

تأثير تمارين نوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج والجزئي النقي في تعلم سباحة

الظهر للطالبات

شهلة أحمد عبد الله شيخ البزني

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة صلاح الدين

yadshadomar5@gmail.com

تاريخ نشر البحث: 2025 / 3 / 25

تاريخ قبول النشر: 2025/1 / 8

تاريخ استلام البحث: 2024/12/15

المستخلص

هدف البحث إلى التعرف تأثير تمارين نوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج والجزئي النقي في تعلم سباحة الظهر للطالبات، وتكونت عينة البحث من (12) طالبة من طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة صلاح الدين، وتم تقسيم العينة على مجموعتين تجريبيتين، المجموعة التجريبية تكونت الأولى من (6) طالبات تعلمن بالتمارين النوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج، وتكونت المجموعة الثانية أيضاً من (6) طالبات تعلمن بالتمارين النوعية بأسلوب التعلم الجزئي النقي وتطبيق هاذين الأسلوبين لمدة (5) أسابيع بواقع وحدتين بالأسبوع الواحد، وبزمن (90) دقيقة للوحدة التعليمية، وأظهرت نتائج البحث أن استعمال تمارين نوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج والجزئي النقي له أثر كبير وإيجابي في تعلم سباحة الظهر للطالبات، وتفوق المجموعة التجريبية الأولى التي تعلمت بالتمارين النوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج على المجموعة الثانية التي تعلمت بالتمارين النوعية بأسلوب التعلم الجزئي النقي، وأوصت الباحثة بضرورة اعتماد التمارين النوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج والجزئي النقي في الوحدات التعليمية لسباحة الظهر للطالبات، وتأكيد استعمال التمارين النوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج في تعلم سباحة الظهر وأنواع السباحة الأخرى.

الكلمات الدالة: التمارين النوعية، الجزئي المتدرج، الجزئي النقي، التعلم، سباحة الظهر

The Effect of Quality Exercises Using the Partial Gradual and Partial Pure Learning Methods on Learning Backstroke for Female Students

Shahla Ahmed Abdualah

College of Physical Education and Sports Sciences/ Saladin University

Abstract

The research aimed to identify the effect of quality exercises with the partial gradual and partial pure learning methods in learning backstroke for female students. The research sample consisted of (12) third-year female students in the College of Physical Education and Sports Sciences - Saladin University, and the sample was divided into two experimental groups, the group The first experimental trial consisted of (6) female students who learned specific exercises using a gradual partial learning method, The second group also consisted of (6) female students who learned with specific exercises in the pure partial learning method and applied these two methods for a period of (5) weeks, two units per week, and a time of (90) minutes per educational unit. The results of the research showed that using specific exercises in the gradual partial and pure partial learning methods He has a major and positive role in learning backstroke for female students, In addition to the superiority of the first experimental group that learned with specific exercises in the gradual partial learning method over the second group that learned with specific exercises in the pure partial learning method, the researcher recommended the necessity of adopting specific exercises in both the gradual partial learning and pure partial learning methods in the educational units for backstroke swimming for female students, in addition to emphasizing the use of exercises. The quality of the gradual partial learning method in learning backstroke and other types of swimming.

Keywords: Specific exercises, progressive partial, pure partial, learning, backstroke

1- المقدمة:

تشكل التمرينات أهمية كبيرة في عملية تعلم المهارات الحركية لاسيما عند المبتدئين، وتؤدي عملاً مهماً في اكتساب المهارات والوصول بها إلى مستوى الأداء الصحيح، وتثبت التمرينات شكل الحركة وترابطها مع غيرها ويرفع مستوى القدرات البدنية والحركية، ومن أجل أن تأخذ التمرينات مكانتها في عملية التعلم المهاري لابد من إجراء محاولات لتنظيم الظروف المحيطة فيها وتطويرها وتنوعها والابتعاد عن الخطأ مما يساعد على اكتساب المهارات الحركية، وبذلك نجد أن أثراً كبيراً في رفع قدرات المتعلم المهارية والبدنية، وأن هدف المدرس الأساس هو الوصول إلى التعلم المؤثر والفعال، وهذا ما يطلق عليه التمرينات النوعية التي هي تمرينات تؤدي بشكل مطابق ومشابه للأداء المهاري وبنفس المسار الحركي وبالقدر نفسه من القوة المستعملة، وأنها تتصف بالخصوصية في تطوير القدرات البدنية والمهارية والحركية في أماكن معينة من الجسم بحسب طبيعة أداء المهارات الحرة حيث تعمل على تركيز الكمية اللازمة في قوة انقباض العضلات للأداء السليم وكذلك توقيت انقباضها، فالتمرينات النوعية هي تمرينات لحظية أو مرحلية منطلقة من نفس طبيعة الأداء المهاري التي تتطابق من حيث المسار والقوة والسرعة والتركيز على المجموعات العضلية التي تقوم بالعمل الرئيس في أثناء التعلم أو التدريب والمنافسة". [1، ص42].

وتعد السباحة إحدى الألعاب الرياضية التي تتفرد بحالة خاصة عن بقية الألعاب الرياضية، وهي إمكانية ممارستها من الجنسين وفي مختلف الأعمار، فضلاً عن الخصوصية التي تتمتع بها، حيث تتسم بدرجة عالية من الصعوبة والتعقيد، ووجود الطالبة في وسط وبيئة غير اعتيادية (الماء)، مما يولد شعورها بعامل الخوف من الماء الذي تواجهه في أثناء تعلمها للسباحة، الأمر الذي يشكل عقبة من عقبات التعلم لديها، لذا يتطلب تعلم أنواع السباحة تمرينات وأساليب تعلم متعددة، وقد تختلف هذه الأساليب باختلاف عمر المتعلم وقدراته وجنسه وكذلك الإمكانيات المتاحة المساعدة في عملي التعلم، ومن هذه الأساليب أسلوب التعلم الجزئي حيث يقوم المدرس بتقسيم المهارة الحركية إلى عدة أجزاء ثم يقوم بعد ذلك بتعليم كل جزء من المهارة الحركية على حدة كذلك يختلف هذا الأسلوب في تعليم المهارة الحركية وظهرت فيه تقسيمات أخرى فرعية في كيفية تعليم السباحة، إذ إن عملية اختيار أسلوب التعلم المناسب الذي يحقق الهدف بأقل وقت وجهد من الأمور الأساسية التي توجب على المعلم استعمالها لتعليم أفضل ما يتناسب ونوع السباحة ومحيط أدائه.

من هنا تكمن أهمية البحث في إيجاد بدائل تعليمية متنوعة بديلة عن التعلم بنمط واحد والذي قد لا يؤدي إلى حدوث التعلم المطلوب، وكذلك زيادة دافعية المتعلمين نحو تعلم سباحة الظهر بتطبيق بعض التمرينات النوعية التي تدعم أسلوب التعلم الجزئي المتدرج والجزئي النقي مما قد يساعد الطالبات على تعلم هذا النوع من السباحة وتوفير الوقت والجهد المبذول من قبل مدرس المادة ومن الطالبة على حد سواء.

1-2 مشكلة البحث:

تعد مهارة سباحة الظهر من المهارات الفنية التي تحتاج إلى مستوى عالٍ من التنسيق بين حركات الجسم المختلفة (الذراعين، الساقين، التنفس، ووضع الجسم)، وال رغم من وجود أساليب تعليمية متعددة، إلا أن اختيار

الأسلوب الأنسب للتعليم قد يؤثر بشكل مباشر على كفاءة وسرعة تعلم هذا النوع من السباحة، ومن خبرة الباحثة في تدريس مادة السباحة وتدريبها وجدت أن الأسلوب الاعتيادي المتبع في تعلم السباحة بأنواعها هو الأكثر استعمالاً من المدرسين والمدرسين، وقد لا يراعي هذا الأسلوب الفروق الفردية والتفاوت في قدرات الطالبات على تعلم السباحة وإتقانها، لذا ارتأت الباحثة استعمال أساليب تعليمية قد تكون مغايرة بهدف التحقق من أنها تؤدي إلى نتائج أفضل من الأسلوب الاعتيادي المتبع لتعلم أنواع السباحة بشكل عام وسباحة الظهر بشكل خاص، باستثمار الإمكانيات أو المميزات المتاحة للتمرينات النوعية المدعمة بأسلوبي التعلم الجزئي المتدرج والجزئي النقي بالشكل الذي قد يساعد في زيادة عملية التشويق في المحاضرة التعليمية والاقتصاد بالوقت والجهد المبذول من قبل مدرسة المادة والطالبة، لذلك، تبرز مشكلة البحث في التساؤلات الآتية:

ما تأثير استعمال تمرينات نوعية بأسلوبي التعلم الجزئي المتدرج والجزئي النقي على تعلم سباحة الظهر للطالبات؟ وما الفرق بين تأثير أسلوب التعلم الجزئي المتدرج وأسلوب التعلم الجزئي النقي في تعلم سباحة الظهر؟

1-3 أهداف البحث:

التعرف على تأثير تمرينات نوعية بأسلوبي التعلم الجزئي المتدرج والجزئي النقي في تعلم سباحة الظهر للطالبات.

2- التعرف على الأفضلية للتمرينات النوعية بأسلوبي التعلم الجزئي المتدرج والجزئي النقي في تعلم سباحة الظهر للطالبات.

1-4 فروض البحث:

1- للتمرينات النوعية بأسلوبي التعلم الجزئي المتدرج والجزئي النقي تأثير إيجابي في تعلم سباحة الظهر للطالبات.
2- للتمرينات النوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج الأفضلية في تعلم سباحة الظهر للطالبات

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري:- طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة صلاح الدين.
1-5-2 المجال الزمني:- المدة من 17/10/2023 ولغاية 12/12/2023.

1-5-3 المجال المكاني:- المسبح المغلق في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة صلاح الدين.

1-6 تحديد المصطلحات:

-التمرينات النوعية: تمرينات متشابهة في مسارها الحركي والتي تؤدي إلى الارتقاء بمستوى الإنجاز في الرياضة لأنها تمثل الأساس في إعداد الناشئ". [2، ص56]

-أسلوب التعلم الجزئي المتدرج: "أسلوب يعتمد على التدرج في الربط أو الجمع بين الأجزاء المنفصلة حيث يتم تعلم جزء من المهارة ثم جزء آخر ثم ربطهما معاً ثم يتعلم جزءاً ثالثاً ثم ربطه بالأجزاء السابقة وهكذا حتى نصل إلى الشكل النهائي للمهارة". [3، 317]

-أسلوب التعلم والجزئي النقي: "أسلوب يتم فيه تعلم كل جزء من المهارة منفرداً ثم يتم الربط بين الأجزاء ككل لتشكيل المهارة النهائية، أي تعلم جزء واحد ثم تعلم جزء آخر، ثم تعلم جزء آخر وهكذا، ثم أخيراً تدمج جميع الأجزاء لتشكيل المهارة". [4، ص365]

2- إجراءات البحث:

2-1 منهج البحث: اتبعت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبيتين ذواتا الاختبارين القبلي والبعدي لملاءمته طبيعة مشكلة البحث وأهدافه.

2-2 مجتمع البحث وعينته: تمثل مجتمع البحث من طالبات المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة صلاح الدين وبعدها (16) طالبة، أما عينة البحث فتكونت من (12) طالبة بنسبة مئوية مقدارها (75%) كان تقسيمها بالتساوي على مجموعتين تجريبيتين أولى وثانية، كما في المخطط (1).

المخطط (1): يوضح المتغير المستقل والمتغير التابع لمجموعتي البحث التجريبيتين الأولى والثانية

ت	المجموعة	المتغير المستقل	المتغير التابع
1	المجموعة التجريبية الأولى (6) طالبات	التمرينات النوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج	سباحة الظهر
2	المجموعة التجريبية الثانية (6) طالبات	التمرينات النوعية بأسلوب التعلم الجزئي النقي	سباحة الظهر

2-3 الاختبارات: اعتمدت الباحثة اختبار الأداء الفني لسباحة الظهر وهو اختبار مقنن ومستعمل على مواصفات العينة نفسها، وإعداد استبانة خاصة لهذا الاختبار، وعرضها على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين في مجال السباحة البالغ عددهم (7) خبراء ومختصين، والاختبار هو:

- اسم الاختبار: -اختبار سباحة الظهر لمسافة 25 متر. [5، ص950]

- الهدف من الاختبار: قياس الأداء الفني لسباحة الظهر.

طريقة الأداء: يكون صدر الطالبة مواجه للحائط عند سماع إشارة البدء تقوم الطالبة بميل الجسم خلفاً ثم تدفع الحائط برجليها ليطفو الجسم أفقياً على سطح الماء، ثم تبدأ بتحريك الرجلين والذراعين لمسافة (25) متر.

طريقة التسجيل: يكون التقييم عن طريق الملاحظة المباشرة بثلاث محكمات من ذوي الاختصاص بمادة السباحة، باستعمال استمارة تقييم الأداء الفني لسباحة الظهر (الملحق 1).

- الدرجة الكلية للاختبار: (15) درجة.

2-4 إجراءات الرئيسة:

2-4-1 التجربة الاستطلاعية: إجراء تجربة استطلاعية على عينة مصغرة لعينة البحث تكونت من (4) طالبات من خارج عينة البحث الرئيسة يوم الثلاثاء الموافق 2023/10/17 في الساعة التاسعة صباحاً في المسبح المغلق في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة صلاح الدين، لتحقيق أهداف عدة هي:

1- التأكد من مدى ملاءمة اختبار الأداء الفني لسباحة الظهر لمستوى عينة البحث.

2- أخذ الاحتياطات لبعض المشاكل التي قد تواجه الباحثة عند إجراء البحث.

3- إيجاد الأسس العلمية للاختبار.

2-4-2 الأسس العلمية للاختبار:

1-الصدق: إيجاد صدق الأداء الفني لسباحة الظهر باستعمال الصدق الظاهري، وعرض الاختبار على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين في مجال السباحة البالغ عددهم (7) مختصين، وبعد فرز الاستمارات أظهرت السادة الخبراء والمختصين موافقتهم، كما في الجدول (2).

2-الثبات: إيجاد الثبات عن طريق الاختبار وإعادة الاختبار، كان تطبيق الأول للاختبار على عينة التجربة الاستطلاعية البالغ عددها (4) طالبات يوم الثلاثاء الموافق 2023/10/17، وبعد مرور (7) أيام أجري التطبيق الثاني على العينة نفسها، أي يوم الثلاثاء الموافق 2023/10/24، واستخراج قيمة معامل الثبات باستعمال معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات أثنين من المحكمات اللاتي حكمن الأداء الفني لسباحة الظهر بالملاحظة المباشرة، وظهرت قيمة معامل الثبات كما هي في الجدول (1).

3-الموضوعية: لاستخراج موضوعية اختبار الأداء الفني لسباحة الظهر للطالبات فقد اعتمدت الباحثة درجات اثنتين من درجات المحكمات الثلاث اللاتي قمن بتقييم الأداء الفني لسباحة الظهر، واستعملت الباحثة معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، إذ ظهرت قيمة معامل الموضوعية كما في الجدول (1).

الجدول (1): يبين قيم معاملات الصدق والثبات والموضوعية لاختبار الأداء الفني لسباحة الظهر

الاختبار	الصدق	الثبات	الموضوعية
الأداء الفني لسباحة الظهر/ درجة	100%	0.91	0.89

تشير النتائج الظاهرة في الجدول (1) إلى أن قيم معاملات الصدق والثبات والموضوعية لاختبار الأداء الفني لسباحة الظهر جاءت عالية مما يدل على أنه اختبار يتمتع بدرجات جيدة من الصدق والثبات والموضوعية، الأمر الذي يدل على أن اختباراً مناسباً لعينة البحث.

2-4-4 الاختبارات القبليّة: أجريت الاختبارات البعدية للأداء الفني لسباحة الظهر للمجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية في التاسعة صباحاً ليوم الثلاثاء الموافق 2023/10/31 في المسبح المغلق في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة صلاح الدين.

2-4-5 تكافؤ المجموعتين: للبدء بخط شروع واحد لجأت الباحثة الى التحقق من تكافؤ المجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية في الأداء الفني لسباحة الظهر اعتماداً على نتائج الاختبار القبلي، كما مبين في الجدول (2).

الجدول (2): يبين قيمة (t) المحسوبة في الاختبار القبلي للأداء الفني لسباحة الظهر بين المجموعتين

التجريبيتين

الأولى والثانية

الاختبار	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t) المحسوبة	نوع الدلالة
الأداء الفني/درجة	التجريبية الأولى (التمرينات النوعية بالتعلم الجزئي المتدرج)	4.52	1.28	0.87	غير معنوي
	التجريبية الثانية	4.63	1.45		

تشير النتائج الظاهرة في الجدول (2) إلى وجود فروق غير معنوية ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي للأداء الفني لسباحة الظهر بين المجموعتين التجريبيتين الأولى، إذ جاءت قيمة (t) المحسوبة (0.87) وهي أصغر من قيمتها الجدولية البالغة (2.23) عند مستوى دلالة (0.05) تحت درجة حرية (10)، مما يدل على تكافؤ المجموعتين.

2-4-6 مفردات التمرينات النوعية: تضمن تطبيق مفردات التمرينات النوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج والجزئي النقي الآتي:

- 1- مدة التنفيذ (5) أسابيع.
- 2- عدد الوحدات في الأسبوع (2) وحدتين.
- 3- المجموع الكلي للوحدات (10) وحدات.
- 4- زمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة.
- 5- عملت المجموعة التجريبية الأولى وفق التمرينات النوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج في أثناء القسم الرئيس للوحدة التعليمية ومدته (60) دقيقة، وفق الخطوات الآتية: (تقسيم مفردات الأداء المهاري لسباحة الظهر إلى أجزاء وبعد الانتهاء من تعليم كل جزء تم ربط هذا الجزء مباشرة بالجزء الذي سبق تعلمه من قبل الطالبة، وفي كل مرة تتعلم الطالبة جزءاً جديداً، ويربط هذا الجزء بالأجزاء التي سبقته).
- 6- عملت المجموعة التجريبية الثانية وفق التمرينات النوعية بأسلوب التعلم الجزئي النقي في أثناء القسم الرئيس للوحدة التعليمية الذي مدته (60) دقيقة، وفق الخطوات الآتية: (تقسيم مفردات الأداء المهاري لسباحة الظهر إلى أجزاء وتعليم كل جزء بطريقة منفصلة عن الأجزاء الأخرى، وبعد الانتهاء من تعليم جميع الأجزاء، تربط هذه الأجزاء مع بعضها البعض لأداء سباحة الظهر بشكل كامل).

2-4-7 الاختبارات البعدية: أجريت الاختبارات البعدية للأداء الفني لسباحة الظهر للمجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية بعد الانتهاء من مدة تنفيذ التمرينات النوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج والجزئي النقي في التاسعة صباحاً ليوم الثلاثاء الموافق 2023/12/12 في المسبح المغلق في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة صلاح الدين، وقد روعي فيها الظروف نفسها التي أجريت بها الاختبارات القبلية.

الوسائل الإحصائية: استعملت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية: [6، ص330]-[Aboud et al., 2013]

- 1- النسبة المئوية.
- 2- الوسط الحسابي.
- 3- الانحراف المعياري.
- 4- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).
- 5- اختبار (t) للعينات المتناظرة العينات المستقلة.
- 6- اختبار (t) للعينات المستقلة.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للأداء الفني لسباحة الظهر للمجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية وتحليلها:

الجدول (3): يبين قيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي للأداء الفني لسباحة الظهر للمجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية

المجموعة	الاختبار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t) المحسوبة	نوع الدلالة
التجريبية الأولى (التمرينات النوعية بالتعلم الجزئي المتدرج)	القبلي	4.52	1.28	5.62	معنوي
	البعدي	11.23	0.92		
التجريبية الثانية (التمرينات النوعية بالتعلم الجزئي النقي)	القبلي	4.63	1.45	3.79	معنوي
	البعدي	9.17	1.32		

تشير النتائج الظاهرة في الجدول (3) إلى وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للأداء الفني لسباحة الظهر ولكلتا المجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية، وتغزو الباحثة سبب هذه الفروق لدى المجموعة التجريبية الأولى، إذ جاءت قيمة (t) المحسوبة (5.62) وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.57) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (5)، إلى فاعلية التمرينات النوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج في تحقيق التدرج من السهل إلى الصعب والتسلسل الحركي السليم لسباحة الظهر والاقتصاد بالجهد المبذول نتج عنه توافق حركي وانسيابية في الماء، وهذا يتفق مع ما أشير إليه في التعلم الجزئي المتدرج "يعمل على إحداث تقدم في المستوى المهاري، حيث إنه في الأسلوب المتدرج يتم تعليم الأجزاء السهلة وبعد تعلم وإتقان كل جزء من المهارة كان يتم تعليم جزء آخر وربطه بالجزء الذي سبق أن تعلمه الطلاب وأنقنوه ثم يتم توفير الوقت الكافي لتحقيق الربط والتوافق بين الجزئين السابق والجديد، وهكذا حتى تم تعلم جميع أجزاء سباحة الظهر". [7، ص26]

وتغزو الباحثة سبب الفروق لدى المجموعة التجريبية الثانية، إذ جاءت قيمة (t) المحسوبة (3.97) وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.57) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (5) إلى اعتمادها التمرينات النوعية بأسلوب التعلم الجزئي النقي، فقد ركز أسلوب التعلم النقي على التسلسل في نقل المعلومة، وإتقان للنواحي الفنية وتقليل الأخطاء التي يمكن أن تظهر بالأداء الفني للسباحة، وهذا يتفق مع ما ذكر بأن "استخدام الطريقة الجزئية بالأسلوب النقي في تعليم مهارات السباحة يسهم في الفهم الدقيق لأجزاء الحركة". [8، ص205]، وأن متابعة المدرسة لكل حركة متعلمة على حده وإعطاء التغذية الراجعة الفورية لها وفي

الوقت المناسب، وتصحيح الأخطاء، بالإضافة إلى إعطاء الوقت الكافي لتكرار الحركة بشكلها النقي المنفصل عن بقية الحركات كان له الأثر الفعال في تعلم الطالبات لسباحة الظهر.

2-3 عرض نتائج الفروق في الاختبار البعدي للأداء الفني لسباحة الظهر بين المجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (4): يبين قيمة (t) المحسوبة في الاختبار البعدي للأداء الفني لسباحة الظهر بين المجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية

الاختبار	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t) المحسوبة	نوع الدلالة
الأداء الفني/درجة	التجريبية الأولى (التمرينات النوعية بالتعلم الجزئي المتدرج)	11.23	0.92	4.98	معنوي
	التجريبية الثانية (التمرينات النوعية بالتعلم الجزئي النقي)	9.17	1.32		

تشير النتائج الظاهرة في الجدول (4) إلى وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي للأداء الفني لسباحة الظهر بين المجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية ولصالح المجموعة التجريبية الأولى، إذ جاءت قيمة (t) المحسوبة (4.98) وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.23) عند مستوى دلالة (0.05) تحت درجة حرية (10)، وتعزو الباحثة سبب الفروق الحاصلة وتفق المجموعة التجريبية إلى فاعلية التمرينات النوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج إذ قامت طالبات هذه المجموعة بتعلم حركات الرجلين ومن ثم تعلم حركات الذراعين ودمج الحركتين مع بعضهما، ومن ثم تعلم التنفس ودمجهما معاً وذلك للتعرف على أماكن الضعف والأخطاء الفنية أولاً بأول وتصحيحها، مما مكن الطالبة من ملاحظة الخطأ الذي قد تقع فيه وتجنب الوقوع في الخطأ مرة أخرى، مما يشعر الطالبة بمدى تقدمها أو عدم تقدمها في تعلم هذا النوع من السباحة أولاً بأول، فضلاً عن فاعلية التمرينات النوعية بالأسلوب المتدرج في تحسين التوافق الحركي لدى طالبات المجموعة التجريبية نتيجة عملية الربط التي كانت تتم بين كل مهارة جديدة يتم تعلمها والمهارة السابقة التي سبق أن تعلمتها الطالبات، وهذا يتفق مع ما تمت الإشارة إليه " أن ربط الأجزاء المكونة للأداء الحركي يسهم في تحقيق التوافق الحركي، كما أن الربط بين أجزاء الحركات المكونة للمهارة، يسهم في زيادة إدراك الفرد لكيفية تكوين المهارة المراد تعلمها من كل جوانبها، وكيفية ارتباط أجزاء المهارة مع بعضها البعض وذلك يسهم في تطوير التوافق بين أجزاء الحركة ويؤدي إلى زيادة قدرة الفرد على إتقان أداء عدد من الحركات المركبة في وقت واحد". [9، ص 134].

وترى الباحثة أن التمرينات النوعية التي اعتمدها المجموعة التجريبية الأولى أدت إلى الحفاظ على اتزان الجسم مما أدى إلى تحسن الأداء الفني للمهارى وللأوضاع الصحيحة في أثناء مراحل الأداء الفني وساعدت

جسم الطالبة على المحافظ على السرعة المكتسبة في اتجاه المسار الحركي لسباحة الظهر، الأمر الذي انعكس على تعلمهن بشكل جيد، وهذا يتفق مع ما تم ذكره في أن التمرينات النوعية هي " عبارة ع تمرينات موجهة نحو العضو المعين بالأداء الحركي بحيث يكون اتجاهها الديناميكي مطابقاً للمسار الحركي للمهارة الحركية المتعلمة". [10، ص68]

4-الاستنتاجات والتوصيات:

4-2الاستنتاجات:

- 1-استعمال التمرينات النوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج والجزئي النقي له أثر كبير وإيجابي في تعلم سباحة الظهر للطالبات.
- 2-تفوق المجموعة التجريبية الأولى التي تعلمت سباحة الظهر بالتمرينات النوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج على المجموعة الثانية التي تعلمت بالتمرينات النوعية بأسلوب التعلم الجزئي النقي.
- 3-أظهرت المجموعة التجريبية الثانية التي عملت بالتمرينات النوعية بأسلوب التعلم الجزئي فرقاً واضحاً بين الاختبار القبلي والبعدي للأداء الفني لسباحة الظهر ولصالح البعدي.

4-2 التوصيات:

- 1- ضرورة اعتماد التمرينات النوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج والجزئي النقي في الوحدات التعليمية لسباحة الظهر للطالبات.
- 2- تأكيد استعمال التمرينات النوعية بأسلوب التعلم الجزئي المتدرج في تعلم سباحة الظهر وأنواع السباحة الأخرى.
- 3- ضرورة التنوع في أساليب التعلم وفق التمرينات النوعية الخاصة المدعمة لتعلم المهارات الحركية المختلفة.
- 4- إجراء دراسات لأساليب التعلم الأخرى لتعلم السباحة بأنواعها المختلفة ولكلا الجنسين.

CONFLICT OF INTERESTS

There are no conflicts of interest

المصادر:

- [1] سارة فتحي السعيد عبد الحميد. تأثير بعض التدريبات النوعية على تحسين المستوى المهاري في سباحة الدولفين، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، القاهرة، 2014.
- [2] طلحة حسام الدين (وآخرون). التمرينات النوعية وعلاقتها بمستوى التحصيل الحركي في الجمباز "المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية بحوث مؤتمر لرؤية مستقبل للتربية والرياضية في الوطن العربي، المجلد 1993، 2.

- [3] مقداد أحمد الطراونة. أثر أسلوب التعلم الجزئي النقي والمتدرج في تعليم سباحة الظهر للمبتدئين للفئة العمرية من (8-10)، مؤتمة للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد 36، العدد 5، 2021.
- [4] داليا عامر سعدون. أثر استخدام التعلم الجزئي النقي في تعليم وانجاز سباحة 25م حرة للمبتدئين بأعمار (6-7) سنوات، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد 14، العدد 4، 2021.
- [5] ختام موسى أي. أثر التدريس بالطريقة الجزئية بالأسلوبين النقي والمتدرج على تعلم سباحة الزحف على الظهر ومستوى الخوف من الماء لدى طلاب كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية، عمادة البحث العلمي، الجامعة الأردنية، مجلة دراسات، العلوم التربوية، المجلد 41، العدد 2، 2014.
- [6] Aboud, H. M., Alawi, R., & Al-Dulaimi, N. A. Z. (2013). **The effect of an educational approach using educational models in developing the performance of some basketball skills for female students.** *Journal Human Sciences*, 1(15). <https://search.emarefa.net/detail/BIM-410856>
- [7] سمير عبد الله رزق. الموسوعة العلمية لرياضة السباحة ، الأردن، عمان، 2003.
- [8] عماد عزيز نشمي. أثر أسلوبين من التعلم الجزئي النقي والمتدرج في تعليم سباحة الصدر للمبتدئين للفئة العمرية من (5-6) سنوات، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد 3، العدد 2، 2010.
- [9] Phillips, J. 2008. **Benefits of learning how to swim**, Retrieved June 1, from. <http://www.delmar.edu/kine/jpswimbenefits.html>.
- [10] رامي عبد الحميد علي. تأثير برنامج تدريبات نوعية على تحسين مستوى الأداء لبراعم السباحة، جامعة بنها، كلية التربية الرياضية، مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة، المجلد 29، العدد 3، 2022.

الملحق (1): ببيان استمارة تقييم الأداء الفني لسباحة الظهر

ت	اسم الطالب	ضربات الرجلين								ضربات الذراعين					التنفس				التوافق الكلي				الأداء الفني الكلي		
		درجات(6)								(4)					(2) درجتان				(3)درجات						
		0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	0	1	2	0	1	2	3	0	1	2	3	(15) درجة
1																									
2																									
3																									
4																									
5																									

																			6
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---