ايجاد درجات محكية المرجع للمهارات الاساسية في السباحة الحرة للمبتدئين

م. م. ماني أحمد عارف أ. د. مجيد خدا يخش أسد أ. د. ئاراس نوري ملا محمود

جامعة السليمانية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

مستخلص البحث باللغة العربية

هدف البحث الى إيجاد درجات محكية المرجع للاداء المهاري في للسباحة الحرة للمبتدئين اما فرض البحث هو التعرف على الفروق بين مستوى الدرجات المحكية المعدة من قبل الباحثة ودرجات مجموعتي البحث التي أستخرجهاالباحثون ، اما مجتمع البحث وعينته فقد تكون من طلاب المدرسة البريطانية الدولية للعام الدراسي 2021–2022 والبالغ عددهم(75) طالب ، وفقد تضمن عرض وتحليل ومناقشة النتائج التي توصل اليها الباحثون وذلك من خلال النتائج التي توصلو اليها ، اما الاستنتاجات التي توصل لها الباحثون فهي وضع الجسم مستوى مقبول ودرجة محك ، –حركة الذراعين مستوى مقبول، –حركة الرجلين مستوى مقبول ، –التنفس مستوى متوسط ، –التوافق مستوى مقبول ، اما التوصيات فهي عتماد درجات محكية المرجع والمستوى للسباحة الحرة للمبتدئين كوسيلة تقويمية يمكن استخدامها من قبل المدربين والتدريسين.

Abstract

Find a criterion scores for basic skills in freestyle swimming for beginners

By

Mani Ahmed Aref Dr. Majeed Khoda feared Dr. Aras Nuri Mulla

University of Sulaymaniyah / College of Physical Education and Sports Sciences

The aim of the research is to find a criterion scores for the skillful performance in freestyle swimming for beginners. As for the imposition of the research, it is to identify the differences between the level of a criterion scores prepared by the researcher and the scores of the two research groups extracted by the researchers. As for the research population and its sample, the British International School students for the academic year 2021-2022. The number was (75) students, and it included presentation, analysis and discussion of the results that the researchers reached through the results they reached. As for the conclusions that the researchers reached, they are the position of the body at an acceptable level and the degree of touchstone, - the movement of the arms at an acceptable level, - the movement of the legs at an acceptable level , - Breathing is a medium level, - Compatibility is an acceptable level. As for the recommendations, they are to adopt standard criterion scores and the

level of free swimming for beginners as an evaluation method that can be used by coaches and teachers.

1- التعريف بالبحث:

1-1المقدمة البحث وأهميته:

أن التطور الكبير الحاصل في جميع المجالات التعليمية بشكل عام والاسيما في المجالات الرياضية بصورة خاصة ولاسيما في مجال القياس والتقويم والذي يعد من اهم المجالات في التربية البدنية والتي عن طريقها نستطيع ان نقيس ونقوم العملية التعليمية ومدى مدلولاتها وتاثيرها في العملية التعليمية ولاسيما في رياضة السباحة التي تعد إحدى الرياضات المائية الهامة والتى تستغل الوسط المائى كوسيلة للتحرك خلاله عن طريق كل من حركات الذراعين والرجلين والجذع بغرض الارتقاء بكفاءة الإنسان ليس فقط من الناحية البدنية والمهارية ولكن فى كافة النواحي النفسية والاجتماعية والعقلية والتي تعبر عن قدره المتعلم على سرعه وكفاءه تعلم المهارات الاساسيه ثم استخدامها الاستخدام الامثل باقل قدر من الجهد وبالسرعه والقوة المناسبه فى الوقت الصحيح والمكان المحدد مع امكانيه الربط بين تلك المهارات واجزائها بشكل مثالي والتوقيت الصحيح والملائم مع نوع الحركة ، وتعلم السباحة يعد واجب وضرورة ليس كرياضة فحسب ولكن للحفاظ على النفس من الغرق، لذا يعتبر تعلم السباحة من الضرورات للانسان، وهناك الكثير ممن تعلم السباحة ولكن ليس بالتكنيك المطلوب لذا يحتاج من المدرس أن يكون لديه وسيلة تقويمية للحكم على المتعلمين على مدى أتقان الحركان ونسبة تمكنه من السباحة، ويعد التقويم طريقة مهمة لإصدار أحكام قيمية عن الأفكار والخطط والمشروعات والأعمال لتقدير مدى الدقة والفاعلية، وقد تكون هذه الأحكام إما كمية Quantitative أو كيفية Qualitative ويشمل ذلك محكات من داخل الموضوع المراد تقويمه أو توضع من الخارج، والتقويم بالنسبة للعملية التعليمية يحتل جزءاً هاماً بالنسبة للتعليم من أجل التعلم، فالتعليم والتقويم يبدو دائماً مترابطين[1] .

1-مزاري فاتح اكلي:اقتراح بطارية اختبارات لتقويم القدرات المهارية والبدنية اثناء عملية انتقاء السباحين الناشئين للمرحلة العمرية 12-13 سنة ،اطروحة دكتوراه غير منشورة ،معهد التربية البدنية والرياضية ،جامعة الجزائرية،2013،ص20.

والتقويم المحكي، هو التقويم الذي يسعى لتحديد مستوى المتعلم بالنسبة الى محك (مستوى) ثابت دون الرجوع الى أداء فرد أخر وهذا يعني أننا لا نقارن هنا أداء الفرد المراد تقويمه بأداء أفراد الاخرين وإنما نقارنه بمستوى محك معين ثابت نحدده مسبقا وهذا المستوى يرتبط عادة بالأهداف السلوكية للمقرر التعليمي فمثلا نستطيع أن نحدد المحكات التي نريد ان يصل اليها المتعلم لكي نعتبرة قد تمكن من التعلم، وأن تحديد مستوى المحك المرغوب فيتم من خلال خبراء المادة التعليمية أو من المدرب نفسه ويعتمد المدرب في تحديد المحك

على خبرته مع المتعلمين وطبيعة المادة المراد تعليمها وأهدافها والتقارير السابقة للاداء وهذا المحك سوف يتم إيجاده من خلال الاعتماد على عينة من المتعلمين الذين يمتلكون مهارات سباحة الحرة ومن خلاله تستخرج الباحثة محك تحكم به على المتعلمين ويكون الحد الفاصل لهم أنهم تعلموا أم لا.[1]

1-2 مشكلة البحث:

من خلال الاطلاع الباحثون على المصادر والمراجع والمقابلات الشخصية والدراسات السابقة ومن خلال خبرة الباحثون كتدريسيون في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لسنوات عديدة لاحظو عدم الاهتمام واغفال احد الجوانب المهمة الا وهي عدم وجود محك مرجعي للمتعلمين في مادة السباحة والاعتماد عليها في تحديد مستويات المتعلمين في مادة السباحة وعدم التركيز عليها في العملية التعليمية ، أذ انها حد الجوانب المهمة في تعليم السباحة لما تحتاجه هذه الرياضة ، ولكي نتمكن من تقويم مستوى المتعلمين يجب ان يكون هناك درجات محكية ومعيارية تساعد للتعرف على المستويات و معرفة ذلك والتقويم المحكي تعد وسيلة للحكم على مستوى التعلم.

1-3اهداف البحث:

1- إيجاد درجات محكية المرجع للاداء المهاري في للسباحة الحرة للمبتدئين.

1-4فرض البحث:

1- التعرف على الفروق بين مستوى الدرجات المحكية الباحثة ودرجات مجموعتي البحث التي أستخرجتها الباحثة.

1-مروان عبدالجبار:الاختباروالقياس والتقويم في التربية الرياضية،ط1،عمان،دار الفكر للطباعة والنشروالتوزيع،1999،ص37

1-5مجالات البحث:

1- المجال البشري: طلاب المدرسة البريطانية الدولية للعام الدراسي 2021-2022.

2- المجال الزماني: .

3- المجال المكاني: مسبح سولي سبوت هب / السليمانية .

1-6 تحديد المصطلحات:

1-التقويم المحكي:هو معيار نحكم به على الاختبار او نقيمه.وقد يكون مجموعة من الدرجات او المقاييس او التقديرات او الانتاج ،صمم الاختبار للتنبؤ بها ،او الارتباط معها ،كقياس لصدقها،وهو ايضا مجموعة من المفاهيم او الافكار المستخدمة في الحكم على محتوى الاختبار عند تقدير مضمونه او صدقه المنطقي.[1]

1-محمد صبحي حسانين:القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية،ج1،ط6،دار الفكر العربي،القاهرة،2004م،ص30.

2-منهجية البحث واجرءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث:

توجد العديد من المناهج التي تستخدم في البحث العلمي، ولما كان المنهج يعني (إتباع خطوات منطقية معينة في تناول المشكلات أو الظواهر أو معالجة القضايا العلمية للوصول إلى اكتشاف الحقيقة).[1] فهذا يعني إن لكل بحث منهجاً خاصاً يتبع لحل المشكلات

---

[1] - عبدالله عبدالرحمن الكندري ومحمد عبدالدايم: مدخل الى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية، ط2، الكويت، مطبعة الفلاح للنشروالتوزيع، 1999، ص107.

وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي مع عينة المعايير .

2-2 مجتمع البحث وعينته:

(من الأمور الواجب مراعاتها في البحث العلمي اختيار عينة تمثل المجتمع الأصلي تمثيلاً صادقاً وحقيقياً، إذ ترتبط عملية اختيار العينة ارتباطاً وثيقاً بطبيعة البحث المأخوذة منه العينة، كونها تمثل الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل أو النموذج الذي يجري الباحث مجمل ومحور عمله عليه).[2]

تم أعتماد عينة المحك المرجعي على عينة من المتعلمين الذين سبق وتعلموا السباحة على يد مختصين في السباحة الحرة ويبلغ عددهم (75)متعلماً للسنة الدراسية(2021-2022) اما عينة البحث بلغت (75) متعلما.

وكان السبب من تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية هو:-

1- إبداء التعاون من قبل مسبح سولي سبورت هب.

2- إبداء التعاون من قبل اولياء امور المشتركين فيها.

4- إبداء التعاون من قبل مدرسة البريطانية العالمية في السليمانية.

3-3 الاجراءات الادارية:

من اجل القيام بالبحث كان لابد من الاطلاع المسبق على مجتمع البحث والتعرف عليه عن كثب لذلك تم اتخاذ بعض الخطوات الادارية التي تتعلق بالكتب الرسمية التي تتيح للباحثة الاتصال المباشر بالعينة بشكل رسمي ومن اجل تسهيل مهمة البحث قامت الباحثة بالاتي:

تقديم طلب الى كلية التربية البدنية والعلوم الرياضة.

تمت مخاطبة ادارة مدرسة البريطانية من قبل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية /جامعة السليمانية بكتابها المرقم 1506/29/7 بتاريخ 2021/10/25.

التنسيق مع تدريسي مادة السباحة في مدرسة الريطانية في السليمانية من خلال وضع جدول لاجراء التجارب الاستطلاعية والتجربة الرئيسية وحسب الجدول الخاص بمادة السباحة .

2-4 الاجهزة والادوات الوسائل المستخدمة في البحث:

1- المصادر والمراجع العربية والاجنبية.

2- استمارة الاستبيان:حول مدى صلاحية الاختبارات.

3- استمارة استبانة لاستطلاع رأي الخبراء لتقدير اهمية كل مكون.

4- استمارة تقيم الاداء للسباحة الحرة.

5- المقابلات الشخصية

6- الاختبارات والقياس.

7- -كاميرا فيديو و فوتو نوع(canon) عدد(1)صنع ياباني

8- -صافرة نوع (فوكس) عدد(3)

2- وجيه محجوب: البحث العلمي ومناهجه ، جامعة بغداد، دارالكتب للطباعةوالنشر، 2002 ، ص164.

9- -حوض سباحة تعليمبي طول 25م وعرض 10م

10-ميزان الوزن وجهاز الكتروني للطول

2-5 أجراءات الميدانية:

أولاً: قامت الباحثة بتحديد المهارات الاساسية الخاصة (السباحة الحرة) واختيار اختباراتها والتأكد من الأسس العلمية لها.

ثانياً: إعداد برنامج تعليمي للمهارات الاساسية في سباحة الحرة.

ثالثاً: إجراء تجربة أستطلاعية للأختبارات المبحوثة والبرنامج التعليمي.

رابعاً: إيجاد محك مرجعي للاختبارات المختارة.

خامساً:إجراء اختبارات قبلية وبينية وبعدية.

2-6 التجربة الاستطلاعية:

بعد الحصول على نسب اتفاق حول الاختبارات المقترحة من قبل الخبراء قامت الباحثة بتطبيق الاختبارات تطبيقا ميدانيا بتاريخ 2021/11/3 في مسبح سولي سبورت هب على عينة من طلاب مدرسة البريطانية الدولية في السليمانية والبالغ عددهم (5) طلاب وذلك من اجل التعرف على تحديد الفترة الزمنية التي تستغرقها الاختبارات بصورة عامة ومعرفة امكانية فريق العمل المساعد من ناحية العدد ومدى استجابة عينة البحث وتفاعلهم مع الاختبارات ومدى كفاءة الاجهزة والادوات المستعملة ومكان وقوف فريق المساعد للتصوير وايجاد جدول زمني وعددي للاختبارات المعنية في الايام حسب جدول المدرس .

2-7 التجربة الرئيسة:

بعد ان اكدت التجربة الرئيسية صلاحية الاختبارات المبحوثة وملائمتها لعينة الدراسة ،قامت الباحثة وبمساعدة فريق العمل المساعد بالتنفيذ النهائي للاختبارات على العينة المحددة والتي استغرقت من يومين 28-2021/11/29 بواقع يوم لكل كروب وحسب الاتفاق المسبق بين الباحثة وتدريسي المادة وحسب جدول الدروس لمادة السباحة .

2-8 الوسائل الاحصائية :

لغرض معالجة البيانات الاحصائية استعملت الباحثة الحقيبة الاحصائية الجاهزة (S.P.SS) لاستخراج النتائج

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

4-1 عرض وتحليل نتائج تقييم أداء حركات الجسم في سباحة الحرة:

بعد جمع البيانات الخاصة بالبحث فضلاً عن تحقيق أهداف البحث في التوصل إلى بناء المعايير المحكية المرجع تشير البيانات في الجدول (1) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لنتائج تقييم أداء حركات الجسم في سباحة الحرة إلى الآتي:

جدول (1)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لتقييم أداء حركات الجسم في سباحة الحرة

ت	الاختبارات	وحدة القياس	س	± ع

1	وضع الجسم	درجة	11.90	0.98
2	حركة الذراعين	درجة	11.87	0.83
3	حركة الرجلين	درجة	18.72	1.05
4	التنفس	درجة	13.95	1.01
5	التوافق الكلي	درجة	75.07	3.45

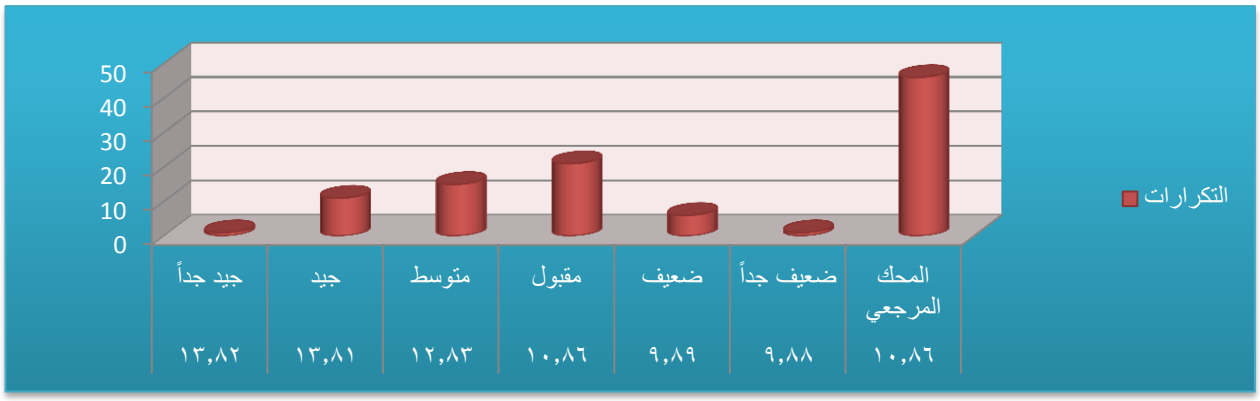
يبين الجدول (1) الوسط الحسابي والانحراف المعياري نتائج تقييم أداء حركات الجسم في سباحة الحرة ، إذ بلغ الوسط الحسابي في تقييم أداء وضع الجسم (11.90) أما الانحراف المعياري فقد بلغ (0.98)، وبلغ الوسط الحسابي في تقييم أداء حركة الذراعين (11.87) والانحراف المعياري (0.83)، أما في تقييم أداء حركة الرجلين فكان المتوسط الحسابي (18.72) والانحراف المعياري (1.05) بلغ المتوسط الحسابي لنتائج تقييم أداء التنفس (13.95) والانحراف المعياري (1.01) بلغ المتوسط الحسابي لنتائج تقييم أداء التوافق الكلي لحركات الجسم (75.07) والانحراف المعياري (3.45).

3-2 عرض وتحليل نتائج إيجاد درجات محكية المرجع للمهارات الاساسية لسباحة الحرة للمبتدئين ومناقشتها.

جدول(2)

توزيع الدرجات المعيارية والمستويات والتكرارات والنسب المئوية والمحك المرجعي وضع الجسم

المتغير		وحدة القياس	المستويات المعيارية		التكرارات	النسبة المئوية	المحك المرجعي
س-	11.90	درجة	13.82	جيد جداً	1	%1.82	10.86
			13.81	جيد	11	%20	
± ع	0.98		12.83	متوسط	15	%27.27	
			10.86	مقبول	21	%38.18	
			9.89	ضعيف	6	%10.91	
			9.88	ضعيف جداً	1	%1.82	
المجموع					55	%100	



شكل(1)

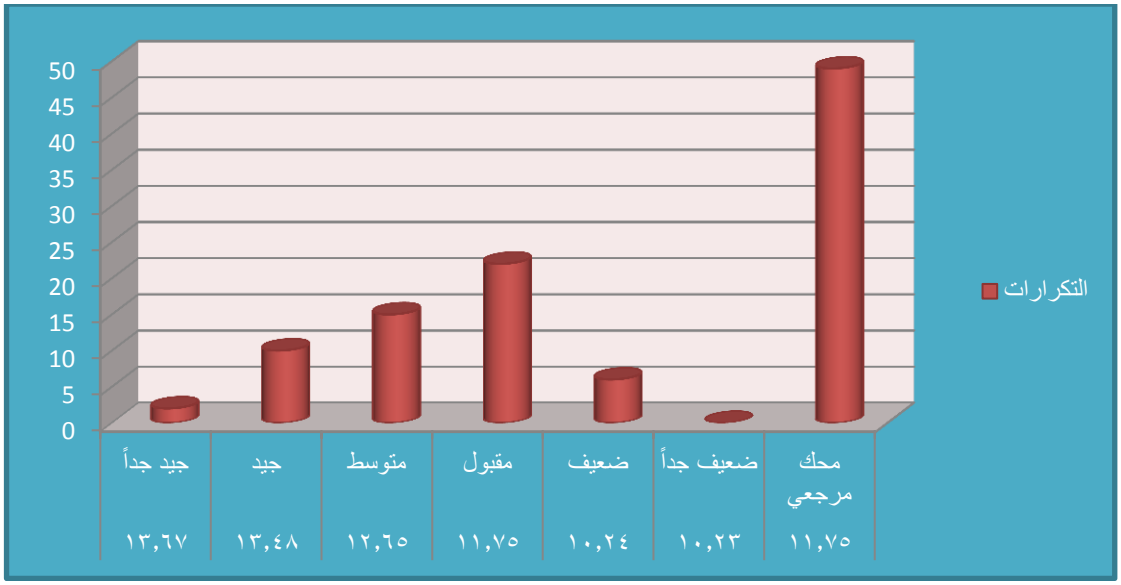
الدرجات الخام والمستويات المعيارية المحك المرجعي وضع الجسم

يبين الجدول(2) والشكل(1) الدرجات الخام و الدرجات المعيارية والمستويات التي وزعت عليها عينة البحث وكذلك بناء المحك المرجعي لوضع الجسم والذي توصل إليه الباحثة، إذ إن الدرجات الخام انحصرت بين أعلى مستوى وهو (13.82) وأضعف مستوى (9.88)، أما الدرجات المعيارية فكانت بين أكبر قيمة وهي (+3) وأقل قيمة (−3)، أما المحك المرجعي الذي توصل إليه الباحث فهو (10.86) والذي يقابل المستوى المقبول الذي اجتازه من (80−87%)من عينة البحث . أما عينة البحث فقد توزعت بين مستوى (جيد جداً وضعيف جداً).

جدول(3)

توزيع الدرجات المعيارية والمستويات والتكرارات والنسب المئوية والمحك المرجعي حركة الذراعين

المتغير		وحدة القياس	المستويات المعيارية		التكرارات	النسبة المئوية	المحك المرجعي
س−	11.87	درجة	13.67	جيد جداً	2		11.75
			13.48	جيد	10		
			12.65	متوسط	15		
			11.75	مقبول	22		
± ع	0.83		10.24	ضعيف	6		
			10.23	ضعيف جداً	---		
المجموع					55	%100	



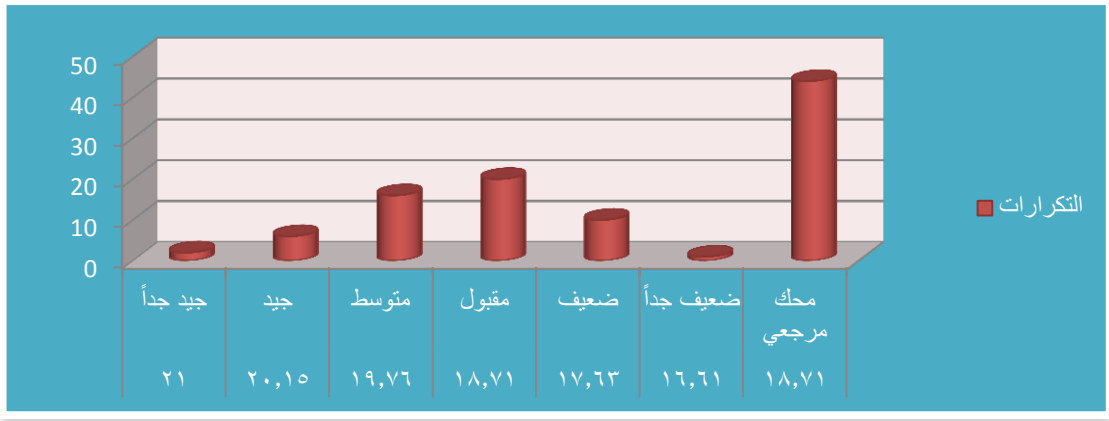
شكل(2)

الدرجات الخام والمستويات المعيارية والمحك المرجعي حركة الذراعين

جدول(4)

توزيع الدرجات المعيارية والمستويات والتكرارات والنسب المئوية والمحك المرجعي حركة الرجلين

المتغير		وحدة القياس	المستويات المعيارية		التكرارات	النسبة المئوية	المحك المرجعي
س-	18.72	درجة	21	جيد جداً	2	%3.64	18.71
			20.15	جيد	6	%10.91	
			19.76	متوسط	16	%29.09	
			18.71	مقبول	20	%36.36	
± ع	1.05		17.63	ضعيف	10	%18.18	
			16.61	ضعيف جداً	1	%1.82	
المجموع					55	%100	



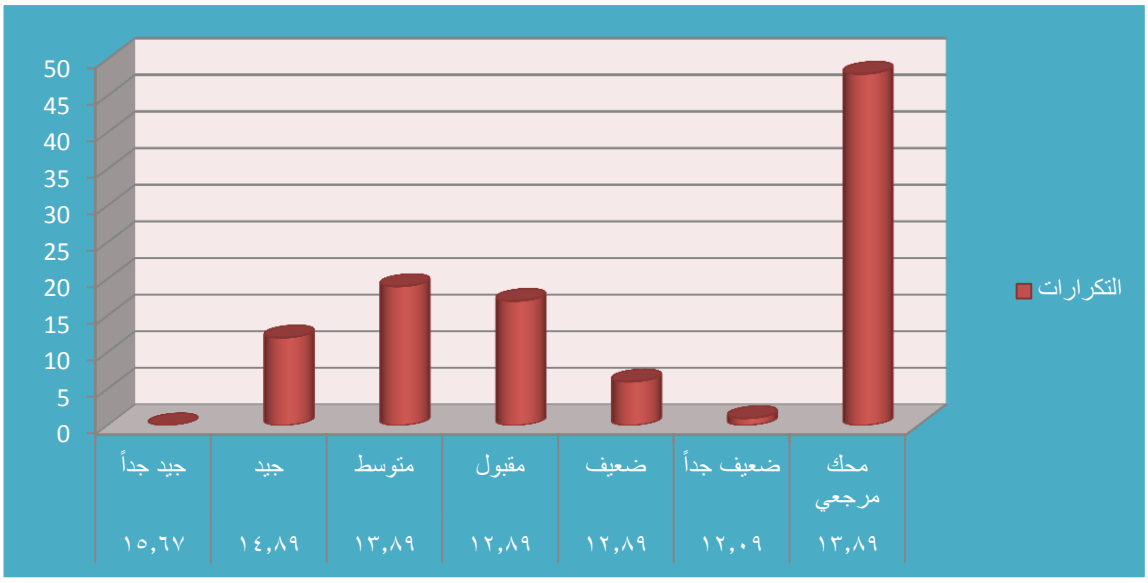
شكل(4)

الدرجات الخام والمستويات المعيارية والمحك المرجعي حركة الرجلين

جدول(5)

توزيع الدرجات المعيارية والمستويات والتكرارات والنسب المئوية والمحك المرجعي للتنفس

المتغير		وحدة القياس	المستويات المعيارية		التكرارات	النسبة المئوية	المحك المرجعي
س-	13.95	درجة	15.68	ممتاز	---	----	13.89
			15.67	جيد جداً	---	----	
			14.89	جيد	12	%12.73	
			13.89	متوسط	19	%16.36	
± ع	1.01		12.89	مقبول	17	%27.27	
			12.89	ضعيف	6	%10.91	
			12.09	ضعيف جداً	1	%1.82	
المجموع					55	%100	



شكل(4)

الدرجات الخام والمستويات المعيارية والمحك المرجعي

جدول(6)

توزيع الدرجات المعيارية والمستويات والتكرارات والنسب المئوية والمحك المرجعي التوافق

المتغير		وحدة القياس	الدرجات الخام	الدرجة المعيارية	المستويات المعيارية	التكرارات	النسبة المئوية	المحك المرجعي
س-	75.07	درجة	85.42	3+	ممتاز	---	---	78،51
			81.97	2+	جيد جداً	2	%3.64	
			78.52	1+	جيد	6	%10.91	
			75.07	صفر	متوسط	19	%34.54	
± ع	3.45		62،71	1 -	مقبول	20	%36.36	
			68.17	2 -	ضعيف	8	%14.45	
			68.16	3 -	ضعيف جداً	---	---	
المجموع						55		

يبين الجدول (6) الدرجات الخام و الدرجات المعيارية والمستويات التي وزعت عليها عينة البحث وكذلك بناء المحك المرجعي لاختبار التوافق والذي توصل إليه الباحثة . إذ إن الدرجات الخام انحصرت بين أعلى مستوى

وهو (85.42) وأضعف مستوى (69)، أما الدرجات المعيارية فكانت بين أكبر قيمة وهي (+3) وأقل قيمة (-3)، أما المحك المرجعي الذي توصل إليه الباحث فهو (78.51) والذي يقابل المستوى المقبول الذي اجتازه من 80-85% من عينة البحث، أما عينة البحث فقد توزعت بين مستوى (جيد جداً وضعيف) .

مناقشة النتائج:

من خلال مناقشة نتائج اللحث التي تم عرضها وتحليلها في الجداول (1-2-3-4-5-6-)للاختبارات للمجموعة المعايير والمحك،ظهرت درجات محكية و مستوى لاداء المهاري للسباحة الحرة من خلال الاختبارات ففي اختبار وضع الجسم يكون ما تحويه من شرح وارشادات وتعليمات متعلقة بتلك المهارات ومن جهة اخرى اسهم الجزء التعليمي في توفير المعرفة عن المهارة الحركية من قبل المتعلم مما ساعدهم في استعاب لبواجب وسير الحركة.

وهذا ما يؤكد (هاشم ياسر)بأنه عند تنظيم المناهج لابد من استخدام الاسس العلمية والمعلومات الحديثة في طرق التعلم وان تتصف المناهج بالمرونة والوضوح نظرا لعدم التكم في جميع الاوامر المحيطة عند الاتنفيذ وان ترتبط عملية التنظيم بالتقسيم المستمر والذي يظهر مراحل الظعف ومدى التقدم في التعليم ويجب ان يؤدي المناهج الى تنمية الدوافع والرغبات لدى الطلاب خلال العملية التعليمية وان يقتنع كل طالب بأن ذلك سوف يصل به الى درجة عالية من الاداء.[1]

وهذا ما يؤكد (اسامة راتب)بأنه في حركة الذراعين تسهم حركات الذراعين بالجزء الاكبر في دفع الجسم في الوسط المائي وذلك لاغلب طرق السباحة .[2]

من اجل تحقيق الهدف وهو ايجاد درجات محكية المرجع للاداء المهاري لسباحة الحرة للمبتدئين قامت الباحثة بعدة اجراءات اعتمدت فيها على الوسط الحسابي والانحراف المعياري وذلك لايجاد المستويات المعيارية والمحك المرجعي والذي يجب ان يتضمن اختبارات تكون شاملة لما تعلمه المتعلم او المختبلر من لاداء المهاري للسباحة الحرة والتي يمكن من خلال هذة الاختبارات والتي تكون على شكل الاداء المهاري تعطينا تقيما صادقا على مستوى العينة وبعد تحديد هذة الاستمارة لاداء المهاري للسباحة الحرة في الاختبارات المبحوثة استخدمت الباحثة مبع كا ^{2} وقد ظهرت في الاختبارات كلاتي في وضع الجسم يكون المستوى مقبول وحركة الذراعين مستوى مقبول و حرحة الرجلين بمستوى مقبول والتنفس بمستوى متوسط والتوافق مستوى مقبول

من اجل تحقيق الهدف وهو ايجاد درجات محكية المرجع للاداء المهاري لسباحة الحرة للمبتدئين قامت الباحثة بعدة اجراءات اعتمدت فيها على الوسط الحسابي والانحراف المعياري وذلك لايجاد المستويات المعيارية والمحك المرجعي والذي يجب ان يتضمن اختبارات تكون شاملة لما تعلمه المتعلم او المختبلر من لاداء المهاري للسباحة الحرة والتي يمكن من خلال هذة الاختبارات والتي تكون على شكل الاداء المهاري تعطينا تقيما صادقا على مستوى العينة وبعد تحديد هذة الاستمارة لاداء المهاري للسباحة الحرة في الاختبارات المبحوثة استخدمت الباحثة مبع كا ^{2} وقد ظهرت في الاختبارات كلاتي في وضع الجسم يكون المستوى مقبول وحركة الذراعين مستوى مقبول و حرحة الرجلين بمستوى مقبول والتنفس بمستوى متوسط والتوافق مستوى مقبول

الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات :

نتيجة لاستخدام الوسائل العلمية في ايجاد درجات محكية المرجع للسباحة الحرة للمبتدئين تم الحصول على مجموعة من المستويات المعيارية والمحك المرجعي وهي كالاتي:

-وضع الجسم مستوى مقبول ودرجة محك

-حركة الذراعين مستوى مقبول

---

[1]-هاشم ياسر حسن:التدريبات الحديثة للاعبين المبتدئين بعمر (7-10)سنوات في المدارس الرياضية بكرة القدم ،ط1،القاهرة،مركز الكتاب للنشر،2008،ص20.

2-اسامة كامل راتب:تعليم السباحة،ط3،القاهرة،دار الفكر العربي،1999،ص65.

-حركة الرجلين مستوى مقبول

-التنفس مستوى متوسط

-التوافق مستوى مقبول

5-2 التوصيات:

-اعتماد درجات محكية المرجع والمستوى للسباحة الحرة للمبتدئين كوسيلة تقويمية يمكن استخدامها من قبل المدربين والتدريسين.

- الاعتماد على الدرجات المعيارية وفق الجداول التي حصلت عليها الباحثة في تقويم مستوى المتعلمين.

- ايجاد درجات محكية و مستويات تتناول نوع اخر من انواع السباحة .

المصادر و المراجع

1-اسامة كامل راتب:تعليم السباحة،ط3،القاهرة،دار الفكر العربي،1999،ص65.

[2] - عبدالله عبدالرحمن الكندري ومحمد عبدالدايم: مدخل الى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية، ط2، الكويت، مطبعة الفلاح للنشروالتوزيع، 1999.

3-محمد صبحي حسانين:القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية،ج1،ط6،دار الفكر العربي،القاهرة،2004م.

4-مزاري فاتح اكلي:اقتراح بطارية اختبارات لتقويم القدرات المهارية والبدنية اثناء عملية انتقاء السباحين الناشئين للمرحلة العمرية 12-13 سنة ،اطروحة دكتوراه غير منشورة ،معهد التربية البدنية والرياضية ،جامعة الجزائرية،2013.

[5]-هاشم ياسر حسن:التدريبات الحديثة للاعبين المبتدئين بعمر (7-10)سنوات في المدارس الرياضية بكرة القدم ،ط1،القاهرة،مركز الكتاب للنشر،2008.

6-مروان عبدالجبار:الاختباروالقياس والتقويم في التربية الرياضية،ط1،عمان،دار الفكر للطباعة والنشروالتوزيع،1999،ص37

7- وجيه محجوب: البحث العلمي ومناهجه ، جامعة بغداد، دارالكتب للطباعةوالنشر، 2002 .