



The effect of the educational guidance package to learning freestyle swimming for students

Ali Aidan Mahdi Kadhem ^{*1} , Prof. Dr. Haitham Hussein Abdel Hassan ² 

^{1,2,3} Faculty of Physical Education and Sports Science / University of Babylon, Iraq.

*Corresponding author:

Received: 13-06-2024

Publication: 28-08-2024

Abstract

The educational portfolio is one of the means of self-education, and it is an educational system with content that helps learners achieve educational goals on their own and according to their abilities and needs. It helps in self-learning according to gradual steps from easy to difficult, so that it guides the learner and facilitates the self-learning process for him. Psychological counseling is an organized and planned process that aims to help the learner understand himself, know his abilities, develop his skills, solve his problems, and achieve his goals within the framework of societal values and the general goals of education in society, and then achieve psychological, educational, professional, and social compatibility for the counselee. From the above, the importance of research is evident in the use of an educational method that includes educational and psychological aspects to create an environment that suits learners and reduces the effort and time in learning freestyle swimming for students.

Keywords

Educational Bag, Guidance, Freestyle Swimming.



أثر الحقيبة التعليمية الإرشادية في تعلم السباحة الحرة للطلاب

علي عيدان مهدي كاظم ، أ.د. هيثم حسين عبد حسن

العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تاريخ استلام البحث ٢٠٢٤/٦/١٣ تاريخ نشر البحث ٢٠٢٤/٨/٢٨

المخلص

تعد الحقيبة التعليمية إحدى وسائل التعليم الذاتي، وهي نظام تعليمي ذو محتوى يساعد المتعلمين في تحقيق الأهداف التعليمية ذاتياً وحسب قدراتهم وحاجاتهم. حيث تساعد في التعلم ذاتياً على وفق خطوات متدرجة من السهل إلى الصعب بحيث تقود المتعلم وتسهل عليه عملية التعلم ذاتياً. ويعد الإرشاد النفسي عملية منظمة ومخططة تهدف إلى مساعدة المتعلم لكي يفهم ذاته ويعرف قدراته ويطور مهاراته ويحل مشكلاته ويحقق أهدافه في إطار القيم المجتمعية والأهداف العامة للتعليم في المجتمع ومن ثم تحقيق التوافق النفسي والتربوي والمهني والاجتماعي للمسترشد. مما جاء اعلاه تتجلى أهمية البحث المتمثلة باستعمال وسيلة تعليمية تتضمن جوانب تعليمية ونفسية لخلق بيئة تلائم المتعلمين وتختصر الجهد والوقت في تعلم السباحة الحرة للطلاب.

الكلمات المفتاحية: الحقيبة التعليمية، الإرشادية، السباحة الحرة.

١-المقدمة:

تعد الحقيبة التعليمية إحدى وسائل التعليم الذاتي، وهي نظام تعليمي ذو محتوى يساعد المتعلمين في تحقيق الأهداف التعليمية ذاتياً وحسب قدراتهم وحاجاتهم. حيث تساعد في التعلم ذاتياً على وفق خطوات متدرجة من السهل إلى الصعب بحيث تقود المتعلم وتسهل عليه عملية التعلم ذاتياً. ويعد الإرشاد النفسي عملية منظمة ومخططة تهدف إلى مساعدة المتعلم لكي يفهم ذاته ويعرف قدراته ويطور مهاراته ويحل مشكلاته ويحقق أهدافه في إطار القيم المجتمعية والأهداف العامة للتعليم في المجتمع ومن ثم تحقيق التوافق النفسي والتربوي والمهني والاجتماعي للمسترشد. مما جاء اعلاه تتجلى أهمية البحث المتمثلة باستعمال وسيلة تعليمية تتضمن جوانب تعليمية ونفسية لخلق بيئة تلائم المتعلمين وتختصر الجهد والوقت في تعلم السباحة الحرة للطلاب.

ويهدف البحث الى:

١- التعرف على إثر الحقيبة التعليمية الإرشادية في تعلم السباحة الحرة للطلاب.

٢- إجراءات البحث:

٢-١ منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

وتكونت عينة البحث من طلاب كلية التربية الرياضية-جامعة المستقبل، إذ تم تطبيق أداة البحث (مقياس الثقة بالماء) بصيغتهما الأولى على (١٠٠) طالب من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة المستقبل. ثم طبق المقياس (الثقة بالماء) بصورته النهائية على طلاب المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة المستقبل. وبعد تحديد الطلاب الغير متعلمين للسباحة الحرة تم تقسيمهم على مجموعتين (ضابطة وتجريبية)، ثم قام الباحثان بتطبيق الحقيبة التعليمية الإرشادية على أفراد المجموعة التجريبية بواقع (٨) وحدات.

٢-٣ الوسائل والأدوات والأجهزة المستعملة في البحث:

- المصادر والمراجع العربية والاجنبية.
- المقابلات الشخصية
- الاستبانة
- الاختبار والقياس
- حوض سباحة
- شريط لقياس الطول
- ميزان لقياس الوزن (كوري المنشأ)
- ساعة توقيت
- جهاز حاسوب محمول نوع (DELL)
- آلة تصوير نوع Sony يابانية الصنع
- أقراص ليزرية CD

٢-٤ الحقيبة التعليمية الارشادية: استخدم الباحثان الوسائل الإحصائية لبرنامج (SPSS).

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها على وفق البيانات التي تم الحصول عليها من خلال نتائج الاختبارات القبالية والبعدية لأفراد عينتي البحث الضابطة والتجريبية قبل وبعد الانتهاء من تطبيق الحقيبة التعليمية الارشادية، في جداول توضيحية تسهل من ملاحظة الفروقات ومقارنة نتائج العمليات الإحصائية لغرض الوصول للنتائج النهائية.

٣-١ عرض وتحليل نتائج تعلم مهارات السباحة الحرة:

٣-١-١ عرض وتحليل الاختبارات القبليّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية:

يعرض الباحثان نتائج الاختبار القبلي بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) لمعرفة تأثير أثر الحقبة التعليمية الارشادية في تعلم السباحة الحرة للطلاب وكما مبين في الجدول (١)

جدول (١) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودرجة (sig) ونوع الفرق بين المجموعتين في الاختبار القبلي

المتغيرات	المجموعة	س	± ع	قيمة (ت) المحسوبة	درجة (sig)	الدلالة
الطفو	تجريبية	1.688	0.27	0.234	0.081	معنوي
	ضابطة	1.708	0.19			
الانسياب الامامي	تجريبية	1.885	0.25	0.220	0.082	معنوي
	ضابطة	1.904	0.21			
حركة الذراعين والتنفس.	تجريبية	1.908	0.19	0.495	0.062	معنوي
	ضابطة	1.874	0.18			
السباحة الحرة	تجريبية	٢,٠٤٤	0.26	0.831	0.042	معنوي
	ضابطة	١,٩٥٤	0.29			

الجدول (١) يبين نتائج الاختبار القبلي لإفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في أداء مهارات السباحة الحرة، إذ حققت المجموعة التجريبية في مهارة الطفو وسطاً حسابياً مقداره (١,٦٨٨) بانحراف معياري مقداره (٠,٢٧)، بينما حققت المجموعة الضابطة وسطاً حسابياً مقداره (١,٧٠٨) بانحراف معياري مقداره (٠,١٩)، ولمعرفة حقيقة الفروق بين الاوساط الحسابية قام الباحثان باحتساب قيمة (t) للعينات المستقلة، إذ بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٢٣٤) وهي غير دالة كون مستوى الدلالة (sig) عندها كانت أكبر من (٠,٠٥) وهذا يدل على وجود فروق عشوائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة. وحققت المجموعة التجريبية في مهارة الانسياب الامامي وسطاً حسابياً مقداره (١,٨٨٥) بانحراف معياري مقداره (٠,٢٥)، بينما حققت المجموعة الضابطة وسطاً حسابياً مقداره (١,٩٠٤) بانحراف معياري مقداره (٠,٢١)، ولمعرفة حقيقة الفروق بين الاوساط الحسابية قام الباحثان باحتساب قيمة (t) للعينات المستقلة، إذ بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٢٢٠) وهي غير دالة كون مستوى الدلالة (sig) عندها كانت أكبر من (٠,٠٥) وهذا يدل على وجود فروق عشوائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة. وحققت المجموعة التجريبية في مهارة حركة الذراعين والتنفس وسطاً

حسابياً مقداره (١,٩٠٨) بانحراف معياري مقداره (٠,١٩)، بينما حققت المجموعة الضابطة وسطاً حسابياً مقداره (١,٨٧٤) بانحراف معياري مقداره (٠,١٨) ، ولمعرفة حقيقة الفروق بين الأوساط الحسابية قام الباحثان باحتساب قيمة (t) للعينات المستقلة ، إذ بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٤٩٥) وهي غير دالة كون مستوى الدلالة (sig) عندها كانت أكبر من (٠,٠٥) وهذا يدل على وجود فروق عشوائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة. وحققت المجموعة التجريبية في مهارة السباحة الحرة وسطاً حسابياً مقداره (٢,٠٤٤) بانحراف معياري مقداره (٠,٢٦)، بينما حققت المجموعة الضابطة وسطاً حسابياً مقداره (١,٩٥٤) بانحراف معياري مقداره (٠,٢٩) ، ولمعرفة حقيقة الفروق بين الأوساط الحسابية قام الباحثان باحتساب قيمة (t) للعينات المستقلة ، إذ بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٨٣١) وهي غير دالة كون مستوى الدلالة (sig) عندها كانت أكبر من (٠,٠٥) وهذا يدل على وجود فروق عشوائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة.

٢-٣ عرض وتحليل الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية:

يعرض الباحثان نتائج الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) لمعرفة تأثير إثر الحقيبة التعليمية الإرشادية في تنمية الثقة وتعلم السباحة الحرة للطلاب وكما مبين في الجدول (٢)

جدول (٢) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودرجة (sig) ونوع الفرق بين المجموعتين في الاختبار البعدي

المتغيرات	المجموعة	س	ع±	قيمة (ت) المحتسبة	درجة (sig)	الدلالة
الطفو	تجريبية	٥,٣٤٢	1.52	2.013	0.003**	معنوي
	ضابطة	٤,١٣٦	1.72			
الانسياب الامامي	تجريبية	٦,٠١٦	1.33	2.621	0.020*	معنوي
	ضابطة	٤,٧٢٤	1.31			
حركة الذراعين والتنفس	تجريبية	٦,١٦٦	1.64	2.731	0.016*	معنوي
	ضابطة	٤,٤٣٦	1.61			
السباحة الحرة كاملة	تجريبية	٦,٤٢٢	1.47	3.398	0.004**	معنوي
	ضابطة	٤,٣٦٤	1.83			

يبين الجدول (٢) نتائج الاختبار البعدي لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في أداء مهارات السباحة الحرة ، إذ حققت المجموعة التجريبية في مهارة الطفو وسطاً حسابياً مقداره (٥,٣٤٢) بانحراف معياري مقداره (١,٥٢)، بينما حققت المجموعة الضابطة وسطاً حسابياً مقداره (٤,١٣٦) بانحراف معياري مقداره (١,٧٢)، ولمعرفة حقيقة الفروق بين الأوساط الحسابية قام الباحثان باحتساب قيمة (t) للعينات المستقلة ، إذ بلغت قيمة (t) المحسوبة (٢,٠١٣) وهي دالة لكلاً المجموعتين لكون مستوى (sig) (0.00٣) أقل من (٠,٠٥) عند درجة حرية (٢٨)، مما يدل على معنوية الفروق لصالح نتائج الاختبار البعدي ولكلاً المجموعتين، وهذا يدل على وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

وحققت المجموعة التجريبية في مهارة الانسياب الامامي وسطاً حسابياً مقداره (٦,٠١٦) بانحراف معياري مقداره (١,٣٣)، بينما حققت المجموعة الضابطة وسطاً حسابياً مقداره (٤,٧٢٤) بانحراف معياري مقداره (١,٣١)، ولمعرفة حقيقة الفروق بين الأوساط الحسابية قام الباحثان باحتساب قيمة (t) للعينات المستقلة ، إذ بلغت قيمة (t) المحسوبة (٢,٦٢١) وهي دالة لكلاً المجموعتين لكون مستوى (sig) (٠,٠٢٠) أقل من (٠,٠٥) عند درجة حرية (٢٨)، مما يدل على معنوية الفروق لصالح نتائج الاختبار البعدي ولكلاً المجموعتين، وهذا يدل على وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية. وحققت المجموعة التجريبية في مهارة حركة الذراعين والتنفس وسطاً حسابياً مقداره (٦,١٦٦) بانحراف معياري مقداره (١,٦٤)، بينما حققت المجموعة الضابطة وسطاً حسابياً مقداره (٤,٤٣٦) بانحراف معياري مقداره (١,٦١)، ولمعرفة حقيقة الفروق بين الأوساط الحسابية قام الباحثان باحتساب قيمة (t) للعينات المستقلة ، إذ بلغت قيمة (t) المحسوبة (٢,٧٣١) وهي دالة لكلاً المجموعتين لكون مستوى (sig) (٠,٠١٦) أقل من (٠,٠٥) عند درجة حرية (٢٨)، مما يدل على معنوية الفروق لصالح نتائج الاختبار ولكلاً المجموعتين ، وهذا يدل على وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

وحققت المجموعة التجريبية في مهارة السباحة الحرة وسطاً حسابياً مقداره (٦,٤٢٢) بانحراف معياري مقداره (١,٤٧)، بينما حققت المجموعة الضابطة وسطاً حسابياً مقداره (٤,٣٦٤) بانحراف معياري مقداره (١,٨٣)، ولمعرفة حقيقة الفروق بين الأوساط الحسابية قام الباحثان باحتساب قيمة (t) للعينات المستقلة ، إذ بلغت قيمة (t) المحسوبة (٣,٣٩٨) وهي دالة لكلاً المجموعتين لكون مستوى (sig) (٠,٠٠٤) أقل من (٠,٠٥) عند درجة حرية (٢٨)، مما يدل على معنوية الفروق لصالح نتائج الاختبار البعدي ولكلاً المجموعتين، وهذا يدل على وجود

فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

٣-٣ مناقشة النتائج:

من الجدولين (٢,١) يتبين أن هناك فروقاً إحصائية ذات دلالة معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياسات البعدية، وذلك لصالح أفراد المجموعة التجريبية. ويعزو الباحثان هذه النتائج إلى الحقيبة التعليمية الإرشادية، وما تحتويه من مفردات نفسية وحركية، والتي أسفرت عن نتائج سريعة وملموسة في تحسين الثقة ومهارات السباحة الحرة لدى المشاركين.

عند مقارنة التحسن الملحوظ في مهارات السباحة الحرة بين أفراد المجموعة الضابطة وأفراد المجموعة التجريبية، يتبين وجود فرق كبير لصالح أفراد المجموعة التجريبية. يرجع ذلك إلى خبرة مدرس المادة المضافة إلى دور الحقيبة التعليمية الإرشادية.

الباحثان يعزو تحسن مستوى أداء أفراد المجموعة التجريبية في مهارات السباحة الحرة إلى استخدام الحقيبة التعليمية الإرشادية. يشير إلى أن استخدام هذه الاستراتيجية يساعد الطلاب على تعلم أداء المهارات من خلال وضعهم في مواقف حيوية يطورون فيها المعلومات ويعالجونها بحسب أساليبهم المعرفية. وتبدأ هذه المواقف الحيوية من أول خطوة في تنفيذ النشاط التعليمي، مثل شرح الأهداف السلوكية وتطبيق مراحل التعلم واستثارة فاعلية الطلاب بوسائل مختلفة مثل الأسئلة والأمثلة والإيضاحات الإيجابية. وهذا يتفق مع ما جاء في دراسة الحيلة في عام ٢٠٠٩ إذ أكد " أنه عند استثارة الدافعية وتوجيهها وتوليد اهتمامات معينة لدى الطلاب فأنها تجعلهم يقبلون على ممارسة نشاطات معرفية وحركية تحثهم على المثابرة والعمل بشكل نشط وفعال".

يعزو الباحثان تحسن مستوى أداء أفراد المجموعة التجريبية في مهارات السباحة الحرة إلى الحقيبة التعليمية الإرشادية من خلال زيادة قابلية الطلاب لشعور المشاركة بأن لديهم القدرة على النجاح مع الحفاظ على فاعلية التحدي. وهذا يتفق مع ما ورد في دراسة عبد الهادي حميد وعبد الكريم فاضل في عام ٢٠٠٨ " إذ أكدوا على أن المشارك سيكون حافزاً على التعلم عندما يكون التحدي بالمستوى المناسب وهذا يعني ضرورة وجود فرصة معقولة من النجاح عند أداء الفعالية".

يعزو الباحثان تحسن مستوى أداء أفراد المجموعة التجريبية في مهارات السباحة الحرة إلى الاستخدام الأمثل لأساليب التعلم، بحيث تلائم درجة صعوبة المهارة والمستوى العمري للطلاب،

- ويشير إلى استخدام التغذية الراجعة. وهذا يتفق مع ما ورد في دراسة عبد الفتاح لطفي في عام ٢٠١١ إذ أكد إنَّ التكيف الصحيح للطريقة والأسلوب تعتمد على التفهم السليم للعوامل والمبادئ التي لها صلة بالموضوع لكي تثبت أثرها وقيمتها في مواقف تعليمية معينة “.
- الاستفادة الأكبر من الحقيبة التعليمية الإرشادية أثرت إيجاباً على مستوى التعلم لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة، حيث تمثلت هذه الفوائد في:
- ١- تركز الحقيبة التعليمية الإرشادية على الطالب بشكل أكبر من الأستاذ، حيث يتم تشجيع الطالب على التعلم الذاتي وبناء المعرفة بنفسه، وهو نوع من التعلم يكون ذو معنى بالنسبة للطالب ويتمشى مع حياته العملية.
 - ٢- تهدف الحقيبة التعليمية أيضاً إلى تنمية قدرات الطلاب على التعلم الذاتي، من خلال تنمية عمليات التعلم والبحث العلمي، مثل الملاحظة والمقارنة والتعميم والاستنتاج، وهذا يعزز مهاراتهم وقدرتهم على استيعاب المعرفة بشكل أكبر.
 - ٣- تعتمد الحقيبة التعليمية الإرشادية على مراعاة الفروق الفردية للطلاب من خلال تقسيم المهارة الحركية إلى واجبات متعددة. يتيح هذا النهج للطلاب اختيار ما يتناسب مع قدراتهم واستعداداتهم كخطوة أولى، ثم ينتقلون تدريجياً من واجب إلى آخر. وهذا ما أكدته قاسم لزام في عام ٢٠٠٥ من أن "هنالك درجات متعددة ويحق للطالب الاختيار من أي مكان يبدأ وهو الذي يقرر مستوى الأداء فهو أكثر معرفة باحتياجاته وقابليته الفردية."
 - ٤- استخدام الطالب التغذية الراجعة لنفسه يساعده على تعزيز تعلمه للمهارة المطلوبة، مما يزيد من فترة ممارسة الفعالية وتطوير المهارة بشكل أكبر.

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

- ١- ظهور فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم مهارات السباحة الحرة ولصالح المجموعة التجريبية.
- ٢- فاعلية الحقيبة التعليمية الإرشادية في تحسين الثقة وتعلم مهارات السباحة الحرة لدى طلاب المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة المستقبل.
- ٣- فاعلية الحقيبة التعليمية الإرشادية في تحقيق أهداف درس السباحة وهو تعلم الطلاب للمهارات الحركية للسباحة الحرة.
- ٤- ان الحقيبة التعليمية الإرشادية التي أعدها الباحثان كانت ملائمة لأعمار عينة البحث، وهذا ما أظهرته الفروق المعنوية في النتائج الإحصائية للبحث.

٤-٢ التوصيات:

- ١- تطوير القدرات النفسية جنباً إلى جنب مع القدرات البدنية والمهارية لدى طلاب المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة المستقبل.
- ٢- استعمال مفردات الحقيبة التعليمية الإرشادية التي أعدها الباحثان وتعميم نتائجها في مناهج كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة ل يتم العمل بها من قبل مدرسي رياضة السباحة للإفادة منها في تطوير المستوى البدني والمهاري والنفسي.

المصادر

- محمد محمود الحيلة: تكنولوجيا التعلم من أجل تنمية الفكر، ط٢، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ٢٠٠٩.
- عبد الفتاح لطفي: التعلم الحركي والنمو الانساني، ط١، عمان، دار زهران للنشر والتوزيع ، ٢٠١١.
- قاسم لزام: موضوعات في التعلم الحركي، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- زكي عليان (واخرون): مناهج وأساليب البحث العلمي، عمان، دار صفاء للنشر، ٢٠٠٠.
- محمد حسن علاوي واسامة راتب: البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط١، القاهرة، دار الفكر، ١٩٩٩.