعرض نتائج المعالجات الاحصائية للاختبار البعدي للاداء الفني للسباحة الظهر وللمجموعتين التجريبية والضابطة

المتغيرات	ن	أ-ب (ظهر)		قيمة t المحتسبة	قيمة t الجدولية	مستوى الدلالة
		س	ع			
المجموعة الضابطة (الامري)	١٠	١٩,٥ م	٠,٨٠	٦,٦٠	٢,١٠	معنوي
المجموعة التجريبية (التعاوني)	١٠	٢٤,٥ م	٠,٣٠	١٠,٠٠	٢,١٠	معنوي

تحت درجة حرية (١٨) ومستوى دلالة (٠,٠٥)

يوضح الجدول (٥) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمجموعتي البحث للاختبار البعدي الانجاز (المسافة المقطوعة) للاداء الفني لسباحة الظهر للمجموعتين الضابطة والتجريبية والتي هي على التوالي (١٩,٥) - (٠,٨٠) كوسط حسابي وانحراف معياري للمجموعة الضابطة و(٢٤,٥) - (٠,٣٠) كوسط حسابي وانحراف معياري للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي للمجموعتين تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٨) وكانت الدلالة الاحصائية معنوية للمجموعتين حيث بلغة (ت) المحتسبة للمجموعة الضابطة (٦,٦٠) وهي اكبر من (ت) الجدولية والبالغة (٢,١٠) في حين كانت (ت) المحتسبة للمجموعة التجريبية (١٠,٠٠) وهي اكبر من (ت) الجدولية والبالغة (٢,١٠) وعند المقارنة بين النتائج نجد ان التعلم ودلالة حدوثه متوفرة لدى المجموعتين الا انه افضل لدى المجموعة التجريبية وهي ما تبينه القيم المحتسبة ل(ت) حيث انها للمجموعة التجريبية اعلى على الرغم من دالاتهما المعنوية مقارنة ب(ت) الجدولية

٣,٤ مناقشة النتائج

عند ملاحظة الجداول (٢)، (٣)، (٤)، (٥) الخاصة بنتائج المجموعات البحثية التجريبية والضابطة في اختبار الانجاز (المسافة المقطوعة) وللسباحة الحرة والظهر

، نرى ان كلا المجموعتين التجريبية والضابطة قد تطورتا لكن كان التطور اكثر بالنسبة للمجموعة التجريبية والتي استخدمت اسلوب التعلم التعاوني . ويعزو الباحث ذلك التقدم في مستوى الانجاز (المسافة المقطوعة) الى ان من الاهداف المباشرة لتطبيق اسلوب التعلم التعاوني "هو زيادة تقديرات الذات عند الطلاب ، ويزيد العاطفة بين اعضاء المجموعة الواحدة والمجموعات الاخرى ، وينمي اتجاهات الطلبة الايجابية نحو انفسهم ونحو زملائهم اذ ان العلاقة الترابطية المشتركة بين مجموعات الطلبة تتطلب اعتماد طالب على اخر بصورة ايجابية ، فعند تداخل المعلومات بين مجموعتين او اكثر يجري تعلم مهارات فردية فضلا عن مهارات وسمات مختلفة مثل الثقة بالنفس والقيادة واتخاذ القرار ، وان النجاح في انجاز المهمات المحددة والمعدة سابقا يتوقف على التعاون بدلا من التنافس كما انهم مسؤولون عن انجاز عمل لكل فرد في المجموعة" (الربيعي، مصدر سبق ذكره ٨٠، ٨١)

وكذلك "ان الطالب من خلال هذا الاسلوب يقوم باتخاذ القرار في اثناء الاداء على وفق قدراته وبما يوصله في النهاية لتحقيق افضل انجاز ضمن المهارة المتعلمة وكذلك يقوم بعملية التقويم في مرحلة ما بعد الدرس في مرحلة التقويم يقوم التلميذ باتخاذ القرارات الخاصة بعملية ادائه ويقرر في اي المستويات المتوفرة يتم الاستمرار بالأداء" (موستن، ١٩٩١، ١٨٤)

لقد راعى الباحث ومنذ البداية مبدأ التنظيم لهذا الاسلوب وتطبيقه ضمن الوحدات التعليمية اذ "يمكن تنظيم التدريب على المهارات المعنية بما ينسجم والهدف المنشود بحيث يكون ايجابيا في عملية التعلم" (قاسم لزام، ١٩٩٧، ٥١). اضافة الى ان هذا الاسلوب لم يتم استخدامه من قبل اثناء عملية تعلم السباحة والذي يؤدي "الى تسهيل عملية التعلم واختصار الوقت والجهد وهذا يؤدي الى تكرار الحركة بشكل افضل وصحيح من قبل المتعلم" (بسطويسي احمد واخرون، ١٩٨٤، ٨٨)

الباب الخامس

٥-الاستنتاجات والتوصيات

١,٥ الاستنتاجات

- ١- البرنامج التعليمي المقترح له تأثير ايجابي ذو دلالة احصائية على تطوير مستوى الاداء المهارى لسباحتي الحرة والظهر .
- ٢- ان استخدام الاسلوبين الامري والتعاوني اظهر تحسن في الاداء المهارى من خلال الاختبارات القبلية والبعدية لعينة البحث .
- ٣- ان لأسلوب التعلم التعاوني فعالية اكثر من الاسلوب الامري وظهر ذلك واضحا من خلال نتائج افراد المجموعة التجريبية التي طبقة الاسلوب التعاوني ، وهذا يدل على تفوق الاسلوب التعاوني.

٢,٥ التوصيات :

١. التنوع باستخدام اساليب التدريس ضمن برنامج الاعداد المهارى للفعاليات المائية على اختلافها
٢. ضرورة استخدام اسلوب التعلم التعاوني للمبتدئين والناشئين .
٣. اجراءات دراسات مشابهة باستخدام اساليب تدريسية اخرى ولمهارات وفعالية اخرى .
- ٤ - ضرورة التركيز على التخلص من الخوف لدى المتعلمين في بداية اي عملية لتعليم السباحة.
- ٥ - اجراء دراسات تهتم بوضع برامج تعليمية قائمة على اسس عملية سليمة تتناسب مع الخصائص النفسية والبدنية والمهارية لباقي الفئات العمرية .

المصادر & المراجع

١. اسامة كامل راتب : تعليم للسباحة ط ١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ١٩٩٨،
٢. بسطويسي احمد واخرون : طرق التدريس في مجال التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٨٤ .
٣. توفيق احمد مرعي : الاجتماعي ضرورة اجتماعية : (جامعة حلوان، ٢٠٠٧) .
٤. خالد الغامدي : التدريس بطريقة التعلم التعاوني : (السعودية ، وزارة التربية والتعليم ، ٢٠٠٨) .
٥. خليل ابراهيم سليمان ، تأثير استخدام التعلم التعاوني بطريقة التدريب الدائري في تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة : (أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، ٢٠٠٣) .
٦. علي الديري : طرق تدريس التربية الرياضية في المرحلة الاساسية : (اربد ، دار الكندي للنشر والتوزيع ، ١٩٩٩) .
٧. قاسم لزام صبر : اثر بعض طرائق التعلم في اكتساب وتطور مستوى الاداء في المهارات المغلقة والمفتوحة ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ١٩٩٧ .
٨. محمد علي القط: المبادئ العلمية للسباحة: الزقازيق، دار القبس للطباعة وفصل الالوان، ١٩٩٩
٩. محمود داوود الربيعي ومحمود الحلية ؛ استراتيجيات التعلم التعاوني العامة : (عمان ، دار الميسرة للنشر ، ٢٠٠٢) .
١٠. موسكا موستن وسارة اشو ورث ؛ تدريس التربية الرياضية ، (ترجمة) جمال صالح واخرون ، (مطبعة جامعة الموصل ، ١٩٩١) .

المصادر الاجنبية

1- smith , Karl, A : cooperative learning effect team work for engineering classroom . university of minnesota cooperative learning center Microsoft internet 1999 p1.

الملاحق

نموذج من الوحدة التعليمية بأسلوب التعلم التعاوني

الوحدة التعليمية ()					المرحلة	
الهدف التعليمي/ تعليم الطلبة مرحلة					الانزلاق الثابت والمتحرك لسباحتي الحرة والظه	
الهدف التربوي /					الوقت (٦٠) دقيقة	
					الرياضة تعلم للحركة والتعلم بواسطة الحركة	
					التاريخ	
الملاحظات	التنظيم	التفاصيل	اقسام الوحدة		الوقت/د	
الوقوف الصحيح	xxxxxxxxx ○	الحضور وتهيئة الادوات	المقدمة	الجزء التحضيري	١٠د	
التأكيد على اهم المجاميع العضلية المشتركة	x x x x x x x x x x x x x x x ○	تهيئة عامة لجميع اعضاء الجسم	احماء عام			
		تهيئة خاصة لخدمة الجزء الرئيس	احماء خاص			
اعطاء ورقة الواجب وافهام التلميذ ما هو مطلوب ونتركه له اختيار آلية التنفيذ	x x x ○	- شرح المراحل النسبية لسباحتي الحرة والظهر وكيفية تطبيق اسلوب التعلم التعاوني من قبل المدرس - تغذية راجعة مسبقة للأداء	القسم التعليمي	الجزء الرئيس	٤٥د	

التغذية الراجعة العكسية حول المشاركة وقيام كل طالب بدوره	*** — — **** — ***	- تقسيم الصف بواقع ٣ طلاب لمجموعتين و٤ طلاب للمجموعة الثالثة . - تمارين جماعية الى ثلاث مجاميع متنوعة تتضمن اداء التنفس وتحديد المسافة بما يتناسب مع قابلية كل طالب . - اختبار تمرين واحد للتنفس من مسافات مختلفة ولتكرارات متعددة.	القسم التطبيقي	
المحافظة على النظام	× × × ×	تمارين تهدئة واسترخاء واعادة الادوات الى مكانها ثم اليعاز بالانصراف	الجزء الختامي	٥٥

نماذج الأهداف التعليمية والتمارين المؤدية لها

الوحدة التعليمية الرابعة

الهدف التعليمي : الطفو الانزلاق الافقي على البطن

- أ- الاحماء داخل الماء .
- ب- مراجعة المهارة السابقة .
- ت- شرح المهارة الجديدة وبيان اهميتها ثم اداء نموذج للمهارة
- ث- اداء التمارين التالية في المنطقة الضحلة .
- مسك حافة الحوض باليدين ، اخذ نفس عميق ، انزال الجسم والراس تحت سطح الماء ، فرد الجسم على سطح الماء للوصول الى وضع الطفو الافقي .
- نفس السابق مع ترك اليدين للحافة وبقائهما قربتين من حافة الحمام لمسكها عند الحاجة
- من وضع الوقوف والذراعان عاليا ميل الجذع امام ، ملامسة الجسم لسطح الماء ، رافع الرجلين خلفا ومسكهما من قبل الزميل للوصول الى وضع الطفو الافقي على البطن ، ثم يقوم الزميل بدفعهما الى الامام للوصول الى وضع الانزلاق الافقي
- نفس السابق مع دفع قاع الحمام بالقدمين للوصول الى وضع الطفو الافقي ، الانزلاق اماما .
- نفس التمرين السابق مع دفع حائط الحمام بقدم واحدة
- نفس التمرين السابق مع دفع الحائط بالقدمين معا
- نفس التمرين السابق مع التركيز على الانزلاق الافقي لأطول مسافة .

- عمل منافسة على شكل لعبة صغيرة
- نشاط حر.

الوحدة التعليمية الخامسة

الهدف التعليمي : اطفو الافقي والانزلاق على الظهر

- أ- الاحماء داخل الماء
- ب- مراجعة المهارة السابقة
- ت- شرح المهارة الجديدة وبيان اهميتها ثم اداء نموذج للمهارة
- ث- اداء التمارين التالية في المنطقة الضحلة
- الظهر مواجهها لحائط الحمام ، ميل الجسم خلفا ، مسك حافة الحمام واسناد الراس على الحافة ، دفع قاع الحمام بعد الرجلين متابعتها بالرجل الثانية للوصول الى وضع الطفو الافقي على الظهر
- الظهر مواجهها لزميل ، ميل الجسم خلفا ، سند الزميل اسفل رقبة المؤدي وسحبه للخلف للوصول الى وضع الطفو الافقي على الظهر
- الصدر مواجهها لحائط الحمام ، ميل الجسم خلفا مع رفع الذراعين عاليا ، دفع قاع حمام بالرجلين للوصول لوضع الطفو الافقي والانزلاق خلفا
- نفس التمرين السابق استخدام الطوافة
- الصدر مواجهها لحائط الحمام ، مسك حافة الحمام باليدين ، ضم الركبتين الى الصدر ووضع القدمين على جدار المسبح ، ترك اليدين لحافة الحمام مع فرد الجسم خلفا على سطح الماء والذراعان جانبيان ، دفع الحائط بالرجلين للوصول لوضع الطفو الافقي والانزلاق خلفا
- نفس التمرين السابق مع رفع الذراعين عاليا اولاً
- نفس التمرين السابق في المنطقة العميقة مع تحريك الرجلين ببطء
- عمل منافسة على شكل لعبة صغيرة
- نشاط حر

الوحدة التعليمية السادسة

الهدف التعليمي: سباحة الظهر الابتدائية

- أ- الاحماء داخل الماء
- ب- مراجعة المهارة السابقة
- ت- شرح المهارة الجديدة وبيان اهميتها ثم اداء نموذج للمهارة
- ث- اداء التمارين التالية في المنطقة الضحلة
- ميل الجسم خلفا مع رفع الذراعين عاليا ، دفع قاع الحمام بالرجلين للوصول لوضع الطفو الافقي على الظهر والانزلاق خلفا
- نفس التمرين السابق ، البدء بتحريك الرجلين ببطء
- نفس التمرين السابق مع تحريك الذراعين

- مسك حافة الحمام باليدين ، ضم الركبتين الى الصدر ووضع القدمين على حائط الحمام ، ترك اليدين لحافة الحمام مع فرد الجسم خلفا على سطح الماء والذراعان عاليا ، دفع الحائط بالرجلين للوصول لوضع الطفو الافقي والانزلاق خلفا
- نفس التمرين السابق ، البدء بتحريك الرجلين ببطء
- نفس التمرين السابق مع تحريك الذراعين
- نفس التمرين السابق في المنطقة العميقة ومحاولة الوصول الى المنطقة الضحلة
- نفس التمرين السابق مع البدء بالمنطقة الضحلة والانتهاء في المنطقة العميقة
- عمل منافسة على شكل لعبة صغيرة
- نشاط حر

الوحدة التعليمية السابعة

الهدف التعليمي: تعلم ضربات الرجلين في سباحة الزحف على البطن

- أ- الاحماء داخل الماء
- ب- مراجعة المهارة السابقة
- ت- شرح المهارة الجديدة وبيان اهميتها ثم اداء نموذج المهارة
- ث- اداء التمارين التالية في المنطقة الضحلة
- الجلوس على حافة الحمام واداء ضربات الرجلين في الهواء بالتبادل
- نفس التمرين السابق مع ملامسة الرجلين لسطح الماء
- مسك حافة الحمام باليدين ، فرد الجسم على سطح الماء للوصول الى وضع الطفو الافقي على البطن ، اداء ضربات الرجلين
- الطفو الافقي على البطن ،مسك الزميل لذراعي المؤدي ، اداء ضربات الرجلين
- دفع الحائط بالرجلين للوصول الى وضع الطفو الافقي والانزلاق على البطن
- اداء ضربات الرجلين
- دفع الحائط بالرجلين للوصول الى وضع الطفو الافقي والانزلاق على البطن ، اداء ضربات الرجلين
- نفس التمارين السابقة في المنطقة العميقة
- عمل منافسة على شكل لعبة صغيرة
- نشاط حر

الوحدة التعليمية الثامنة

الهدف التعليمي: تعلم ضربات الذراعين في سباحة الزحف على البطن

- أ- الاحماء داخل الماء
- ب- مراجعة للمهارة السابقة
- ت- شرح المهارة الجديدة وبيان اهميتها ثم اداء نموذج للمهارة

ث- اداء التمارين التالية في المنطقة الضحلة

- اداء المهارة خارج الحمام
- وقوف فتحا ، ميل الجذع اماما مع بقاء الوجه خارج الماء ، اداء ضربات الذراعين
- نفس التمرين السابق مع المشي اماما
- نفس التمرين السابق مع وضع الوجه في الماء
- الطفو الافقي على البطن ، مسك الزميل للرجلين من الفخذ ، اداء ضربات الذراعين
- مسك حافة الحمام بأصابع الرجلين للوصول الى وضع الطفو الافقي على البطن ، اداء ضربات الذراعين
- دفع الحائط بالرجلين للوصول الى وضع الطفو الافقي ، اداء ضربات الذراعين
- ربط حركات الذراعين بحركات الرجلين
- نفس التمرين السابق في المنطقة العميقة
- عمل منافسة على شكل لعبة صغيرة
- نشاط حر

الوحدة التعليمية التاسعة

الهدف التعليمي: ربط مهارة ضربات الذراعين والرجلين مع التنفس

- أ- الاحماء داخل الماء
- ب- مراجعة للمهارة السابقة
- ت- شرح المهارة الجديدة وبيان اهميتها ثم اداء نموذج للمهارة