



## تأثير منهاج المنافسة باسلوبى الذاتى والجماعى فى تعلم السباحة الحرة بأعمار دون 12 سنة

م.م نالان خورشيد رفيق أ.م.د. فيان عبد الكريم سعيد  
جامعة السليمانية/ كلية التربية الرياضية  
[Alankhorshed87@yahoo.com](mailto:Alankhorshed87@yahoo.com)

<https://doi.org/10.54702/msj.2020.19.1.0007>

### ملخص البحث

تتجلى أهمية البحث في معرفة تأثير استخدام تمارين خاصة وفق الاسلوبين الذاتى والجماعى في تعلم السباحة الحرة بأعمار دون 12 سنة، من خلال متابعة واهتمام الباحث رياضة السباحة لاحظ ان الاساليب المتبعة في عملية التعليم وان كانت تؤتي ثمارها في تنمية مهارات السباحة الا ان مواكبة التطور في اللعبة بشتى مجالاتها يحتم استخدام اساليب تحفز المتعلمين اكثر من اجل اللحاق بركب التطور في اللعبة. ومن هنا برزت مشكلة البحث اذ حاول الباحث تسليط الضوء عليها ومحاولة حلها من خلال استخدام الاسلوب التنافسى (الذاتى-الجماعى) الذي يساعد في زيادة استثارة المتعلمين وبالتالي ينعكس على تطوير قدراتهم المهارية ودراسة أي من الاسلوبين التعليميين يكون قادرا على تحقيق الاهداف التعليمية التربوية بشكل متوازن ويعمل على تنمية مستوى اداء المتعلمين لفعالية السباحة الحرة لأعمار 12 سنة بشكل افضل، واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته طبيعة ومشكلة البحث واختيار العينة المناسبة بالتصميم التجريبي ذو الثلاث مجاميع وقام الباحث بالاختبارات القبلية وتطبيق المنهج المعد بتمريناته وتكراراته حسب تسلسلها من السهل الى الصعب ومن ثم اجراء الاختبارات البعدية بنفس الظروف واستعمل الحقيبة الإحصائية spss لاستخراج النتائج وفي ضوءها استنتج بان لأسلوب المنافسة تأثير إيجابي في عملية تعلم السباحة الحرة للمتعلمين بإعمار 12 سنة، وأن استخدام أساليب المنافسة لها تأثير إيجابي في اكتساب المرحلة الاولى للتعلم في السباحة الحرة.

**الكلمات المفتاحية:** المنافسة، الاسلوب الذاتى والجماعى، تعلم السباحة الحرة .

**Influence of the self and group competition curriculum on learning freestyle swimming, under the age of 12**

Alan khorshed Rafiq Dr.Vian Abdulkareem Saeed  
University of Sulaymaniyah / Faculty of Physical Education  
[Alankhorshed87@yahoo.com](mailto:Alankhorshed87@yahoo.com)

### Abstract

The importance of this research is to utilize the knowledge of the effect for using special exercises according to the self and group methods in learning Freestyle Swimming at ages under 12 years, through the follow-up and interest of the swimming sport. Notice that the methods used in the education process, even if they bear fruit in developing Swimming skills, but keep pace with the development in the game In all its fields, it is imperative to use methods that motivate learners more in order to catch up with the development in the game.



Hence the research problem emerged as the researcher tried to shed light on it and try to solve it through the use of the competitive method (self-group) that helps increase the excitement of learners and thus Contrary to developing their skillful abilities and studying any of the two educational methods, it is able to achieve educational educational goals in a balanced way and works to develop the level of learners' performance of the freestyle Swimming activity for ages 12 years better, and the researcher used the experimental approach to suit his nature and problem of research and choose the appropriate sample with experimental design with three groups The researcher conducted the tribal tests and applied the prepared curriculum with his exercises and repetitions according to their sequence, from easy to difficult, and then conducting dimensional tests in the same conditions. Style competition a positive impact in the process of learning free Swimming learners 12 years of the reconstruction, and that the use of metisods of competition have a positive impact on the acquisition of the first stage of learning in the freestyle Swimming.

**key word:** competition, self and group style, learn to swim.

## 1 - المقدمة واهمية البحث

### 1 - 1 مقدمة البحث

تعد السباحة إحدى الفعاليات التي شهدت تطوراً ملموساً في السنوات الأخيرة نتيجة تعدد وتنوع الأساليب والطرائق التعليمية، فضلاً عن العديد من المتغيرات التي أدركتها الدول المتقدمة وأخضعتها للدراسة إذ لا يزال المهتمون بهذه الفعالية يبحثون عن أفضل الوسائل أهمية من أجل الوصول إلى أفضل المستويات وذلك من خلال دراسة كافة الأساليب والطرق التي تؤدي إلى تعلم فعاليتها وكذلك الحفاظ عليها.

حظي التعلم الحركي في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة باهتمام كبير نتيجة للبحوث والدراسات ووسائل الاتصال التي حملت كل ما يستجد من تطور في أساليب وطرائق التدريس في هذا المجال الحيوي فالتعلم له أهمية بالغة لدى الفرد وفي أي مجتمع كان زيادة على أنه لا يقتصر على سن أو مرحلة معينة بل هو "عملية مستمرة لاكتساب المعرفة المبنية على الخبرة والتجربة". لهذا فإن عملية التعلم تصاحب الاكتساب والتنمية للمهارات الحركية وتلعب دوراً مهماً في تحديد سلوك المتعلم وهي الأساس في اتقان السباحة الحرة الخاصة بكل لعبة والتي من بينها لعبة السباحة الحرة وكذلك تطوير النواحي الفنية للوصول بالمتعلم إلى المستوى الأفضل وهذا ما يسعى إليه المدرس (1: 1996، 47).

ويعد أسلوب المنافسات بنوعيه الذاتي والجماعي أحد الأساليب التي تسهم في إيصال محتوى المادة التعليمية وكما ويعد من الأساليب غير التقليدية التي يتم فيها تزويد المتعلمين بتمارين على شكل منافسة أو سباق فتساعدهم على معرفة قدراتهم ونتيجة ادائهم مما تحفزهم على زيادة دافعيتهم وتسخير طاقاتهم إلى أقصاها بغية تحقيق نتائج أفضل، فضلاً عن دور هذا الأسلوب في تنمية الثقة بالنفس والقدرة على تحمل المسؤولية واتخاذ القرار، وعليه فالمنافسات الرياضية "تعد عاملاً مهماً وضرورياً لكل نشاط رياضي وينبغي ألا ينظر إلى المنافسات الرياضية على أنها نوع من أنواع الاختبار فحسب ولكن أيضاً على أنها نوع مهم من العمل التربوي إذ تسهم المنافسات بنصيب وافر في التأثير في مهارات الفرد وتطوير قدراته (5: 1978، 20).

ومن هنا تتجلى أهمية البحث في معرفة تأثير استخدام منهج تعليمي بالمنافسة وفق الاسلوبين الذاتي والجماعي في تعلم السباحة الحرة بأعمار دون 12 سنة.  
ومن خلال متابعة واهتمام الباحث رياضة السباحة لاحظ ان الاساليب المتبعة في عملية التعليم وان كانت توتي ثمارها في تنمية مهارات السباحة الا ان مواكبة التطور في اللعبة بشتى مجالاتها يحتم استخدام اساليب تحفز المتعلمين اكثر من اجل اللحاق بركب التطور في اللعبة، ومن هنا برزت مشكلة البحث اذ حاول الباحث تسليط الضوء عليها ومحاولة حلها من خلال استخدام الاسلوب التنافسي (الذاتي-الجماعي) الذي يساعد في زيادة استثارة المتعلمين وبالتالي ينعكس على تطوير قدراتهم ودراسة أي من الاسلوبين التعليميين يكون قادرا على تحقيق الاهداف التعليمية التربوية بشكل متوازن ويعمل على تنمية مستوى اداء المتعلمين لفعالية السباحة الحرة لأعمار 12 سنة بشكل افضل.

### 2-1 اهداف البحث:

1- يهدف البحث الى اعداد منهاج تعليمي للمنافسة بأسلوب التنافس الذاتي والجماعي في السباحة الحرة بأعمار دون 12 سنة.

2- التعرف على تأثير المنهج المستخدم بأسلوب التنافس الذاتي والجماعي في السباحة الحرة بأعمار دون 12 سنة، والتعرف على الاسلوب التعليمي الاكثر تأثيرا في السباحة الحرة بأعمار دون 12 سنة.

### 3-1 فروض البحث:

1- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي-البعدي في اختبار السباحة الحرة ولصالح الاختبار البعدي.

2- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار البعدي للمجاميع الثلاث في اختبار السباحة الحرة.

### 4-1 مجالات البحث:

1-4-1 المجال البشري: 24 مشتركاً في مسيح قيوان من اعمار دون 12 سنة.

2-4-1 المجال الزماني: للفترة من (2019/9/28) الى (2019/11/9).

3-4-1 المجال المكاني: مسبح قيوان في السليمانية.

### 2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث: تعد المنهجية ذات اهمية في البحوث العلمية، ذلك ان قيمة البحث ونتائجه ترتبط ارتباطا وثيقا بالمنهج الذي يتبعه الباحث. فالمنهج هو " الخطوات الفكرية التي يسلكها الباحث لحل مشكلة معينة " (6: 2004, 51). وبما ان البحث العلمي قد حدد العديد من المناهج التي تتلاءم وطبيعة اي مشكلة علمية تستوجب الدراسة والبحث، مما اعطى حرية للباحث في اختيار المنهج الذي ينسجم مع مشكلة بحثه. وعليه استخدم الباحث المنهج التجريبي الذي يقوم على " تغير معتمد ومضبوط للشروط المحددة لحدث ما، وملاحظة التغيرات الناتجة من الحدث ذاته وتفسيرها " (2: 1995, 47). واستعمل الباحث التصميم التجريبي ذات الثلاث مجاميع مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة "متكافئة في كل العوامل التي تؤثر في المتغير التابع باستثناء عامل واحد وهو التعرض للمتغير المستقل" (4: 1981, 108).

2-2 مجتمع وعينة البحث: تعد عينة البحث من ضروريات البحث العلمي اذ يجب على الباحث ان يختار عينة البحث بحيث تمثل هذه العينة المجتمع الاصلي تمثيلا دقيقاً، فالعينة تعني " طريقة جمع البيانات والمعلومات من وعن العناصر وحالات محددة يتم اختياره بأسلوب معين من جميع عناصر مفردات ومجتمع الدراسة وبما يخدم ويتناسب ويعمل على تحقيق اهداف الدراسة " (3: 2000, 128).



تضمنت عينة البحث المشاركين في مسبح قيوان من الممارسين لفعالية السباحة (يقصد بالممارسين انهم على دراية بكيفية اداء حركات السباحة الحرة) والبالغ عددهم (24) ممارسا تم تقسيمهم عشوائيا الى ثلاثة مجاميع متساوية كانت احداها ضابطة (8) ثمانية ممارسين ومجموعتين تجريبيتين (8) ممارسين لكل مجموعة وبذلك بلغ العدد الكلي (24) ممارسا من اصل (30) ممارسا (تم استبعاد عينة التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (6)، وقد كانوا متجانسين فيما بينهم كونهم كانوا من فئة عمرية متقاربة (10-11) سنة وكانو مشتركين في دورة سابقة لذا كانت مستوياتهم متقاربة جداً. وبذلك بلغت نسبة العينة 80% من المجتمع الاصلي كما مبين في الجدول (1).

## الجدول (1)

يبين تجانس العينة

المتغيرات	س-	+ع	معامل الالتواء	الدلالة
العمر	11.2	0.54	0.572	غير معنوي
الكتلة (كغم)	45.49	4.36	0.93	غير معنوي
الطول (سم)	151	127	0.18	غير معنوي

## الجدول (2)

يبين تصميم المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة

ت	المجموعات	الخطوة الاولى			الخطوة الثانية	الخطوة الثالثة	الخطوة الرابعة	الخطوة الخامسة	الخطوة السادسة
		الاختبار القبلي	المتغير المستقل	الاختبار البعدي					
1	المجموعة التجريبية الاولى	السباحة الحرة	تمارين تنافسية جماعية	السباحة الحرة	الاختبارين	الفرق بين	نسبة التطور	الفرق بين المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي	
2	المجموعة التجريبية الثانية	السباحة الحرة	تمارين تنافسية ذاتية	السباحة الحرة	الاختبارين	الفرق بين			
3	المجموعة الضابطة	السباحة الحرة	المنهج المعتمد من قبل المدرب	السباحة الحرة	الاختبارين	الفرق بين			

قام الباحث بأجراء تكافؤ للمجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة في اختبار السباحة الحرة على ضوء الاختبار القبلي كما مبين بالجدول (3):

## الجدول (3)

تكافؤ المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة في السباحة الحرة

المتغير	التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	الفروق	نسبة الخطأ	الدلالة
السباحة الحرة	بين المجموعات	4.16	2	2.08	0.98	0.28	غير معنوي
	داخل المجموعات	120.82	21	2.12			
	المجموع	125.00	23				

2-3 الأجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات: " ويقصد بأدوات البحث "هي الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلة مهما كانت تلك الأدوات من البيانات أو عينات أو أجهزة " (7: 1988, 122).

## 2-3-1 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- مسبح بطول 25\*13 متر.
- جهاز حاسوب نوع DELL .
- جهاز كاميرا تصوير فيديو نوع (sony) .
- حاسبة يدوية نوع (sharpe).

-ساعة توقيت الكترونية نوع (Casio) يابانية الصنع لقياس الزمن.

### 2-3-2 وسائل جمع المعلومات:

-المصادر والمراجع العربية والأجنبية.

-المقابلات الشخصية.

-فريق العمل المساعد.

-الاختبار والقياس.

**2-4 التجربة الاستطلاعية:** بعد ان قام الباحث باختيار الاختبار المناسب لموضوع البحث قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية، " وهي عبارة عن تجربة صغيرة أو عمل مصغر للدراسة العامة يقوم بها الباحث بغية الوقوف على السلبيات والايجابيات التي ترافق إجراء التجربة الرئيسية للبحث " (6: 2004, 59)، فقد أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية يوم السبت الموافق 2019/9/28 للاختبار متغير البحث على عينة مكونة من (6) ممارسين تم استبعادهم من التجربة الرئيسية وكانت أهداف هذه التجربة هي:  
-التأكد من مدى ملائمة الاختبار المستعمل لعينة البحث.

-معرفة الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحث خلال اداء الاختبارات.

-معرفة الوقت الذي يستغرقه الاختبار.

-الوقوف على كفاءة فريق العمل المساعد.

**2-5 الاختبار القبلي:** تم إجراء الاختبار القبلي لعينة البحث في يوم الاثنين الموافق 2019/9/30 وعلى مسبح قيوان، وقد قام الباحث بتثبيت الظروف وطريقة إجراء الاختبار وفريق العمل المساعد من أجل تحقيق الظروف نفسها قدر الإمكان عند إجراء الاختبار البعدي، وقد تم من خلالها ما يلي:-  
-تم شرح اختبار السباحة الحرة بصورة مفصلة قبل إجراء الاختبار إلى أفراد العينة.  
-تم تطبيق الاختبار حتى يتمكن أفراد العينة من فهمها وصحة تطبيقها .  
-تم تسجيل النتائج طبقاً للشرط والمواصفات المحددة للاختبار .

**2-6 تطبيق التجربة:** تم البدء بالتجربة الرئيسية (الميدانية) لعينة البحث في يوم الاربعاء الموافق 2019/10/2 والانتهاؤها منها في يوم الاربعاء الموافق 2019/11/6، وعليه تم تنفيذ المنهج التعليمي وتطبيق التمارين بأسلوب (التنافس الذاتي، التنافس الجماعي، الاسلوب المتبع) بمساعدة فريق العمل المساعد اذ تم الاشراف على المجموعتين التجريبتين من قبل الباحث بينما اشرف مدرب المسبح على تطبيق تمرينات المجموعة الضابطة، اذ طبقت التمارين بأسلوب التنافس الجماعي للمجموعة التجريبية الاولى وطبقت التمارين بأسلوب التنافس الذاتي للمجموعة التجريبية الثانية، اما المجموعة الضابطة طبقت الاسلوب المتبع، اذ استغرق تطبيق المنهج (16) وحدة تعليمية وبمعدل (3) وحدة تعليمية في الاسبوع وقد كان زمن الوحدة التعليمية الواحدة (90) دقيقة مقسمة على النحو الاتي:

**1.القسم الاعدادي:** ومدته (20) دقيقة الذي يهدف الى تأكيد النواحي الادارية فضلا عن اعطاء مجموعة من التمارين لتهيئة واعداد الجسم لمواجهة متطلبات القسم الرئيس، وقد تم تقسيمه الى ثلاثة اجزاء هي:

-المقدمة: ومدتها (4) دقائق والتي تم فيها تسجيل الحضور وتهيئة الادوات اللازمة .

-الاحماء العام: ومدته (8) دقائق والذي تم فيه اعطاء تمارين عامة لجميع اعضاء الجسم.

-الاحماء الخاص: ومدته (8) دقائق والذي تم فيه اعطاء تمارين خاصة في القسم الرئيس من الوحدة التعليمية.

**2. القسم الرئيس:** ومدته (60) دقيقة والذي يهدف الى تعلم السباحة الحرة فضلا عن اعطاء بعض التمارين اللازمة لتطوير الفعالية الخاصة بها، وقد تم تقسيمه الى جزئين هما:



-الجانب التعليمي: ومدته (10) دقائق والذي يهدف الى شرح طريقة الاداء الصحيحة للمهارة شرحاً وافياً مع ذكر الجوانب المتعلقة بها.

-الجانب التطبيقي: ومدته (50) دقيقة والذي يهدف الى اتاحة الفرصة لجميع المتعلمين بتطبيق ما تعلموه من مهارة في الجانب التعليمي .

3. القسم الختامي: مدته (10) دقائق يتم فيه اعطاء بعض التمارين الترويحية على شكل منافسات، مع

اعطاء التغذية الراجعة وذلك من خلال تأكيد طريقة الاداء الجيدة وتشجيع المتعلمين على

الاداء المستقبلي فضلا عن تعزيز الاداء الافضل، ثم اداء تحية الانصراف وانهاء الوحدة

التعليمية، والجدول (4) يبين زمن اقسام الوحدة التعليمية .

#### الجدول (4)

يبين اقسام وازمنة المنهج التعليمي مع نسبه المئوية

النسبة المئوية	الزمن خلال وحدة (16)	الزمن خلال اسبوع	الزمن خلال الوحدة	اقسام الوحدة التعليمية
%44.44	64 د	8 د	4 د	المقدمة
%8.89	128 د	16 د	8 د	الاحماء العام
%8.89	128 د	16 د	8 د	الاحماء الخاص
%11.11	160 د	20 د	10 د	الجانب التعليمي
%55.56	800 د	100 د	50 د	الجانب التطبيقي
%11.11	160 د	20 د	10 د	القسم الختامي
%100	1440 د	180 د	90 د	المجموع

2-6-1 خطوات تنفيذ المنهج التعليمي: بعد اجراء الاختبار القبلي للمهارات المستخدمة في البحث وللمجاميع التجريبية والضابطة تم تنفيذ المنهج التعليمي وبإشراف مباشر من قبل الباحث، اذ تم تطبيق اسلوب (التنافس الذاتي، التنافس الجماعي) على المجموعتين التجريبيتين الاولى والثانية على التوالي، اما الاسلوب المتبع والمعتمد فقد تم تطبيقه على المجموعة الضابطة، وقد اتبع الباحث الخطوات الاتية في تنفيذ المنهج التعليمي:

\*قبل البدء بتطبيق المنهج التعليمي تم اعطاء وحدة تعليمية للمتعلمين لأخذ فكرة عن الاسلوب التعليمي وكيفية تنفيذ العمل .

\*كان الاحماء بنوعيه العام والخاص هو نفسه للمجاميع التجريبية والضابطة.

\*اعطاء المادة التعليمية نفسها للمجاميع الثلاث .

\*تنفيذ الاساليب التعليمية الثلاثة من قبل مدرس واحد .

\*استخدام الطريقة الكلية في تعليم الفعالية التي تناولها البحث وللمجاميع الثلاث ولكن الاختلاف في الاسلوب المتبع وكالاتي:

-تعلم افراد المجموعة التجريبية الاولى الفعالية المختارة على وفق اسلوب التنافس الجماعي .

-تعلم افراد المجموعة التجريبية الثاني الفعالية المختارة على وفق اسلوب التنافس الذاتي.

-تعلم افراد المجموعة الضابطة الفعالية المختارة على وفق الاسلوب المتبع .

-تم شرح الفعالية المراد تعلمها بنفس الطريقة للمجاميع الثلاث.

-احتواء كل وحدة تعليمية على (6) تمرينات متدرجة في الصعوبة وللمجاميع الثلاث.

البدء بتطبيق التمارين المعطاة وبالشكل الاتي:

-يمارس متعلمين المجموعة التجريبية الاولى (التنافس الجماعي) التمارين على شكل منافسة بين

المجاميع، اذ تم تقسيم المتعلمين الى (2) مجموعتين وكل مجموعة مكونة من (4) متعلمين تم



تحديدها بناءً على نتائج الاختبار القبلي مع تعيين قائد لكل مجموعة ليكون مسؤولاً عن تنظيم المجموعة وعن احتساب النقاط وتقييم المجموعة مع استمرار هذه المجموعات لحين الانتهاء من تنفيذ المنهج التعليمي .

-يمارس متعلمين المجموعة التجريبية الثانية (التنافس الذاتي) التمارين على شكل منافسة يتم ادائها بصورة فردية.

-يمارس متعلمين المجموعة الضابطة (الاسلوب المتبع) التمارين بصورة فردية او زوجية او جماعية. اعطاء فرصة للمتعلمين بأداء التكرارات المناسبة خلال الزمن المسموح به لكل تمرين.

**اثناء تنفيذ التمارين يقوم المتعلم بتقويم ادائه وبالشكل الاتي:**

-في اسلوب التنافس الجماعي تقوم كل مجموعة بتقويم ادائها وذلك من خلال حساب نقاط او درجات او مسافات كل مجموعة فضلاً عن مقارنة نتيجتها مع نتائج المجموعات الأخرى .

-في اسلوب التنافس الذاتي يقوم كل متعلم بتقويم ادائه وذلك من خلال حساب النقاط او الدرجات او المسافات لنفسه فضلاً عن مقارنة نتيجته اليوم بنتيجته في الامس.

-في الاسلوب المتبع لا تتم عملية التقويم من قبل المتعلم اثناء تأدية التمارين.

تأكيد المدرس وبشكل مستمر في اسلوب التنافس الجماعي على ان نجاح اي فرد في المجموعة يعني نجاح المجموعة كلها، وقد لاحظ الباحث حث افراد كل مجموعة بعضهم بعضاً لتطبيق الحركة بصورة صحيحة وتطبيق التمارين بصورة جيدة وصولاً الى الاداء المهاري الصحيح .

اثناء التمارين يقوم المدرس بالإشراف على اداء المتعلمين ولجميع المجموعات .

الانتقال من تمرين الى اخر بإيعاز من الباحث .

**في القسم الختامي تم اعطاء تمارين ترويحوية وعلى الشكل الاتي:**

-اعطاء تمارين على شكل منافسة بين المجموعات في اسلوب التنافس الجماعي.

-اعطاء تمارين على شكل منافسة وكل متعلم على حدة في اسلوب التنافس الذاتي.

-اعطاء تمارين ترويحوية مع وجود منافسة او بدونها وبشكل فردي او جماعي في الاسلوب المتبع .

**2-7 الاختبار البعدي:** أجرى الباحث الاختبار البعدي لعينة البحث يوم السبت الموافق 2019/11/9، وقد

اتباع الباحث الطريقة نفسها في الاختبار القبلي وذلك بعد الانتهاء من المدة المقررة لتطبيق

التمرينات، وقد حرص الباحث في الاختبار البعدي على تثبيت الظروف نفسها التي استعملها في

الاختبار القبلي عند إجراء الاختبار البعدي من ناحية الزمان والمكان والأدوات المستعملة

وطريقة التنفيذ والتسجيل وفريق العمل المساعد في الاختبار القبلي .

**2-8 الوسائل الإحصائية:** أعتمد الباحث الحقيبة الإحصائية (spss) في معالجة النتائج .

**3- عرض نتائج الاختبار وتحليلها ومناقشتها:**

**3-1 عرض نتائج اختبار السباحة الحرة (القبلي-البعدي) لمجموعات البحث وتحليلها:**

الجدول (5)

يبين نتائج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبار السباحة الحرة (القبلي-البعدي) لمجموعات البحث

المعلم الإحصائية المجموعات		القبلي	البعدي	القبلي
		س	ع±	س
التجريبية الاولى (التنافس الجماعي)		14.27	1.55	15.72
التجريبية الثانية (التنافس الذاتي)		14.54	1.07	15.19
المجموعة الضابطة		14.52	1.55	15.57

الجدول (6)

يبين الوسط الحسابي للفروق وانحرافات الفروق وقيمة (T) المحسوبة ونسبة الخطأ ودلالة الفروق للاختبار (القبلي-البعدي) في السباحة الحرة لمجاميع البحث

المعلم الإحصائية اختبار السباحة الحرة	س ف	ع ف	(T) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
المجموعة التجريبية الاولى (التنافس الجماعي)	1.44	1.22	4.91	0.00	معنوي
المجموعة التجريبية الثانية (التنافس الذاتي)	1.45	0.44	10.44	0.00	معنوي
المجموعة الضابطة	0.94	1.04	4.04	0.00	معنوي

3-2 عرض نتائج اختبار السباحة الحرة البعدي لمجاميع البحث وتحليلها:

الجدول (7)

يبين نتائج تحليل التباين للاختبار البعدي في السباحة الحرة لمجاميع البحث

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجتي الحرية	متوسط المربعات	(ف) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة الإحصائية
بين المجموعات	1.73	2	0.84	1.21	0.27	غير معنوي
داخل المجموعات	27.95	21	0.45			
المجموع	29.48	23				

3-3 مناقشة نتائج مجاميع البحث الثلاثة:

أظهرت نتائج الاختبار القبلي والبعدي تعلم في مهارة السباحة الحرة لمجاميع البحث التجريبتين والضابطة ويرجع ذلك الى علمية وكفاءة المنهج التعليمي في تنمية وتطوير مهارة السباحة الحرة، فضلا عن نجاح المنهج المعد من قبل الباحث في تنمية هذه الفعالية واحتواءه على تمارين تنافسية نجحت في تنمية افراد العينة، وقد اظهرت نتائج الاختبار البعدي عدم معنوية الفروق بين المجاميع البحثية الثلاثة في مهارة السباحة الحرة وبغية الوقوف على الفروق الاحصائية بين مجاميع البحث الثلاثة لجأ البحث كذلك الى مقارنة الاوساط الحسابية للفروق كاحدى الدلالات الاحصائية والتي اظهرت ان الوسط الحسابي للفروق للمجموعة التجريبية الاولى (التنافس الجماعي) بلغ (1.44)، وبلغ الوسط الحسابي للفروق للمجموعة التجريبية الثانية (التنافس الذاتي) بلغ (1.45)، اما المجموعة الضابطة فقد بلغ الوسط الحسابي للفروق (0.94)، ما يعني ان الفروق وان كانت غير معنوية الا انها موجودة وحاضرة واخرجت تفوق المجموعتين التجريبتين (الاسلوب التنافسي) على المجموعة الضابطة في مهارة السباحة الحرة. كما واخرجت ان المجموعة التجريبية الثانية (التنافس الذاتي) افضل من المجموعة الضابطة وكنتيجة نهائية بينت النتائج افضلية اسلوب التنافس الجماعي على اسلوب التنافس الذاتي والمجموعة الضابطة. ويرى الباحث ان اسلوب التنافس الذاتي هو الانسب لهذه الفعالية والسبب يعود الى مكونات فعالية السباحة الحرة والتي تتطلب التركيز والاحساس باعتبار نتيجة الفعالية ومن خلال الاختبار لقدرة المتعلم على زمن الاختبار وبالسرعة الممكنة. وهذا ما يؤكد (لطفي عبد الفتاح، 1990) (ان مبدأ التعلم الحركي ينادي ان الممارسة والتدريب لا بد ان تتم بقدر الامكان بالطريقة التي سوف تمارس بها المهارة مما يساعد المتعلمين على اكتساب المهارات بشكا اسرع). وان الجو الذي يخلو من التنافس اطلاقا يعجز عن استشارة المتعلمين للتعلم والانجاز وان الجو الذي يتنافس فيه المتعلمون بصداقة وروح رياضية هو خير الاجراء تربويا(8: 1990، 623). ويؤكد (بركات) الذي يذكر (ان التنافس مع الزميل في التعلم يؤثر لكونه عنصرا محفزا ويفرض على المتعلم استعمال شخصيته كليا وان اشعاره بنتائج عمله ومقارنته بزملائه واشعاره بمدى تقدمه او تاخره يعتبر من اقوى دوافع التعلم وان اهمال المتعلم وعدم اشعاره بموقفه من شأنه ان يؤدي بالمتعلم الى الملل والبطيء في التعلم.



## 4-الخاتمة:

لقد استنتج الباحث ما يلي:

- 1- أن لأسلوب المنافسة له تأثير إيجابي في عملية تعلم السباحة الحرة للمتعلمين بإعمار 12 سنة.
  - 2- وأن استخدام أساليب المنافسة لها تأثير إيجابي في اكتساب المرحلة الاولى للتعلم في السباحة الحرة.
  - 3- وأن استخدام أسلوب المنافسة افضل من الاسلوب المتبع في تعليم الفعالية.
  - 4- المنهج المستخدم قد أدت الى تعلم الفعالية بشكل سريع بحيث وفرت الجهد والوقت لتحسين عملية التعلم لان التمرينات المستخدمة احتوت على الاسس العلمية في تعلم واتقان السباحة الحرة من خلال التعريف والشرح وعرض وممارسة الفعالية مما أدى الى تفوق المجموعتين التجريبية.
  - 5- التنشويق والمتعة والتنافس الموجود في التمرينات المستخدمة زاد من دافعية المتعلمين في اداء التمرينات وسهل عملية تعلم السباحة الحرة.
- فيما يوصي بالاتي:
- 1- يوصي الباحث على التأكيد باستخدام اساليب المنافسة في تعلم فعاليات اخرى ولمراحل عمرية اخرى.
  - 2- ضرورة اجراء بحوث تتناول اسلوب المنافسة في تعليم العاب اخرى.
  - 3- اختيار التمرينات الملائمة للمرحلة العمرية والجنس لإمكانية الاداء بالشكل الصحيح والذي يساعد في عملية التعلم.

## المصادر

- (1) بسطويسي احمد؛ اسس ونظريات الحركة. القاهرة: دار الفكر العربي، 1996.
- (2) حسن الشافعي و وسوزان موسى؛ مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية. الاسكندرية: منشأة المعارف، 1995.
- (3) ربحي مصطفى عليان و عثمان محمد غنيم؛ مناهج واساليب البحث العلمي النظرية والتطبيق، ط1. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع، 2000.
- (4) عبد الجليل الزوبعي و محمد الغنام؛ مناهج البحث في التربية. ج1. بغداد: مطابع جامعة بغداد، 1981.
- (5) محمد حسن علاوي؛ فسيولوجيا التدريب والمنافسات. القاهرة: دار المعارف، 1978.
- (6) نوري ابراهيم الشوك و رافع صالح فتحي؛ دليل البحث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية. بغداد، 2004.
- (7) وجيه محبوب؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه. بغداد: دار الحكمة للطباعة والنشر، 1988.
- (8) لطفي عبد الفتاح: طرق التدريس التربية الرياضية والتعلم الحركي. بغداد: دار الكتب جامعة بغداد، 1990.
- (9) محمد خليفة بركات: علم النفس التعليمي. ج1. الكويت: دار القلم للطباعة والنشر.



## الملاحق

## الملحق (1)

يوضح نموذج من الوحدة التعليمية (الوحدة الاولى)

الهدف: تعليم مهارة ضربات الرجلين.

الوقت: 90 دقيقة.

الملاحظات	الشرح	الزمن	اقسام الوحدة التعليمية
	تسجيل الحضور وتهيئة الادوات اللازمة المشي الهولة اعطاء التمارين العامة للرجلين والذراعين والاكتاف والبطن. تمارين تدوير الذراعين للامام تمارين تدوير الذراعين للخلف تمارين لف الجذع الى اليمين واليسار رفع الرجلين الى الاعلى رفع الرجلين الى الخلف حركات ركض سريع لمسافة 10 متر	4د 8د 8د	الاقسام الاعدادي المقدمة الاحماء العام  الاحماء الخاص
تصحيح الاخطاء التي تحدث التركيز على الاداء الصحيح	يتم فيه شرح مهارة ضربات الذراعين من جلال التبادل بين اليمين واليسار مع التركيز على اداء المهارة بدون سباحة ثم ادائها امسافات قصيرة ثم الاداء مع الاسفنج الطوفان بذراع واحدة (مرة يمين ومرة يسار) اداء ما تم شرحه من خلال توزيع المجموعة على طول المسبح المسافات قصيرة ثم متوسطة	10د 50د	القسم الرئيسي الجانب التعليمي  الجانب التطبيقي
اعطاء التغذية الراجعة	اعطاء تمارين على شكل المنافسات التأكيد على الاداء الجيد	10د	القسم الختامي