

تأثير برنامج أنشطة استكشافية حركية على مستوى الكفاءة الإدراكية الحركية وتعلم سباحة الزحف على البطن للمبتدئين

*أ.م.د/ مختار إبراهيم عبد الحافظ شومان

مشكلة البحث وأهميته:

الأنشطة الحركية هي الخطوة الأولى في عملية التعليم والتراكم اللغوي فعندما يستكشف الطفل البيئة يقوم بالتجريب ويبدأ في تنمية فهمه للحياة، فأثناء النشاط الحركي مع الآخرين يتعلم الأطفال أن يعملوا بانسجام مشترك وداخل نظام اجتماعي فمن خلال الأنشطة الحركية يتعلم الطفل أن يتخذ القرارات وينتج استجابات مناسبة ويبتكر تكتيكاً جديداً لحل المشكلات ويكتشف السلوك الضروري لحماية نفسه والترويح عليها فتظهر غريزة اللعب بأنها ضرورية للتنمية المثلى والنضج فاللعب الحركي بالنسبة للطفل ليس وقتاً ضائعاً أو لغرض سلوكي غير منتج ولكن هي طريقة لاستكشاف العالم من حوله. (١٧ : ١٤٩)

فالأنشطة الحركية إذاً هي إحدى ميادين تعلم الطفل حيث أنه يتعلم عن طريق الممارسة ولا ننسى أن الطفل يتصور أنه خلق لكي يلعب واللعب هو وظيفته الأساسية في الحياة فأنت تعلمه من خلال ما يجب وهذا أجدى أنواع التعلم. (١٦ : ٢٣)

ويشير هالسي وبورتر Halsey & Porter نقلاً عن أمين أنور الخولي ومحمد محمد

الحمامي (٢٠٠٣م) أن برامج النشاط الحركي هي خبرات معدة بأسلوب حل المشكلات وهو ما يميزها عن التربية البدنية بطريقة تقليدية، فمن خلال برامجها يتعلم الطفل كيف يتحكم في أنماط تحريك أعضاء جسمه ومن ثم نمو مهارات عديدة لديه، وتعتمد برامج النشاط الحركي على الحركة الأصلية الطبيعية المتاحة لدى الطفل، فهي بمثابة المادة الأولية التي تشكل منها البرامج والأنشطة، ولكن تكمن معطياتها التربوية في تأثيرات وإسهامات الحركة على المستوى السلوكي والاجتماعي والتحصيلي. (٥ : ١٨ - ١٩)

وقد أولى علماء النفس والتربية اهتماماً خاصاً بنمو القدرات الإدراكية الحركية لمعرفة مدى أهميتها في حياة الطفل ومدى علاقتها بجوانب النمو الأخرى، فهي تعبر عن العلاقة بين كل من الوظائف الإدراكية والوظائف الحركية في سلوك الطفل، كما تؤكد على التفاعل والتكامل بين جانبيين أساسيين من جوانب نموه وهما الجانب الحركي والجانب الإدراكي، فالطفل يمتلك كل الأنواع الأساسية للمهارات الحركية فيستطيع المشي والتسلق والركض والوثب والرمي واللقف وغيرها، ويقوم بكل هذه المهارات الحركية الأساسية بدرجة من التوافق لا تحتاج إلا لقليل من الصقل والإتقان، إذ يعتبر التعطش الجامح للحركة والنشاط من أهم مميزات هذه المرحلة وأساس التعلم الحركي للطفل كنتيجة للتعامل مع الأفراد والأدوات في محيط البيئة التي يعيش فيها، كما تتسم حركات الطفل بالإفراط في بذل الجهد باشتراك عدد كبير من العضلات في معظم الحركات. (١٢ : ١٣٥)

ولما أصبحت سياسة التعليم في السنوات الأولى من المرحلة الابتدائية تسعى في تخصيص

٣٠٪ من الخطة الدراسية لأنشطة التعلم من خلال النشاط واللعب والتفاعل مع الزملاء والمعلم والبيئة

* أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات المائية بكلية التربية الرياضية جامعة بنها

بهدف التعرف على أعضاء الجسم وإمكاناته الحركية وكيفية استخدامها وصقل الحركات الأساسية وتناول مفاهيم الإدراك الحركي وتنمية الوعي بالجسم والفراغ، وانطلاقاً من تحليل محتوى النشاط الرياضي المدرسي للسنوات الأولى تحليلاً راسياً لوحظ تقديم معلومات ومهارات متتابعة ومتنامية من سنة إلى أخرى.

وتعتبر السباحة من الأنشطة الترويحية الممتعة والمحبة حيث تضيف علي ممارستها لوناً فريداً من البهجة والنشاط والحيوية، كما تمارس في مراحل العمر المختلفة هذا بالإضافة إلى الفوائد العديدة، حيث أن للسباحة فوائد متعددة تعود علي الفرد الممارس بفوائد كثيرة في نواحي متعددة وهي الناحية الترويحية والنفسية والعلاجية وكذلك الناحية البدنية المعرفية والفسولوجية. (٢ : ١٢)

وتعتبر سباحة الزحف على البطن هي الجوهر الأساسي للسباحة، ومن مميزاتها أنها تجعل السباح يتحرك في الماء أسرع من أي طريقة أخرى من طرق السباحة، وتجعله يرى أمامه في الماء ولهذا تعتبر السباحة الوحيدة التي يلجا إليها السباحون لتحقيق أفضل النتائج. حيث يشير ماجليشيو **Maglischo** (٢٠٠٣م) إلى أن سباحة الزحف على البطن هي السباحة الأسرع بين السباحات التنافسية الأربعة وتحتوي كل دورة ذراع لسباحة الزحف على البطن حركة الذراع الأيمن وحركة الذراع الأيسر وعدد متغير من ضربات الرجلين. (٣٥ : ٢١٦)

ويتفق كل من محمد علي القط (٢٠٠٢م) (٢٤)، طارق محمد ندا (٢٠٠٤م) (١٥)، أن من النقاط الفنية الهامة في سباحة الزحف على البطن (وضع الجسم - حركات الذراعين - ضربات الرجلين - حركة الرأس والتنفس - التوافق).

ويرجع الباحث عدم الوصول إلى المستوى المطلوب من الإتقان في مستوى الأداء المهاري لسباحة الزحف على البطن إلى ما يشعر به التلميذ من ملل وتشتت ذهني نتيجة للأساليب التقليدية، حيث أن الطريقة المتبعة في مدارس تعلمي السباحة هي الطريقة التقليدية التي تعتمد على مصدر واحد للمعرفة وهو الشرح من جانب المعلم يتبعه عرض النموذج دون أدنى مشاركة فعلية للمتعلمين في الموقف التعليمي، مما أدى إلى وقوف المتعلمين موقف سلبي في عملية التعلم، كما أن هناك من لا يستطيعون رؤية نموذج المهارة بشكل واضح من زوايا مختلفة وبالتالي لا يتضح لهم النواحي الفنية لأداء المهارة بصورة سليمة.

وقد تبين من خلال الدراسات السابقة المرتبطة بأهمية الأنشطة الحركية كدراسة سيدة عبد الرحيم صديق (١٩٩١م) (١٤)، رضا مصطفى عصفور (١٩٩٦م) (١٠)، رومانوفا **Romanova** (٢٠٠٢م) (٣٧) على ضرورة الاهتمام بالنشاط الحركي الموجه لتنمية المهارات الحركية الأساسية والمساهمة في النمو الحركي والاجتماعي والادراكي للتلميذ، كما أوضحت نتائج تلك الدراسات النقص الشديد في برامج التربية الحركية والنشاط الحركي للتلميذ، الأمر الذي دفع الباحث للقيام بالبحث الحالي للتعرف على تأثير برنامج أنشطة استكشافية حركية على مستوى الكفاءة الإدراكية الحركية وتعلم سباحة الزحف على البطن للتلاميذ المبتدئين بمدارس السباحة بمدينة الملك فيصل الرياضية بجازان بالمملكة العربية السعودية.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على:

- ١- تأثير برنامج أنشطة استكشافية حركية على مستوى الكفاءة الإدراكية الحركية (الذات الجسمية - الإحساس بالمجال والاتجاهات - إدراك الأشكال - الإحساس بالاتزان - التوافق بين العين واليد - التمييز السمعي - الإيقاع والتحكم العضلي العصبي) للتلاميذ المبتدئين.
- ٢- تأثير برنامج أنشطة استكشافية حركية على تعلم سباحة الزحف على البطن (وضع الجسم - ضربات الرجلين - حركات الذراعين - التنفس - الربط والتوافق) للتلاميذ المبتدئين.

فروض البحث:

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث لصالح القياسات البعديّة.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث لصالح القياسات البعديّة.
- ٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في سباحة الزحف على البطن لصالح القياسات البعديّة.
- ٤- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في سباحة الزحف على البطن لصالح القياسات البعديّة.
- ٥- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات البعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة في الكفاءة الإدراكية الحركية وسباحة الزحف على البطن قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية.
- ٦- توجد فروق في معدل التغير في نسب التحسن بين القياسات البعديّة عن القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الكفاءة الإدراكية الحركية وسباحة الزحف على البطن قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث

البرنامج:

" مجموعة من المقررات التي تنظم بدقة في وحدات تعليمية ومسلم أنها أفضل طريقة لتحقيق أهداف المنهاج ". (٧ : ٦٦)

الأنشطة الاستكشافية الحركية:

" مجموعة الأنشطة والألعاب والممارسات العملية التي يقوم بها التلميذ تحت إشراف وتوجيه وإرشاد غيره بالخبرات والمعلومات والمفاهيم والاتجاهات التي تدرسه على أساليب التفكير السليم وحل المشكلات والتي ترغبه في البحث والاستكشاف ". (٢٧ : ٢٤)

الكفاءة الإدراكية الحركية:

" قدرات أولية تعتمد على المعلومات الحركية التي تنتقل عبر الجهاز العصبي بمستقبلاته الحسية الطرفية والداخلية للجهاز العصبي المركزي لتفسيرها ثم إصدار مجموعة من ردود الأفعال الحركية ثم تنفيذها عبر الجهاز العصبي المفصلي ". (١٩ : ٣٠)

الإدراك الحركي:

" إدارة المعلومات التي تأتي للفرد من خلال الحواس وعملية المعلومات ورد الفعل في ضوء السلوك الحركي الظاهري ". (٤ : ١٩٩)
الدراسات السابقة:

١- أجرت هالة محمد مالك وعبد عادل زهران (٢٠٠٠م) (٣٢) دراسة استهدفت التعرف على تأثير البرنامج المقترح لتنمية بعض متغيرات الإدراك الحس - حركى على تعلم سباحة الزحف على البطن، واستخدمت الباحثتان المنهج التجريبي على عينة عددها (٣٠) طالبة، ومن أدوات البحث اختبارات الإدراك الحس - حركى (داخل الماء وخارج الماء) اختبار التحكم فى التنفس، اختبارات فسيولوجية، اختبار الصليب الأحمر لقياس مستوى التعلم للمبتدئين، ومن أهم النتائج أن البرنامج التعليمى المقترح يؤثر ايجابياً فى تنمية الإدراك الحس - حركى والمستوى المهارى للمجموعة التجريبية.

٢- أجرت منى موسى السيد (٢٠٠٦م) (٢٨) دراسة استهدفت التعرف على تأثير برنامج أنشطة إستكشافية حركية على آداب وفضائل الطفل فى مرحلة ما قبل المدرسة، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة مكونه من (١٤٠) طفل من رياض الأطفال بمدرسة طنطا التجريبية للغات بمحافظة الغربية، ومن أدوات جمع البيانات الاختبار المعرفى المصور والجانب الوجدانى وبرنامج الأنشطة الاستكشافية الحركية، ومن أهم النتائج أن برنامج الأنشطة الاستكشافية الحركية والذى طبق على المجموعة التجريبية لطفل ما قبل المدرسة ثبت تأثيره الايجابي على اكتساب الآداب والفضائل وتحسن المجموعة الضابطة والتي تخضع للبرنامج التقليدى المتبع تحسن ضئيل فى اكتساب الآداب والفضائل وتحسن المجموعة التجريبية التي استخدمت برنامج الأنشطة الحركية عن المجموعة الضابطة التي استخدمت البرنامج التقليدى المتبع فى اكتساب الآداب والفضائل مما يدل على فاعليته وتأثيره.

٣- أجرت نشوان محمود الصفار (٢٠٠٩م) (٣١) دراسة استهدفت التعرف على تأثير برنامج مقترح بالألعاب الاستكشافية فى تنمية اللياقة الحركية لدى تلميذات الصف الأول الابتدائي، وتم استخدام المنهج التجريبي على عينة قوامها (٤٠) تلميذة تم تقسيمهن الى مجموعتين متساويتين بالعدد إذ تمارس المجموعة الأولى البرنامج المقترح بالألعاب الاستكشافية بينما تمارس المجموعة الثانية درس التربية الرياضية التقليدي، ومن أدوات جمع البيانات اختبارات اللياقة الحركية، البرنامج المقترح بالألعاب الاستكشافية، ومن أهم النتائج أن البرنامج المقترح بالألعاب الاستكشافية ساهم فى تنمية اختبارات اللياقة الحركية لدى تلميذات الصف الأول الابتدائي، تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة فى جميع اختبارات اللياقة الحركية قيد البحث.

٤- أجرى بكر أنور تهامي (٢٠١٠م) (٦) دراسة استهدفت هذه الدراسة تصميم برنامج مقترح لتنمية القدرات الإدراكية الحركية المرتبطة بالمهارات الأساسية فى الكرة الطائرة لتلاميذ مرحلة التعليم الابتدائي، واستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (٣٠) تلميذاً، ومن أدوات البحث مقياس بورودو للقدرات الإدراكية الحركية، استمارة تحديد القدرات الإدراكية الحركية، البرنامج التعليمى المقترح، وقد أظهرت النتائج أن البرنامج المقترح ساهم بطريقة ايجابية فى تنمية القدرات

الإدراكية الحركية، البرنامج المقترح له تأثير إيجابي في تحسين مستوى تعلم المهارات الأساسية في الكرة الطائرة (التمرير من أعلى - التمرير من أسفل - الإرسال من أسفل - الضربة الساحقة)، ساهم البرنامج المقترح من الباحث بطريقة ايجابية في تنمية القدرات الإدراكية الحركية المرتبطة بالمهارات الأساسية في الكرة الطائرة.

إجراءات البحث

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين الأولى تجريبية والثانية ضابطة متبعا القياسات القبلية والبعدي لمناسبتة لطبيعة البحث.

مجتمع وعينة البحث:

اشتمل مجتمع وعينة البحث على التلاميذ المبتدئين والمسجلين بمدارس السباحة بمدينة الملك فيصل الرياضية بجازان بالمملكة العربية السعودية للعام الدراسي ٢٠١٦/٢٠١٧م من سن (٦- ٨ سنوات) ولهم خبرة قليلة سابقاً في السباحة وبلغ عددهم (٤٠) تلميذ، تم سحب عدد (١٠) تلاميذ عشوائياً وذلك لإجراء المعاملات العلمية "الصدق والثبات"، وبذلك أصبحت عينة البحث الأساسية عددها (٣٠) تلميذ تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (١٥) تلميذ، إضافة إلى عدد (١٠) تلاميذ من الممارسين للسباحة بنفس المدرسة كعينة مميزة من أجل إيجاد صدق التمايز للاختبارات المستخدمة قيد البحث.

ضبط متغيرات البحث:

تم إجراء التجانس على عينة البحث الأساسية والاستطلاعية في متغيرات (العمر الزمني - ارتفاع القامة - الوزن)، والذكاء، والإدراك الحس حركي قيد البحث وسباحة الزحف على البطن وجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١)

تجانس عينة البحث الكلية في جميع المتغيرات المختارة قيد البحث

ن = ٤٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
العم	العمر الزمني	سنة	٧.١٩٧	٠.١٧٤	٧.٢٠ - ٠.٦٣٠
	ارتفاع القامة	سم	١٠١.١٣	١.٤٨٢	٠.١١٠
	الوزن	كجم	٢٥.١٧٨	٠.٨٣٩	٢٥.٣٥ - ٠.٠٨٣
الكفاءة الإدراكية الحركية	الذكاء				
	الذات الجسمية	درجة	٧٨.٧٧	٦.٦٠٤	٧٩.٢٦ - ٠.٢٢٣
	الإحساس بالمجال والاتجاهات	درجة	١.٦٣٤	٠.١٧٤	١.٦٠ - ٠.٢٢٨
	إدراك الأشكال	درجة	١.١٨٧	٠.٢٠٧	١.١٠ - ١.٠٥
	الإحساس بالاتزان	درجة	٥.٢٢٥	٠.١٧٦	٥.٢٠ - ٠.٤٢٨
	توافق العين واليد	درجة	٢.٠٧١	٠.٠٤٣	٢.٠٦ - ٠.٧١٤
التمييز السمعي	درجة	٠.٠٦٢	٠.٠٧٩	٠.٠٥ - ٠.٦٧٠	
	درجة	١.٢٢٤	٠.١١٢	١.١٧ - ٠.٦٥٤	

تابع جدول (١)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
الإيقاع والتحكم العضلي العصبي	درجة	٣.٠٦٩	٠.٠٨١	٣.٠٨	٠.٢٦٩-
الطفو والانزلاق على البطن	درجة	١.٨٤	٠.٢٤٢	١.٧٨	٠.٧٤٤
ضربات الرجلين	درجة	٢.٦٩	٠.٣١٠	٢.٦١	٠.٧٧٤
حركة الذراع الأيمن	درجة	٢.١٧	٠.٢٤٨	٢.١٣	٠.٤٨٤
حركات الذراع الأيسر	درجة	١.٨٤	٠.٢٣١	١.٧٧	٠.٩٠٩
حركات الذراعين	درجة	١.٤٨	٠.١٩٣	١.٤٣	٠.٧٧٧
التنفس المنتظم	درجة	١.١٨	٠.١٥٢	١.٢١	٠.٥٩٢
مستوى الزحف على البطن	درجة	١.٥٣	٠.٣٩١	١.٤٨	٠.٣٨٤

سباحة الزحف على البطن

يتضح من جدول (١) أن جميع معاملات الالتواء لعينة البحث في متغيرات النمو والذكاء والكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث وسباحة الزحف على البطن تراوحت ما بين (-٦.٣٠ - ١.٠٥) أي انحصرت ما بين (±٣) مما يدل على اعتدالية توزيع أفراد العينة في هذه المتغيرات.

وسائل وأدوات جمع البيانات:

أولاً: الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

- جهاز الرستامير Rstamitr لقياس إرتفاع القامة (بالسنتمتر) والوزن بالكيلوجرام وتم معايرة هذا الجهاز قبل وخلال استخدامه.

- مقاعد بدون مسند. - كرات صغيرة الحجم. - بالونات ملونة. - ساعة إيقاف.

- شريط قياس وأقماع. - أكياس حبوب وحبال. - مسطرة مدرجة. - أطواق بلاستيك.

- حمام سباحة تعليمي - لوحات طفو Floating Tools - لوح الكفين Paddles - حبل وعصا إنقاذ.

- لوح ضربات الرجلين Kick Board - عوامات الشد الطافية (حزام الطفو) Pull Buoys

- عجل إنقاذ (عوامة) Tubes - عوامات الطفو (للعضد) - حبال بطول ٥ متر. - مكعبات بداية.

ثانياً: اختبار جودانف - هاريس (من ٣ - ١٣ سنة فما فوق) (ملحق ١)

تم أداء اختبار (جودانف - هاريس) حيث أنه من الاختبارات المهمة لقياس ذكاء التلاميذ ويتميز بخلوه من التعقيدات الفنية ويمكن لجمهور العاملين مع الأطفال استخدامه.

ثالثاً: اختبار الكفاءة الإدراكية الحركية (ملحق ٣)

قام بإعداده دايتون **Diton** بهدف قياس الإدراك الحس حركي من خلال قياس مفهوم الذات الجسمية لدى الطفل وإدراكه للمجال والاتجاهات والتوجيه الفراغي، كما يقيس الإيقاع والتحكم العضلي العصبي والتمييز السمعي، وقد قام أمين أنور الخولي وأسامة كامل راتب (٢٠٠٢م) بتعريب وتقنين الاختبار ويتمثل هذا الاختبار في (الذات الجسمية - الإحساس بالمجال والاتجاهات - إدراك الأشكال - الإحساس بالاتزان - التوافق بين العين واليد - التمييز السمعي - الإيقاع والتحكم العضلي العصبي). (٤ : ٣٨)

رابعاً: استمارة تقييم مستوى الأداء المهارى لسباحة الزحف على البطن (ملحق ٤)

قام الباحث بالاطلاع على المراجع العلمية والدراسات السابقة فى مجال رياضة السباحة، وذلك بهدف تحديد أهم الاختبارات الخاصة التى تقيس مستوى أداء سباحة الزحف على البطن للمبتدئين فى هذه المرحلة السنية من (٨-٩ سنوات)، ثم قام الباحث بعرض تلك الاختبارات على عدد (١٠) من السادة الخبراء فى مجال السباحة (ملحق ٢)، وجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)

نتائج استطلاع رأى الخبراء حول أهم الاختبارات الخاصة بتقييم مستوى أداء سباحة الزحف على البطن

م	الاختبارات	عدد آراء الاتفاق	النسبة المئوية
١	الطفو على البطن (زمن)	٥	٥٠%
٢	الانزلاق الأمامى على البطن (متر)	٦	٦٠%
٣	الطفو على البطن وأداء ضربات الرجلين ٦متر	٦	٦٠%
٤	الطفو والانزلاق على البطن	١٠	١٠٠%
٥	ضربات الرجلين	١٠	١٠٠%
٦	حركة الذراع الأيمن	٩	٩٠%
٧	حركة الذراع الأيسر	٩	٩٠%
٨	حركات الذراعين	١٠	١٠٠%
٩	التنفس المنتظم	٩	٩٠%
١٠	مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن	١٠	١٠٠%

يتضح من جدول (٢) أن النسب المئوية لآراء السادة الخبراء فى تحديد أهم الاختبارات الخاصة بتقييم مستوى الأداء المهارى لسباحة الزحف على البطن انحصرت ما بين (٥٠% - ١٠٠%) وقد ارتضى الباحث نسبة ٧٠% فأكثر لأهم المتغيرات المهارية وفى ضوء ذلك تم تحديد المتغيرات المهارية التالية (الطفو والانزلاق على البطن - ضربات الرجلين - حركة الذراع الأيمن - حركة الذراع الأيسر - حركات الذراعين - التنفس المنتظم - مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن).

تحديد مستوى أداء سباحة الزحف على البطن.

- بالدرجة: عن طريق لجنة تحكيم مكونة من ثلاثة أعضاء متخصصون فى تحكيم السباحة.
- كما تم تقييم مستوى الأداء المهارى لسباحة الزحف على البطن لأفراد مجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) بدرجة من عشرة فى كلا من القياسات القبليّة والبعدية وفقاً لآراء السادة الخبراء ثم قام الباحث بإيجاد المتوسط لدرجات المحكمين لكل مختبر.

الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية على عينة البحث الاستطلاعية المسحوبة من داخل مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية والتي تبلغ عددها (١٠) تلاميذ فى الفترة الزمنية من ١٠/٨ إلى ١٢/١٠/٢٠١٧م وذلك لحساب المعاملات العلمية (الصدق - الثبات).

المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة: حساب الصدق

تم حساب صدق التمايز على عينة من مجتمع البحث وعددها (١٠) تلاميذ من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية (عينة غير مميزة) لا يمارسوا أى أنشطة خارجية فى مجال السباحة، وعدد (١٠) تلاميذ من المشتركين فى الأنشطة الرياضية بالأندية وفرق المدارس فى مجال السباحة (عينة مميزة) وذلك خلال يومى ٨، ٩/١٠/٢٠١٧م، كما يوضحه جدول (٣)
جدول (٣)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة فى متغيرات البحث المختارة

$$n_1 = n_2 = 10$$

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		غير المميزة		قيمة (ت)
		س _١	ع _١	س _٢	ع _٢	
التفقاء الإدراكية الحركية	الذات الجسمية	٢.١٢٥	٠.٢١٥	١.٥٩٠	٠.١٤٢	*٨.٨٠٩
	الإحساس بالمجال والاتجاهات	١.٦٩٢	٠.١٨٠	١.١٢٨	٠.٢٣٦	*٨.٠٦٢
	إدراك الأشكال	٥.٧٦٤	٠.١٤٧	٥.١٩١	٠.٢٦٥	*٨.٠٢٢
	الإحساس بالاتزان	٢.٣٣٧	٠.١٨٥	٢.٠٨٣	٠.٢٥١	*٣.٤٥٦
	توافق العين واليد	٠.٢٤٨	٠.١٢٨	٠.٠٥٢	٠.٢١٤	*٢.٨٠٧
	التمييز السمعى	١.٧١٩	٠.١٥٠	١.١٣١	٠.١٤٨	*١١.٨٤
	الايقاع والتحكم العضلى العصبى	٣.٨٤٩	٠.٩٧٨	٣.٠٨٨	٠.٧٦٤	*٢.٦٠٢
سباحة الزحف على البطن	الطفو والانزلاق على البطن	٢.٥٠	٠.٢٣٤	١.٨٩	٠.٢٤٨	*٧.٥٩٠
	ضربات الرجلين	٣.٢٥	٠.٢٤٣	٢.٦٣	٠.٢٨٩	*٦.٩٦٧
	حركة الذراع الأيمن	٢.٩٠	٠.٢٣٩	٢.١٥	٠.٢٦١	*٨.٩٩١
	حركة الذراع الأيسر	٢.٥٥	٠.٢١٥	١.٧٨	٠.٣٥٠	*٧.٩٥٣
	حركات الذراعين	٢.٤٠	٠.١٦٩	١.٦٠	٠.٤٣٨	*٧.٢٣٠
	التنفس المنتظم	٢.٠٠	٠.٢٧٨	١.٢١	٠.٣٢٦	*٧.٨٢٣
	مستوى الزحف على البطن	٣.١٥	٠.٣٥٢	١.٥٦	٠.٦١٠	*٩.٥٧٨

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٤٥ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٣) وجود فروق دالة إحصائيةً بين المجموعة المميزة وغير المميزة حيث تراوحت قيم "ت" ما بين (٢.٨٠٧ - ١١.٨٤) فى جميع المتغيرات قيد البحث، مما يشير إلى صدق هذه الاختبارات.

حساب الثبات:

تم حساب معامل الثبات عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة التطبيق Test - Retest على أفراد عينة البحث الاستطلاعية وقوامها (١٠) تلاميذ فى الفترة من ١٠/٩ إلى ١٢/١٠/٢٠١٧م وبفارق زمنى ثلاثة أيام وتحت نفس ظروف التطبيق الأول، مع مراعاة نفس الظروف والشروط، كما يوضحه جدول (٤)

جدول (٤)

معاملات الثبات لاختبارات الكفاءة الإدراكية الحركية

ن = ١٠

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات	
	± ع ^٢	س ^٢	± ع ^١	س ^١			
*٠.٧١٢	٠.٢١٢	١.٦٨٥	٠.١٥٥	١.٦٢٣	درجة	الذات الجسمية	الكفاءة الإدراكية الحركية
*٠.٦٩٣	٠.٢١٢	١.٢٦٣	٠.١٩٨	١.١٢٩	درجة	الإحساس بالمجال والاتجاهات	
*٠.٧٤١	٠.١٥٩	٥.١٩٩	٠.١٩٢	٥.٢٢٣	درجة	إدراك الأشكال	
*٠.٨٠٢	٠.٠٣١	٢.٠٥٣	٠.٠٤٩	٢.٠٨٩	درجة	الإحساس بالاتزان	
*٠.٦٦٥	٠.١٤٣	٠.٨٧	٠.٠١٦	٠.٠٥٣	درجة	توافق العين واليد	
*٠.٧٠٩	٠.١١٨	١.٢٣٧	٠.١١٣	١.٢٠٠	درجة	التمييز السمعي	
*٠.٦٩٧	٠.١٠٦	٣.٠٤٨	٠.٠٦٥	٣.٠٨٨	درجة	الإيقاع والتحكم العضلي العصبي	
*٠.٦٩٢	٠.٢٢٩	٢.١٠	٠.٢٣ ٤	٢.٠٠	درجة	الطفو والانزلاق على البطن	سباحة الزحف على البطن
*٠.٧٤٤	٠.٢٥٧	٢.٨٠	٠.٢٦ ٥	٢.٧٥	درجة	ضربات الرجلين	
*٠.٧٥٢	٠.٢٩٨	٢.٢٥	٠.٣٢ ٣	٢.٢٠	درجة	حركة الذراع الأيمن	
*٠.٦٥٤	٠.٣٤١	١.٩٠	٠.٣٤ ٧	١.٨٠	درجة	حركات الذراع الأيسر	
*٠.٧١٨	٠.٢٧٦	١.٧٥	٠.٢٨ ٩	١.٦٥	درجة	حركات الذراعين	
*٠.٧٢٥	٠.٢٣٥	١.٣٥	٠.٢٢ ٦	١.٢٥	درجة	التنفس المنتظم	
*٠.٧٧١	٠.٤٧١	٢.٩٠	٠.٤٨ ٦	٢.٨٥	درجة	مستوى الزحف على البطن	

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٥١٤ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٤) أن هناك علاقة إرتباطية عالية بين التطبيقين الأول والثاني حيث تراوحت معاملات الارتباط لمتغيرات البحث ما بين (٠.٥٩٩ - ٠.٨١١) مما يدل على ثبات المتغيرات قيد البحث.

برنامج الأنشطة الاستكشافية الحركية المقترح: (ملحق ٥)

قام الباحث بالإطلاع على المراجع والبحوث العلمية والأجنبية المتخصصة التي اهتمت بالأنشطة الاستكشافية الحركية الملائمة لهذه المرحلة السنية والتي تسهم في مستوى الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث و كذلك تعلم مهارة سباحة الزحف على البطن للتلاميذ المبتدئين وبما يحقق أهداف البرنامج الموضوع لهذه المرحلة، ومن خلال ذلك تم تصميم البرنامج المقترح، وذلك في ضوء أهداف المرحلة السنية وخصائصها.

١ - تحديد الأهداف العامة للبرنامج:

قام الباحث بتحديد الأهداف العامة للبرنامج وذلك طبقاً لجوانب التعلم وتتمثل في إكساب الأطفال عينة البحث الأساسية اتجاهات إيجابية نحو استخدام الأنشطة الاستكشافية الحركية في مستوى الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث، وكذلك تعلم سباحة الزحف على البطن من خلال البرنامج التعليمي المقترح.

٢ - صياغة الأهداف العامة في صورة سلوكية:

تم صياغة الأهداف العامة للبرنامج التعليمي في صورة أهداف سلوكية يمكن ملاحظتها وقياسها وتمثلت فيما يلي:

أ- الأهداف المهارية: يهدف البرنامج على اكتساب الأغراض الآتية:

- أن يؤدي التلميذ سباحة على البطن بالطريقة الصحيحة.
- أن يستطيع التلميذ أداء ضربات الرجلين وحركات لذراعين بطريقة صحيحة.
- أن يستطيع التلميذ الربط بين ضربات الرجلين وحركات الذراعين بتوافق جيد.
- أن يستطيع التلميذ التنفس مع حركات الذراعين.
- أن يتمكن التلميذ القدرة على الربط بين مرحلتين أو أكثر بشكل صحيح.
- أن يؤدي التلميذ تسلسل الأداء الحركي لسباحة الزحف على البطن.
- أن يؤدي التلميذ تدريبات سباحة الزحف على البطن بصورة متدرجة في الصعوبة.
- الاستفادة من الطاقة الزائدة فيما يفيدهم جسدياً وعقلياً وانفعالياً ونفسياً.
- إشباع حاجات التلميذ للمتعة والترفيه.

ب- الأهداف الوجدانية:

- أن يشعر التلميذ بالسعادة أثناء أداء سباحة الزحف على البطن.
- أن يشارك التلميذ بإيجابية أثناء تعلم سباحة الزحف على البطن.
- أن يشعر التلميذ بالتشويق أثناء تعلم سباحة الزحف على البطن.

- أن يشعر التلميذ بالسعادة عند تحسين مستوى الكفاءة الإدراكية الحركية (الذات الجسمية - الإحساس بالمجال والاتجاهات - إدراك الأشكال - الإحساس بالاتزان - التوافق بين العين واليد - التمييز السمعي - الإيقاع والتحكم العضلي العصبي).

أسس وضع البرنامج:

- أن يتوافق محتوى البرنامج التعليمي مع أهدافه.
- أن يتناسب البرنامج مع المرحلة السنوية للتلاميذ.
- أن يراعى الفروق الفردية بين التلاميذ.
- أن يتميز البرنامج بالتدرج من السهل إلى الصعب.
- أن يساعد البرنامج على تحقيق مبدأ التفاعلية بين التلاميذ والبرنامج.
- أن يراعى عوامل الأمن والسلامة بين التلاميذ.
- أن يراعى توفر الإمكانيات والأدوات اللازمة لتطبيق البرنامج.

تحديد محتويات البرنامج:

يتضمن محتوى البرنامج التعليمي باستخدام الأنشطة الاستكشافية الحركية لسباحة الزحف على البطن والكفاءة الإدراكية الحركية حيث قام الباحث بتصميم استمارة لاستطلاع رأى الخبراء لتحديد المحتوى التعليمي المقترح قيد البحث وعرضه على السادة الخبراء فى مجال السباحة وطرق التدريس (ملحق ٢) والتي اشتملت على الآتى:

* مستوى الكفاءة الإدراكية الحركية وتشمل:

- الذات الجسمية. - الإحساس بالمجال والاتجاهات. - إدراك الأشكال. - الإحساس بالاتزان.
- التوافق بين العين واليد. - التمييز السمعي. - الإيقاع والتحكم العضلي العصبي.

* مهارة سباحة الزحف على البطن وتشمل:

- وضع الجسم (الطفو والانزلاق)
- ضربات الرجلين
- حركات الذراعين
- التنفس - الربط والتوافق.

التوزيع الزمني للوحدات التعليمية:

بالاستناد إلى التوزيع الزمني لأجزاء دروس السباحة عند كل من محمد على القط (٢٠٠٤م) (٢٥)، وفيقة مصطفى سالم (٢٠٠٧م) (٣٣) فإن المدة الزمنية للوحدات التعليمية عشرة أسابيع بمعدل وحدة تعليمية أسبوعياً، زمن الوحدة التعليمية (٩٠ق) موزعة إلى الأجزاء التالية:

* الجزء التمهيدي ويتضمن: إحماء وإعداد بدنى (١٥) دقائق.

* الجزء الرئيسي التطبيق العملى (٧٠ق) ويتضمن:

أ- حركات الاكتشاف والبراعة للكفاءة الحركية الإدراكية (٣٠ق) خارج الماء.

ب- النشاط التطبيقي: أداء تدريبات لتعلم سباحة الزحف على البطن (٤٠ق) داخل الماء.

* الجزء الختامي ويتضمن: تمرينات تهدئة وأداء التحية والخروج من الحمام (٥ق).

القياسات القبليّة:

قام الباحث بإجراء التكافؤ بين المجموعتين التجريبيّة والضابطة في الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث وسباحة الزحف على البطن، وذلك خلال يومي ١٥، ١٦/١٠/٢٠١٧م، وذلك للتأكد من تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات ويعتبر هذا القياس بمثابة القياسات القبليّة لمجموعتين البحث، كما يوضحه جدول (٥)

جدول (٥)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبيّة والضابطة في جميع المتغيرات قيد البحث

ن_١ = ن_٢ = ١٥

المتغيرات	وحدة القياس	التجريبية		الضابطة		متوسط الفروق المحسوبة	قيمة "ت"
		س _١ ± ع _١	س _٢ ± ع _٢	س _١ ± ع _١	س _٢ ± ع _٢		
الكفاءة الإدراكية الحركية	درجة	١.٦٤٧	٠.١٩١	١.٥٨٦	٠.١٧٦	٠.٠٦١	١.٢٤٣
	درجة	١.١٩٣	٠.٢١٦	١.٢١٥	٠.٢٢٨	٠.٠٢٢	٠.٣٧١
	درجة	٥.٢٣٩	٠.١٧٥	٥.١٦٣	٠.١٥٧	٠.٠٧٦	١.٥٠٦
	درجة	٢.٠٧٧	٠.١٤٦	٢.٠٧٨	٠.١٣٧	٠.٠٠١	٠.٠٢٦
	درجة	٠.٠٥٤	٠.١٧٣	٠.٠٦٨	٠.٢٨١	٠.٠١٤	٠.٢٢٥
	درجة	١.٢١٧	٠.١٤٦	١.١٨٩	٠.١٨٢	٠.٠٢٨	٠.٦٣٥
	درجة	٣.٠٦٤	٠.٧٩٠	٣.٠٥٧	٠.٧٥٩	٠.٠٠٧	٠.٠٣٤
سباحة الزحف على البطن	درجة	١.٨٩	٠.٢٤٨	١.٧٨	٠.٢٣٤	٠.١١	١.٧٠٧
	درجة	٢.٦٣	٠.٢٨٩	٢.٧٥	٠.٣١١	٠.١٢	١.٤٩٦
	درجة	٢.١٥	٠.٢٤١	٢.٢٢	٠.٢٦٠	٠.٠٧	١.٠٤٥
	درجة	١.٧٨	٠.٢٢٠	١.٨١	٠.٢٤١	٠.٠٣	٠.٤٨٦
	درجة	١.٥٣	٠.١٨٨	١.٤٧	٠.١٧٦	٠.٠٦	١.٢٣٣
	درجة	١.٢١	٠.١٤٦	١.١٨	٠.١٤٢	٠.٠٣	٠.٧٧٩
	درجة	١.٥٦	٠.٤١٠	١.٥١	٠.٣٦٧	٠.٠٥	٠.٤٨١

* دال عند مستوى ٠.٠٥

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٦٤

يتضح من جدول (٥) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث وسباحة الزحف على البطن، مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

الدراسة الأساسية:

تم تنفيذ البرنامج التعليمي خلال الفترة من ١٠/٢٢ إلى ٢٠١٧/١٢/٢٨ لمدة عشرة أسابيع بواقع وحدة تعليمية في الأسبوع وزمن الوحدة التعليمية الواحدة (٩٠) دقيقة وذلك للمجموعة التجريبية، وقد تم التدريس للمجموعة الضابطة باستخدام البرنامج المتبع (أسلوب الأوامر)، والمجموعة التجريبية تم التدريس لها باستخدام البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الأنشطة الاستكشافية الحركية وذلك داخل البرنامج التعليمي للتلاميذ المبتدئين بمدارس السباحة بمدينة الملك فيصل الرياضية بجازان بالمملكة العربية السعودية.

القياسات البعدية:

قام الباحث بإجراء القياسات البعدية للمتغيرات قيد البحث بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج المقترح وذلك خلال يومى ٣٠، ٣١/١٢/٢٠١٧م، وبنفس شروط وظروف القياسات القبلية.

المعالجات الإحصائية:

لمعالجة البيانات إحصائياً قام الباحث باستخدام برامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) حيث تم استخدام المعاملات الإحصائية التالية:-

- المتوسط الحسابي.
- الإنحراف المعياري.
- معامل الارتباط.
- الوسيط.
- معامل الالتواء.
- اختبار (ت) لبيان الفروق بين قياسات البحث.
- نسب التحسن.

عرض ومناقشة النتائج

أولاً: عرض النتائج

جدول (٦)

دلالة الفروق بين متوسطى القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية
في الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث

ن = ١٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		متوسط الفروق	قيمة "ت" المحسوبة
		س _١ ± ع _١	س _٢ ± ع _٢	س _١ ± ع _١	س _٢ ± ع _٢		
الذات الجسمية	درجة	١.٦٤٧	٠.١٩١	٢.٤٨٥	٠.٢٢٣	٠.٨٣٨	*١٠.٦٧٩

الإحساس بالمجال والاتجاهات	درجة	١.١٩٣	٠.٢١٦	٢.٠٧٢	٠.٢٠٩	٠.٨٧٩	*١٠.٩٤٣
إدراك الأشكال	درجة	٥.٢٣٩	٠.١٧٥	٦.١٦١	٠.١٥٩	٠.٩٢٢	*١٤.٥٩٠
الإحساس بالاتزان	درجة	٢.٠٧٧	٠.١٤٦	٣.٠٤٧	٠.١٩٠	٠.٩٧٠	*١٥.١٤٧
توافق العين واليد	درجة	٠.٠٥٤	٠.١٧٣	٠.٩٣١	٠.٢٠٦	٠.٨٧٧	*١٢.١٩٨
التمييز السمعي	درجة	١.٢١٧	٠.١٤٦	٢.٠٢٤	٠.١٦٢	٠.٨٠٧	*١٣.٨٤٦
الإيقاع والتحكم العضلي العصبي	درجة	٣.٠٦٤	٠.٧٩٠	٤.٥٢٣	٠.٩٣٨	١.٤٥٩	*٤.٤٥٢

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٤٥ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث ولصالح القياسات البعدية.

جدول (٧)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة في الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث

ن = ١٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		متوسط الفروق المحسوبة	قيمة "ت"
		س _١ ± ع _١	س _٢ ± ع _٢	س _١ ± ع _١	س _٢ ± ع _٢		
الذات الجسمية	درجة	١.٥٨٦	٠.١٧٦	١.٧٢٦	٠.١٦٩	٠.١٤٠	*٢.١٤٧
الإحساس بالمجال والاتجاهات	درجة	١.٢١٥	٠.٢٢٨	١.٣٤٣	٠.٢٤٦	٠.١٢٨	١.٤٢٨
إدراك الأشكال	درجة	٥.١٦٣	٠.١٥٧	٥.٣٧٤	٠.١٥٢	٠.٢١١	*٣.٦١٣
الإحساس بالاتزان	درجة	٢.٠٧٨	٠.١٣٧	٢.١٥٨	٠.١٨٨	٠.٠٨٠	١.٢٨٧
توافق العين واليد	درجة	٠.٠٦٨	٠.٢٨١	٠.٤١٤	٠.٢٧٢	٠.٣٤٦	*٣.٣١٠
التمييز السمعي	درجة	١.١٨٩	٠.١٨٢	١.٣٢٩	٠.١٣٧	٠.١٤٠	*٢.٣٠٠
الإيقاع والتحكم العضلي العصبي	درجة	٣.٠٥٧	٠.٧٥٩	٣.٣٩٨	٠.٦٦٩	٠.٣٣٢	١.٢٢٨

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٤٥ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة في بعض الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث ولصالح القياسات البعدية، بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً في كل من (الإحساس بالمجال والاتجاهات - الإحساس بالاتزان - الإيقاع والتحكم العضلي العصبي).

جدول (٨)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في سباحة الزحف على البطن قيد البحث

ن = ١٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي	القياس البعدي	متوسط	قيمة "ت"
-----------	-------------	---------------	---------------	-------	----------

المحسوبة	الفروق	\pm ع ^٢	س ^٢	\pm ع ^١	س ^١	القياس	
*٧.٠٠٥	٣.٠٢	١.٥٩٤	٤.٩١	٠.٢٤ ٨	١.٨٩	درجة	الطفو والانزلاق على البطن
*٧.٥٩٢	٢.٥٣	١.٢١٣	٥.١٦	٠.٢٨ ٩	٢.٦٣	درجة	ضربات الرجلين
*٦.٢٤١	٢.٦١	١.٥٤٦	٤.٧٦	٠.٢٤ ١	٢.١٥	درجة	حركة الذراع الأيمن
*٥.٣٤٤	٢.١٢	١.٤٦٨	٣.٩٠	٠.٢٢ ٠	١.٧٨	درجة	حركة الذراع الأيسر
*٥.٧٠٨	٢.٢٢	١.٤٤٣	٣.٧٥	٠.١٨ ٨	١.٥٣	درجة	حركات الذراعين
*٦.٥٧٤	٢.١١	١.١٩٢	٣.٣٢	٠.١٤ ٦	١.٢١	درجة	التنفس المنتظم
*٦.٧٤٥	٢.٦٨	١.٤٢٩	٤.٢٤	٠.٤١ ٠	١.٥٦	درجة	مستوى الزحف على البطن

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 2.160$ * دال عند مستوى 0.05
 يتضح من جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في سباحة الزحف على البطن قيد البحث ولصالح القياسات البعدية.

جدول (٩)
 دلالة الفروق بين متوسطى القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة
 في سباحة الزحف على البطن قيد البحث

ن = ١٥

المحسوبة	متوسط الفروق	القياس البعدى		القياس القبلى		وحدة القياس	المتغيرات
		\pm ع ^٢	س ^٢	\pm ع ^١	س ^١		
*٣.٣٠٥	١.٥٩	١.٧٨٥	٣.٣٧	٠.٢٣٤	١.٧٨	درجة	الطفو والانزلاق على البطن
*٢.٣١٣	٠.٨٣	١.٣٠٦	٣.٥٨	٠.٣١١	٢.٧٥	درجة	ضربات الرجلين
*٢.٥٠٩	١.١٠	١.٦٢٠	٣.٣٢	٠.٢٦٠	٢.٢٢	درجة	حركة الذراع الأيمن
*٢.٧٨٩	١.٠٢	١.٣٤٧	٢.٨٣	٠.٢٤١	١.٨١	درجة	حركة الذراع الأيسر
*٢.٦٧٣	١.١٤	١.٥٨٦	٢.٦١	٠.١٧٦	١.٤٧	درجة	حركات الذراعين
*٣.١٩٣	١.١٥	١.٣٤٠	٢.٣٣	٠.١٤٢	١.١٨	درجة	التنفس المنتظم
*٢.٩٧٨	١.٢٨	١.٥٦٦	٢.٧٩	٠.٣٦٧	١.٥١	درجة	مستوى الزحف على البطن

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $0.05 = 2.145$ * دال عند مستوى 0.05

يتضح من جدول (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في سباحة الزحف على البطن قيد البحث ولصالح القياسات البعديّة.

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين القياسات البعديّة للمجموعتين التجريبيّة والضابطة في الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث

ن_١ = ن_٢ = ١٥

المتغيرات	وحدة القياس	التجريبية		الضابطة		متوسط الفروق المحسوبة	قيمة "ت" المحسوبة
		س _١	ع _١	س _٢	ع _٢		
الذات الجسمية	درجة	٢.٤٨٥	٠.٢٢٣	١.٧٢٦	٠.١٦٩	٠.٧٥٩	١٤.٣٥٤ *
الإحساس بالمجال والاتجاهات	درجة	٢.٠٧٢	٠.٢٠٩	١.٣٤٣	٠.٢٤٦	٠.٧٢٩	١١.٩٥٠ *
إدراك الأشكال	درجة	٦.١٦١	٠.١٥٩	٥.٣٧٤	٠.١٥٢	٠.٧٨٧	١٨.٩٣٢ *
الإحساس بالاتزان	درجة	٣.٠٤٧	٠.١٩٠	٢.١٥٨	٠.١٨٨	٠.٨٨٩	١٧.٥٩٩ *
توافق العين واليد	درجة	٠.٩٣١	٠.٢٠٦	٠.٤١٤	٠.٢٧٢	٠.٥١٧	٨.٠١٨ *
التمييز السمعي	درجة	٢.٠٢٤	٠.١٦٢	١.٣٢٩	٠.١٣٧	٠.٦٩٥	١٧.٣٣٤ *
الإيقاع والتحكم العضلي العصبي	درجة	٤.٥٢٣	٠.٩٣٨	٣.٣٩٨	٠.٦٦٩	١.١٢٥	٥.١٦٧ *

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ = ٢.٠٤٨ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات البعديّة للمجموعتين التجريبيّة والضابطة في الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.

جدول (١١)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسات البعديّة للمجموعتين التجريبيّة والضابطة في سباحة الزحف على البطن قيد البحث

ن_١ = ن_٢ = ١٥

المتغيرات	وحدة القياس	التجريبية		الضابطة		متوسط الفروق المحسوبة	قيمة "ت" المحسوبة
		س _١	ع _١	س _٢	ع _٢		
الطفر والانزلاق على البطن	درجة	٤.٩١	١.٥٩٤	٣.٣٧	١.٧٨٥	١.٥٤	٣.٤٠٥ *
ضربات الرجلين	درجة	٥.١٦	١.٢١٣	٣.٥٨	١.٣٠٦	١.٥٨	٤.٦٩١ *
حركة الذراع الأيمن	درجة	٤.٧٦	١.٥٤٦	٣.٣٢	١.٦٢٠	١.٤٤	٣.٤٠٣ *
حركات الذراع الأيسر	درجة	٣.٩٠	١.٤٦٨	٢.٨٣	١.٣٤٧	١.٠٧	٢.٨٤٢ *
حركات الذراعين	درجة	٣.٧٥	١.٤٤٣	٢.٦١	١.٥٨٦	١.١٤	٢.٨١٣ *

التنفس المنتظم	درجة	٣.٣٢	١.١٩٢	٢.٣٣	١.٣٤٠	٠.٩٩	*٢.٩٢١
مستوى الزحف على البطن	درجة	٤.٢٤	١.٤٢٩	٢.٧٩	١.٥٦٦	١.٤٥	*٣.٦١٩

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ = ٢.٠٤٨ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في سباحة الزحف على البطن قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية.

جدول (١٢)

الفروق في معدل التغير في نسب التحسن بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث وسباحة الزحف على البطن

المتغيرات	التجريبية		نسبة التحسن		الضابطة		نسبة التحسن %	معدل التغير
	القبلي	البعدى	%	القبلي	البعدى			
الكفاءة الإدراكية الحركية	١.٦٤٧	٢.٤٨٥	٥٠.٨٨	١.٥٨٦	١.٧٢٦	٨.٨٣	٤٢.٠٥	الذات الجسمية
	١.١٩٣	٢.٠٧٢	٧٣.٦٨	١.٢١٥	١.٣٤٣	١٠.٥٣	٦٣.١٥	الإحساس بالمجال والاتجاهات
	٥.٢٣٩	٦.١٦١	١٧.٦٠	٥.١٦٣	٥.٣٧٤	٤.٠٩	١٣.٥١	إدراك الأشكال
	٢.٠٧٧	٣.٠٤٧	٤٦.٧٠	٢.٠٧٨	٢.١٥٨	٣.٨٥	٤٢.٨٥	الإحساس بالاتزان
	٠.٠٥٤	٠.٩٣١	١٦.٢٤	٠.٠٦٨	٠.٤١٤	٥.٠٩	١١.١٥	توافق العين واليد
	١.٢١٧	٢.٠٢٤	٦٦.٣١	١.١٨٩	١.٣٢٩	١١.٧٨	٥٤.٥٣	التمييز السمعى
سباحة الزحف على البطن	٣.٠٦٤	٤.٥٢٣	٤٧.٦٢	٣.٠٥٧	٣.٣٩٨	١١.١٦	٣٦.٤٦	الإيقاع والتحكم العضلى العصبى
	١.٨٩	٤.٩١	١٥٩.٧٩	١.٧٨	٣.٣٧	٨٩.٣٣	٧٠.٤٦	الطفو والانزلاق على البطن
	٢.٦٣	٥.١٦	٦٩.٧٠	٢.٧٥	٣.٥٨	٣٠.١٨	٣٩.٥٢	ضربات الرجلين
	٢.١٥	٤.٧٦	١٢١.٤٠	٢.٢٢	٣.٣٢	٤٩.٥٥	٧١.٨٥	حركة الذراع الأيمن
	١.٧٨	٣.٩٠	١١٩.١٠	١.٨١	٢.٨٣	٥٦.٣٥	٦٢.٧٥	حركة الذراع الأيسر
	١.٥٣	٣.٧٥	١٤٥.٠٩	١.٤٧	٢.٦١	٧٧.٥٥	٦٧.٥٤	حركات الذراعين
	١.٢١	٣.٣٢	١٧٤.٣٠	١.١٨	٢.٣٣	٩٧.٤٦	٧٦.٨٤	التنفس المنتظم
	١.٥٦	٤.٢٤	١٧١.٨٠	١.٥١	٢.٧٩	٨٤.٧٧	٦٠.٥٤	مستوى الزحف على البطن

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق في معدل التغير في نسب التحسن بين القياسات القبليّة والبعدية لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة في الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث ومستوى أداء سباحة الزحف على البطن لصالح المجموعة التجريبية.

ثانياً: مناقشة النتائج:

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في الكفاءة الإدراكية الحركية (الذات الجسمية - الإحساس بالمجال والاتجاهات - إدراك الأشكال - الإحساس بالاتزان - توافق العين واليد - التمييز السمعى - الإيقاع والتحكم العضلى العصبى) ولصالح القياسات البعدية، مما يدل على تحسن مفردات الإدراك الحس حركى، ويرجع الباحث هذا التحسن إلى فاعلية برنامج الأنشطة الاستكشافية الحركية المقترح حيث احتوى على حركات طبيعية متنوعة أسهمت في زيادة الخبرات الحركية اللازمة لتطور الحركات

والقدرات الحس حركية لدى عينة البحث التجريبية والتي ساعدت على تحديد وضع الجسم واتجاهه وأجزائه أثناء الحركة، كما أن البرنامج إشتمل على حركات وتمارين ساعدت التلميذ على التعرف على ذاته الجسمية والاتجاهات والمجالات التي يتحرك فيه مع إدراك الأشكال والتحكم العضلى العصبى، كما احتوى البرنامج على حركات انتقالية للتوازن والرشاقة وكذلك حركات أساسية كالمشى والجري والقفز والوثب.

وتتفق هذه النتيجة مع كل من **رضا عبد الحميد عامر** (١٩٩١م) (٩)، **سيدة عبد الرحيم صديق** (١٩٩١م) (١٤)، **إلين وديع فرج** (١٩٩٦م) (٣)، **رشيد عامر محمد** (٢٠٠٤م) (٨)، **كراتى Cratty** (٢٠٠٦م) (٣٤) على أن البرامج الحركية التى تشمل على أنشطة تتطلب التنسيق بين العين واليد والرشاقة والحركات الانتقالية تسهم فى زيادة الإدراك الحس حركى.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول والذى ينص على " **توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث لصالح القياسات البعديّة** ".

كما يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة فى بعض الكفاءة الإدراكية الحركية (الذات الجسمية - إدراك الأشكال - توافق العين واليد - التمييز السمعى) ولصالح القياسات البعديّة، بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً فى كل من (الإحساس بالمجال والاتجاهات - الإحساس بالاتزان - الإيقاع والتحكم العضلى العصبى)، ويرى الباحث أن هذه الفروق ترجع إلى ممارسة النشاط الرياضى فى دروس السباحة المتبعة بمدارس السباحة بمدينة الملك فيصل الرياضية بجازان بالمملكة العربية السعودية طوال فترة البرنامج مما أدى إلى تحسن فى بعض متغيرات الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثانى والذى ينص على " **توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث لصالح القياسات البعديّة** ".

يتضح من نتائج جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية فى سباحة الزحف على البطن ولصالح القياسات البعديّة، ويرجع الباحث هذا التقدم فى مستوى أداء سباحة الزحف على البطن للمجموعة التجريبية إلى تأثير البرنامج التعليمى باستخدام الأنشطة الاستكشافية الحركية الذى ينظم المادة التعليمية ويعبر عنها بطرق متنوعة، فلقد ساعد محتوى البرنامج التعليمى التلاميذ المبتدئين على التعلم الجيد، حيث نجد أن شرح مراحل الأداء الفنى عن طريق إعطاء الإرشادات التعليمية قد أدى إلى زيادة تركيز التلاميذ المبتدئين على جميع أجزاء المهارة الحركية (وضع الجسم - ضربات الرجلين - حركات الذراعين - التنفس - الربط والتوافق) مما يساعد على الأداء الصحيح لسباحة الزحف على البطن وإزالة عامل الخوف من الماء، إمكانية مراعاة الفروق الفردية بين المبتدئين من حيث السرعة فى المقدرة على التعلم، أداء التدريبات التعليمية المتنوعة لكل من (الطفو والانزلاق - ضربات الرجلين - حركات الذراعين - التنفس - الربط والتوافق) فى سباحة الزحف على البطن بطريقة متسلسلة ومتدرجة من السهل إلى

الصعب يؤدي إلى إطفاء المتعة وزيادة رغبة التلاميذ المبتدئين في التعلم والوصول إلى أعلى مستوى ممكن في الأداء المهارى، كما أن البرنامج التعليمى يوفر للتلاميذ المبتدئين نوعاً من التغذية الرجعية المرتدة مما ساعدهم على زيادة الاستيعاب لأجزاء المهارة وكذلك اختصار زمن التعلم وزيادة المقدرة على التفكير والتأمل والبحث عن المعلومات وكذلك سرعة الفهم.

ويتفق هذا مع أشار إليه محمد على القط (٢٠٠٠م) (٢٣) إلى أن استخدام الوسائل التعليمية والأدوات المساعدة من العوامل الهادفة بالعملية التعليمية حيث أنها جزءاً هاماً للارتقاء بتعليم مهارات السباحة، حيث أنها تساعد المتعلم على اكتساب المهارات الحركية اكتساباً كاملاً وتساعد على التغلب على عامل الخوف واختصار الزمن المخصص لكل مرحلة تعليمية وإثارة الدافعية لعملية التعلم وتسهيل إمكانية تعلم الحركات الصعبة.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثالث والذي ينص على "توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في سباحة الزحف على البطن لصالح القياسات البعدية".

يتضح من نتائج جدول (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في سباحة الزحف على البطن قيد البحث ولصالح القياسات البعدية، ويرجع الباحث تلك النتيجة إلى أن الطريقة التقليدية في التعليم والمتمثلة في الشرح اللفظي من خلال إعطاء فكرة واضحة عن كيفية الأداء الصحيح، وكذلك عمل نموذج لمهارة سباحة الزحف على البطن المراد تعليمها بواسطة المعلم، ثم تقديم مجموعة من التدريبات المتدرجة من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب ثم تأتي الممارسة والتكرار من جهة المبتدئين، ثم التغذية الرجعية من جانب المعلم وتصحيح الأخطاء وتوجيههم أثناء ذلك، وهذا يتيح للتلاميذ فرصة التعلم بصور سليمة مطابقة للأداء الفنى للمهارة ومن ثم فهي تؤثر تأثيراً إيجابياً في كفاءة الأداء المهارى لسباحة الزحف على البطن. وهذا يتفق مع ما أشار إليه كلاً من مهدي محمود سالم (٢٠٠٢م) (٢٩)، وفيقة مصطفى سالم (٢٠٠٧م) (٣٣) في أن تعديل السلوك المتعلم يكون مرتبطاً بالممارسة والتمرين حتى يحدث التكيف في المواقف الجديدة.

ويرجع الباحث هذه النتيجة أيضاً إلى أن التعليم بشكل جماعى أثار دافعية التلاميذ للتنافس فيما بينهم لإبراز تفوق كل منهم على الآخر مما يؤديون كل من الطفو والانزلاق وضربات الرجلين وحركات الذراعين والتنفس والربط والتوافق بأفضل شكل ممكن، حيث تتميز هذه الطريقة بأن المعلم هو الذى يتخذ القرارات، وأن دور التلاميذ هو الأداء حسب النموذج الذى يقدم أمامه بالإضافة إلى أن التلاميذ تعودوا على أن يتلقون المعلومات من المعلم دون البحث عنها ويتعلمون المهارة عن طريق المعلم الذى تقوم بكل شئ وتقف التلاميذ موقف سلبي وهو المتلقى للمعلومات فقط ويقوما بتقليد النموذج.

ويتفق ذلك مع نتائج دراسات كلاً من محمد حسن رخا (٢٠٠٣م) (٢١)، أحمد يوسف سعد الدين (٢٠٠٥م) (١)، مايسة محمد عفيفى (٢٠٠٦م) (٢٠) والذي يشير إلى أهمية الطريقة التقليدية (الشرح اللفظي والنموذج العملى) والتي لا يمكن إغفالها حيث أنها ساهمت بطريقة إيجابية في التعليم.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الرابع والذى ينص على "توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في سباحة الزحف على البطن لصالح القياسات البعدية".
يتضح من نتائج جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية، ويرى الباحث أن هذا التحسن يرجع إلى المتغير التجريبي والذى يتمثل إلى البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الأنشطة الاستكشافية الحركية والذى طبق على المجموعة التجريبية دون الضابطة وذلك لأن البرنامج المقترح إشتل على حركات طبيعية متنوعة تثير مشاعر وانفعالات وحماس التلاميذ، مما يزيد من فاعليته ودافعيته، حيث أن الألعاب مشوقة ومتنوعة ومختارة لتنمية المهارات لدى التلاميذ المبتدئين ووجود ما يثير دوافعهم نحو اللعب والحركة التي هي ميل طبيعي في مثل هذه المرحلة.

ويشير **محمد حسن علاوى ونصر الدين رضوان (١٩٩٨م) (٢٢)** على أن الألعاب الصغيرة هي إحدى وسائل الخروج بالدرس من صورته الجامدة وذلك لمناسبتها لقدرات وإمكانيات وحواس وانفعالات التلاميذ وتساعد على عدم تسرب الملل في نفوسهم مما يجعل دافعية الممارسة كبيرة ونسبة العائد من الدرس أفضل، كما أنها تؤثر في تنمية القدرات الحركية، ويتفق ذلك مع **سامية سليمان وجليّة السويركى (١٩٨٩م) (١١)** على أهمية إعداد برامج للتربية الحركية لهذه المرحلة السنوية مبنى على أسس علمية حيث أثبتت هذه الدراسات مدى فاعلية البرامج في تنمية الإدراك الحس حركى لهذه المرحلة.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كلاً من **سلوى حسن عبد الرحيم (٢٠٠٠م) (١٣)**، **رشيد عامر محمد (٢٠٠٤م) (٨)**، **نادية على عبد المعطى (٢٠٠٧م) (٣٠)**، **بكر أنور تهامي (٢٠١٠م) (٦)** أن البرنامج المقترح ساهم بطريقة ايجابية في تنمية القدرات الإدراكية الحركية، وكانت الفروق دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية في كل من المهارات الحركية والقدرات البدنية والكفاءة الإدراكية الحركية.

يتضح من نتائج جدول (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في سباحة الزحف على البطن قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية، ويرى الباحث أن تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في سباحة الزحف على البطن يرجع إلى البرنامج المقترح باستخدام الأنشطة الاستكشافية الحركية والتي أعطت للتلاميذ التصور الحركى الصحيح لكل من وضع الجسم وضربات الرجلين وحركات الذراعين وخاصة تقسيم المرحلة الأساسية من دخول ومسك وشد ودفع وتخلص وكذلك المرحلة الرجوعية والتنفس والربط والتوافق، مما أتاح للتلاميذ المشاركة الإيجابية والتفاعل مع مكونات البرنامج المقترح، كما يرجع الباحث عدم وصول تلاميذ المجموعة الضابطة إلى الإتقان المطلوب من مستوى الأداء المهارى في سباحة الزحف على البطن إلى طريقة التعليم التي خضعوا لها، حيث أن تكرار النموذج أكثر من مرة قد يؤدي إلى الإرهاق والتعب، مما يؤثر على تعلم التلاميذ للمهارة، بينما التعلم باستخدام الأنشطة الاستكشافية الحركية والتي خضعت لها المجموعة التجريبية والتي ساعدت على تنمية وتطوير السرعة

الانتقالية، القوة العضلية للرجلين والذراعين والجذع، المرونة، التوافق، تحمل القوة، وبالتالي ساهم في تحسين مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كلاً من هالة محمد مالك وعبلة عادل زهران (٢٠٠٠م) (٣٢)، محمد على راشد (٢٠١٤م) (٢٦) أن البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الألعاب الحركية الاستكشافية أثار ايجابياً في تطوير النمو الحركي وتحسين المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ المجموعة التجريبية، كما ساهم في تحسين سباحة الزحف على البطن.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الخامس والذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائية بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في سباحة الزحف على البطن والكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية " .

يتضح من نتائج جدول (١٢) وجود فروق في معدل التغير في نسب التحسن بين القياسات القبلية والبعدية لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة في الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث، وسباحة الزحف على البطن ولصالح المجموعة التجريبية، حيث جاءت أعلى نسب تحسن لسباحة الزحف على البطن للمجموعة التجريبية في التنفس المنتظم (١٧٤.٣٠٪) وأقل نسب تحسن جاءت في ضربات الرجلين بنسبة (٦٩.٧٠٪)، أما المجموعة الضابطة فجاءت أعلى نسب تحسن في التنفس المنتظم بنسبة (٩٧.٤٦٪)، وأقل نسبة تحسن جاءت في ضربات الرجلين بنسبة (٣٠.١٨٪) وجميع فروق معدل التغير جاءت لصالح المجموعة التجريبية، أما بالنسبة لمتغيرات الكفاءة الإدراكية الحركية فجاءت أعلى نسب تحسن للمجموعة التجريبية في الإحساس بالمجال والاتجاهات بنسبة (٧٣.٦٨٪) وأقل نسبة تحسن جاءت في توافق العين واليد بنسبة (١٦.٢٤٪)، أما المجموعة الضابطة فجاءت أعلى نسبة تحسن في التمييز السمعي بنسبة (١١.٧٨٪)، وأقل نسبة تحسن جاءت في الإحساس بالاتزان بنسبة (٣.٨٥٪)، وجميع فروق معدل التغير جاءت لصالح المجموعة التجريبية، ويرى الباحث هذا الفروق في نسب معدل التغير يرجع إلى البرنامج المقترح باستخدام الأنشطة الاستكشافية الحركية والذي طبق على المجموعة التجريبية دون الضابطة.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كلاً من سلوي حسن عبد الرحيم (٢٠٠٠م) (١٣)، ميشيل وآخرون Micheal, et al (٢٠٠١م) (٣٦)، رشيد عامر محمد (٢٠٠٤م) (٨)، منى موسى السيد (٢٠٠٦م) (٢٨) أن برنامج الأنشطة الاستكشافية الحركية والذي طبق على المجموعة التجريبية أظهر تحسناً أعلى من المجموعة الضابطة التي استخدمت البرنامج التقليدي المتبع مما يدل على فاعليته وتأثيره.

وبذلك يتحقق صحة الفرض السادس والذي ينص على " توجد فروق في معدل التغير في نسب التحسن بين القياسات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث وسباحة الزحف على البطن ولصالح المجموعة التجريبية " .

الاستخلاصات والتوصيات

أولاً: الاستخلاصات:

- ١- برنامج الأنشطة الاستكشافية الحركية المقترح له تأثير ايجابي دال إحصائياً على المجموعة التجريبية فى سرعة تعلم الكفاءة الإدراكية الحركية (الذات الجسمية - الإحساس بالمجال والاتجاهات - إدراك الأشكال - الإحساس بالاتزان - توافق العين واليد - التمييز السمعى - الإيقاع والتحكم العضلى العصبى).
- ٢- برنامج الأنشطة الاستكشافية الحركية المقترح له تأثير ايجابي دال إحصائياً على المجموعة التجريبية فى سرعة تعلم سباحة الزحف على البطن (الطفو والانزلاق على البطن - ضربات الرجلين - حركة الذراع الأيمن - حركة الذراع الأيسر - حركات الذراعين - التنفس المنتظم).
- ٣- برنامج الأنشطة الاستكشافية الحركية المقترح له تأثير ايجابي دال إحصائياً فى تعلم سباحة الزحف على البطن وتنمية الكفاءة الإدراكية الحركية للمجموعة التجريبية بصورة أفضل من البرنامج المتبع للمجموعة الضابطة.
- ٤- تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة فى معدل التغير فى نسب التحسن بين القياسات القبلية والبعديّة فى سباحة الزحف على البطن والكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث.

ثانياً: التوصيات:

- ١- تطبيق برنامج الأنشطة الاستكشافية الحركية على المبتدئين بمدارس السباحة بمدينة الملك فيصل الرياضية بجازان بالمملكة العربية السعودية لما له من تأثير ايجابي فى تنمية الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث.
- ٢- تطبيق برنامج الأنشطة الاستكشافية الحركية المقترح على المبتدئين بمدارس السباحة لما له من تأثير ايجابي على تعلم سباحة الزحف على البطن.
- ٣- ضرورة الاهتمام بوضع برامج الأنشطة الاستكشافية الحركية التى تعمل على تنمية الكفاءة الإدراكية الحركية قيد البحث للمبتدئين بمدارس السباحة بمدينة الملك فيصل الرياضية بجازان بالمملكة العربية السعودية.
- ٤- توفير الوسائل التعليمية والأدوات اللازمة لتعليم المبتدئين من خلال الأنشطة الاستكشافية الحركية.

المراجع العربية والأجنبية:

أولاً: المراجع العربية:

- ١- أحمد يوسف سعد الدين (٢٠٠٥): تأثير استخدام الوسائل الفائقة على تعليم سباحة الصدر للأطفال المبتدئين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان.
- ٢- أسامة كامل راتب (١٩٩٨): تعليم السباحة، دار الفكر العربى، ط٣، القاهرة.
- ٣- إلين وديع فرج (١٩٩٦): خبرات فى الألعاب للصغار والكبار، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- ٤- أمين أنور الخولى، أسامة كامل راتب (٢٠٠٢): التربية الحركية للطفل، ط٣، دار الفكر العربى، القاهرة.

- ٥- أمين أنور الخولى، محمد محمد الحماحمى (٢٠٠٣): مفهوم التربية الحركية، سلسلة الثقافة الرياضية، العدد الثانى عشر، البحرين.
- ٦- بكر أنور تهامى (٢٠١٠): برنامج مقترح لتنمية القدرات الإدراكية الحركية المرتبطة بالمهارات الأساسية في الكرة الطائرة لتلاميذ مرحلة التعليم الإبتدائي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية تربية رياضية، جامعة أسيوط.
- ٧- حسن السيد أبو عبدة (٢٠٠١): تدريس التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق، ملتقى الفكر، الإسكندرية.
- ٨- رشيد عامر محمد عامر (٢٠٠٤): تأثير برنامج تربية حركية على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية والقدرات البدنية وعلاقتها بمستوى الكفاءة الإدراكية الحركية لأطفال ما قبل المدرسة من ٤ - ٦ سنوات، المجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، العدد ١٢، مارس.
- ٩- رضا عبد الحميد عامر (١٩٩١): تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على الوعى الحس حركى والتفكير الابتكارى لمرحلة رياض الأطفال، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة.
- ١٠- رضا مصطفى عصفور (١٩٩٦): تأثير برنامج تربية حركية مقترح على من بعض المهارات الأساسية والابتكارية الحركية لأطفال ما قبل المدرسة، المؤتمر العالمى الأول، كلية رياض الأطفال، القاهرة.
- ١١- سامية سليمان غانم، جلييلة مصطفى السويركى (١٩٨٩): تأثير برنامج تربية حركية مقترح على الإدراك الحس حركى والتكيف الشخصى والاجتماعى لرياض الأطفال، مجلة علوم وفنون الرياضة، المجلد الأول، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، جامعة حلوان، يناير.
- ١٢- سعد جلال، محمد حسن علاوي (١٩٩٢): علم النفس التربوي الرياضي، ط٧، دار المعارف، القاهرة.
- ١٣- سلوي حسن عبد الرحيم (٢٠٠٠): أثر التربية الحركية على الكفاءة الإدراكية الحركية لدى الأطفال من ٤-٦ سنوات ببعض أندية محافظة الإسكندرية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية تربية رياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.
- ١٤- سيدة عبد الرحيم صديق (١٩٩١): برنامج مقترح للتربية الحركية لمرحلة الأطفال، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، جامعة حلوان.
- ١٥- طارق محمد ندا (٢٠٠٤): المنهاج فى السباحة، المركز العربى للنشر، الزقازيق.
- ١٦- عبد الحميد شرف (١٩٩٥): التربية الرياضية للطفل، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١٧- على محمد أحمد (٢٠٠٤): الوعى البيئى لدى طلبة قسم علوم الحياة في كلية التربية وعلاقته ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الموصل، العراق.

- ١٨- عمر سليمان الروبي (١٩٩٥): القدرات الإدراكية - الحركية للطفل "النظرية والقياس"، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٩- فاطمة عوض صابر (٢٠٠٦): التربية الحركية وتطبيقاتها، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر، الإسكندرية.
- ٢٠- مایسة محمد عفیفی (٢٠٠٦): فاعلية استخدام الهيبرميديا على تعلم سباحة الزحف على الظهر للطلبات المبتدئات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق.
- ٢١- محمد حسن رخا (٢٠٠٣): وضع برنامج باستخدام الهيبرميديا لتعلم سباحة الزحف على البطن للمبتدئين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس.
- ٢٢- محمد حسن علاوى، محمد نصر الدين رضوان (١٩٩٨): اختبارات الأداء الحركى، ط٣، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢٣- محمد على أحمد القط (٢٠٠٠): السباحة بين النظرية والتطبيق، مكتب العزیزى للكمبيوتر، الزقازيق.
- ٢٤- محمد على أحمد القط (٢٠٠٢): الموجز فى الرياضات المائية، المركز العربى للنشر، الزقازيق.
- ٢٥- محمد على أحمد القط (٢٠٠٤): المبادئ العلمية للسباحة، المركز العربى للنشر، الزقازيق.
- ٢٦- محمد على راشد (٢٠١٤): تأثير استخدام الألعاب الحركية الاستكشافية على تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والسلوك الاستكشافى الرياضى لتلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة الكويت، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- ٢٧- محمد محمود الحيلة (٢٠٠٣): الألعاب التربوية وتطبيقات إنتاجها سيكولوجياً وتعليمياً، وعملياً، ط٢، دار المسيرة، عمان، الأردن.
- ٢٨- منى موسى السيد (٢٠٠٦): تأثير برنامج أنشطة إستكشافية حركية على آداب وفضائل الطفل فى مرحلة ما قبل المدرسة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية تربية رياضية، جامعة طنطا.
- ٢٩- مهدي محمود سالم (٢٠٠٢): تقنيات ووسائل التعليم، دار الفكر العربى، القاهرة.
- ٣٠- نادية على عبد المعطى (٢٠٠٧): برنامج مقترح للتربية الحركية وتأثيره على تنمية المهارات الحركية الأساسية والإدراك الحس حركى والابتكار الحركى لتلميذات المرحلة الابتدائية، مجلة علوم وفنون الرياضة، المجلد الثامن والعشرون، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، جامعة حلوان، أكتوبر.

٣١- نشوان محمود الصفار (٢٠٠٩): تأثير برنامج مقترح بالألعاب الاستكشافية في تنمية اللياقة الحركية لدى تلميذات الصف الأول الابتدائي، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الثاني، المجلد الثاني، الأردن.

٣٢- هالة محمد مالك وعبدلة عادل زهران (٢٠٠٠): تأثير برنامج مقترح لتنمية بعض متغيرات الإدراك الحس - حركي والتحكم في التنفس على تعلم سباحة الزحف على البطن، مجلة بحوث التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، المجلد ٢٢، العدد ٥٠، أبريل.

٣٣- وفيقة مصطفى سالم (٢٠٠٧): الرياضات المائية " أهدافها - طرق تدريسها - أسس تدريبها - أساليب تقويمها"، ط٣، منشأة المعارف، الإسكندرية.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 34- Cratty ,B.J., (2006): Psychology and physical activity, Englewood chaffs, NJ Paretic Hall.
- 35- Maglisco, E.W, (2003): swimming fastest, Human kinetics, California, U.S.A.
- 36- Micheal, F.R., Barbara, E.M., Sandra, M.C., (2001): The effect of toy novelty and social interaction on exploratory behavior of preschool children child develop., 46 : 286 - 289.
- 37- Romanova, Assessing (2002): Physical Condition As A means of solving Physical activity problems in pre- school children, preload, 7th annual congress of the European college of sport science Athens, Greece, 24 - 25 July.