تأثير منهج بالحاسوب الاليفي تعلم السباحة الحرة وتنمية بعض القدرات البدنية لطلاب الصم البكم بأعمار (١٣-١٤) سنة

أ.م.د.حتم صابر خوشناو م.م عبد الله قادر عولا
كلية التربية الرياضية
جامعة صلاح الدين

ملخص البحث العربي:

يهدف البحث الى ماياتي :

١- التعرف على تاثير منهج تعليمي باستخدام الحاسوب الاليفي تعلم السباحة الحرة وتنمية بعض القدرات البدنية لطلاب الصم البكم باعمار (١٣-١٥) سنة.

٢- التعرف على الفروق بين مجموعتي البحث التجريبية الأولى والتجريبية الثانية في تعلم السباحة الحرة وتنمية بعض القدرات البدنية لطلاب الصم البكم بأعمار (١٣-١٥) سنة.

وللتحقق من اهداف الباحثان وضع الباحثان الفرضيتين الاتيتين :

١- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختباري القبلي والبعدي لمجموعتي التجريبية الأولى والتجريبية الثانية في تعلم السباحة الحرة وتنمية بعض القدرات البدنية لطلاب الصم البكم باعمار (١٣-١٥) سنة ولمصلحة الاختبار البعدي.

٢- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي البحث التجريبية الأولى والتجريبية الثانية في الاختبارات البعدية في تعلم السباحة الحرة وتنمية بعض القدرات البدنية لطلاب الصم البكم باعمار (١٣-١٥) سنة ولمصلحة المجموعة التجريبية الأولى.

واستخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث وتكونت عينة البحث من(١٠) طلاب في المرحلة المتوسطة في معهد هيوا للصم البكم في مدينة اربيل للعام الدراسي (٢٠١٣-٢٠١٤) وتم توزيعهما المجموعتين تجريبية وضابطة بشكل عشوائي ومتساويتين بالعدد احداهما تمارس منهج الحاسوب الالي والاخرى باستخدام الطريقة التقليدية (الشرح بلغة الاشارة والنموذج المرئي)) وتم التحقق من تكافؤ المجموعتين في متغيرات (الطول ،الوزن، العمر ،الذكاء) وبعض القدرات البدنية (القوة الانفجارية لعضلات الرجلين

،القوة الانفجارية عضلات الذراعين ،القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين، القوة المميزة لعضلات البطن، المرونة).

وتم استخدام التصميم التجريبي الذي يطلق عليه " تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الاختبارات القبلية والبعدية المحكمة الضبط " .

وتكون كل برنامج تعليمي من (١٨) وحدة تعليمية على مدى (٦) أسابيع ،بواقع (٣) وحدات تعليمية في الاسبوع في أيام (الاحد ،الثلاثاء، الخميس)،ومدة كل وحدة تعليمية (٦٠) دقيقة .وتم تقويم فن الأداء لكل طالب بصورة غير مباشرة ،وذلك عن طريق تصوير الاختبارات بواسطة آلة تصوير من النوع (SONY) للعينة من مجتمع البحث ونسخها في أقراص (CD) وتسليمه الثلاثة محكمين من لديهم خبرة في مجال السباحة في المهارات المستخدمة في البحث ،واستخدم الباحث ان لذلك استمارة تقويم الأداء الفني ،لمجموعتين كلتيهما.

وتم استخدام الوسائل الإحصائية (spss) والذي يتضمن (الوسط الحسابي ،الانحراف المعياري ،النسبة المئوية ،اختبار (T.test)،معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

وتم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية :

١- فاعلية المنهج التعليمي في تعلم السباحة الحرة وتنمية بعض القدرات البدنية لطلاب الصم البكم باعمار (١٣-١٥) سنة.

٢- حققت منهج الحاسوب الالي تفوقا ًكبيراً في الاختبار البعدي في تعلم السباحة الحرة وبعض القدرات البدنية عند طلاب المجموعة التجريبية الأولى.

٣- حققت منهج بدون الحاسوب الالي تفوقاً في الاختبار البعدي في تعلم السباحة الحرة وبعض القدرات البدنية عند طلاب المجموعة التجريبية الثانية.

٤- تفوقت المجموعة التجريبية الأولى التي استخدمت (الحاسوب الالي) على المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت الطريقة التقليدية (الشرح اللفظي والنموذج المرئي) في تعلم السباحة الحرة وتنمية بعض القدرات البدنية لطلاب الصم البكم باعمار (١٣-١٥) سنة.

Abstract

The Effect of Learning Syllabus by Using Mechanical Computer in Learning Free-Swimming Style and Developing Some Physical Ability for Deaf and Dumb Students age (13-15)

Asst. Prof. Dr.Hatam Saber Khoshnaw Abdullah Qader Awla

Aims of the study:

1- To prepare a learning program by using mechanical Computer in learning free-swimming stylefor deaf and dumb students age (13-15).

2- To identify the differences between between pretest and posttest forboth experimental and control in learning free-swimming style and developing some physical ability for deaf and dumb students age (13-15).

Methodology:

- A sample of (10) students from Hewa secondary school at institute of Hewadeaf and dumbin Erbil of the year (2013-2014)-were used in the study.
- An experimentalstudy was used in this study.
- The sample were distributed in to two groups experimental and control by random one group isused Computer program the other used traditional way of study.
- The equivalent for allgroups was conducted (age length weight intelligence) and some physical ability (explosion of muscle legs power explosion of muscle arms power distinctive velocity of muscle leg power distinctive power of abdominal muscle and flexibility).
- The study was analyzed by using (SPSS) which contents statistical analysis such as: (mean standard deviation percentage correlation coefficient and T.test).

Results and Recommendations:

On the basis of the analysis of the data the following conclusions were presented:

1- It has been found that using educational program with mechanical computer in learning free-style swimming anddeveloping some physical ability for deaf and dumb students age (13-15).

2- Education preparation of staffspecialized sports textured swim in schools with hearing disabilities and find sign language.

3- The use of educational program with mechanical computer has positive effect on learning to understand swimming skills which is better than traditional method.

4- The possibility of computer separation of skill and present the parts in slow speed have gave students a chance tounderstand theskill in a better way.

١- التعريف بالبحث:

١-١ مقدمة البحث وأهميته:

واكب التقدم العلمي ظهور الابداعات العلمية الحديثة والتي أصبحت تشكل عنصراً مهماً في تطور مجالات العلوم على نحو عام، والتربية الرياضية على نحو خاص، وتظافر مع هذا التقدم استعمال الحاسوب الآلي في مجالات العمل بشكل عام، وفي المجال الرياضي خصوصا، لذا فان استعمال الحاسوب الآلي يساعد على تسهيل عملية التعلم الحركي، ويعد احد علوم التربية الرياضية، اذ لقي اهتماماً كبيراً من قبل الباحثانين، وذلك لأهميته في عملية اكتساب المتعلّم المهارات الحركية الاساسية لكلّ فعالية رياضية، فضلاً عن امتيازه

بالشمولية والتنوع، مما يستوجب استعمال أنواع عديدة من الوسائل أو الأجهزة التعليمية، وطرق تنظيمه، بهدف تحقيق مستوى تعليمي أفضل .

ويعد الحاسوب الآلي من الأجهزة التعليمية التي لها دور مباشر في عملية التعلم، اذ أعدت هذه التقنية للمتعة والتشويق، فضلاً عن إضفائها الكثير للعملية التعليمية، إذ إنَّ لهذه التقنية قدرة ذات كفاءة عالية في تقديم الأفضل، فضلاً عن توفيرها الجهد والوقت للمعلم والمتعلم .

وتعد ممارسة الأنشطة الرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة من إحد مجالات التربية البدنية والرياضية في مختلف الدول المتقدمة، اذ صارت حقاً تكفلّه المجتمعات المتحضرة، للعمل على تخفيف العبء النفسى والبدني والصحي والإنفعالي خاصة، وأن الطفل الأصم الأبكم له الاحتياجات والمتطلبات الخاصة بالطفل السوي نفسها، لكي ينمو بدنياً واجتماعياً وعقلياً، فالأنشطة الرياضية التي يمارسها ذوي الاحتياجات الخاصة لا تختلف كثيراً عن تلك التي يمارسها الأسوياء مع تعديل في قواعد تلك الأنشطة وقوانينها، لتتناسب مع نوع الاحتياجات وشدتها.(محمد، ٢٠٠٧ ٢)

وتعد الإعاقة السمعية احدى فئات ذوي الاحتياجات الخاصة، وانها من أشد الإعاقات الحسية التي تصيب الإنسان وأصعبها، إذ يترتب عليها فقد القدرة علي النطق والتحدث، وبذلك يصعب على الأصم اكتساب اللغة والكلام أو تعلم المهارات المختلفة، لأنَّ الإنسان يعتمد اعتماداً جوهرياً على حواسه، فمن خلالها يكتسب الإحساسات المختلفة، والتي تكّون خبراته فضلاً عن المعلومات التي يستقبلها من خلال حواسه، والتي تكّون عالمه الإداركي والفكري والتصوري، فالشخص الأصم الأبكم له عالمه الخاص، إذ يكاد يعمل منفرداً، فهو يتعامل مع الأشياء والصور أكثر من تعامله مع الكلمات المنظومة أو المكتوبة، وقد أكسب الله عز وجل الأصم الأبكم الذي حرم من حاستى السمع والكلام تعويضات تجعله يحيا ويعيش ويمارس دوره في المجتمع، مثله فى ذلك مثل الأفراد الأسوياء.(محمد، ٢٠٠٧ ٣)

وتعد السباحة إحدى الرياضات المائية التي تستعمل الوسط المائي وسيلة للتحرك عن طريق الذراعين والجذع والرجلين، للارتقاء بكفاءة الانسان بدنياً ومهارياً وعقلياً واجتماعياً ونفسيا.(اسامة، ١٩٩٩. ٢٢)وهي الأساس في الرياضات المائية، وبدون تعلمها وإتقانها لا يستطيع الفرد ممارسة الرياضات المائية الأخرى.

وتعد القدرات البدنية أهم الأهداف التي يرمي اليها درس التربية الرياضية إذ تلعب دوراً مهماً في رفع الكفاءة البدنية والوظيفية لأجهزة الجسم المختلفة كي تؤدي دورها بشكل جيد فعندما يتمتع الانسان بجسم سليم تعمل أجهزته بنشاط وحيوية كما تأتي أهمية القدرات البدنية من خلال إرتباطها بمتطلبات الحياة اليومية من ومن ممارسة الانشطة الرياضية من جهة أخرى، اذ تكمن تلك القدرات في اداء اعمال الفرد بصورة جيدة دون الشعور بالتعب وهو المؤشر لمستوى الاعداد البدني للفرد فكلما تحسنت كفاءة الاعداد البدني له تحسن معها مستوى القدرات البدنية والعكس صحيح. (مفتي ،)

وإن اهمية هذا البحث تكمن في استخدام منهج تعليمي باستخدام الحاسوب الآلي لتعلم السباحة الحرة، وتنمية بعض القدرات البدنية لطلاب الصم البكم باعمار (١٣-١٥) سنة، من أجل تنميتهم ودمجهم وتفعيل وظيفتهم داخل المجتمع، آملين أن تسهم نتائج هذه الدراسة في سد جزء ولو كان صغيراً في استكمال عمل المعاهد والمراكز التي تعنى بهذه الفئة وتطويرها.

١-٢ مشكلة البحث:

يلعب التقدم العلمي دوراً مؤثراً ومباشراً في دعم العملية التعليمية باستخدام الكثير من الأجهزة والوسائل التي تساعد المعلم والمتعلم في تفعيل وتسريع العملية التعليمية. وإن استعمال هذه الوسائل والأجهزة الحديثة تحرر المعلم والمربي من الأساليب المتبعة، فضلاً عن الاقتصاد الكبير في الجهد والوقت تماشياً مع سرعة العصر، ويعد الحاسوب الآلي أحد هذه الأجهزة التي يسعى المعلم الى استعمالها في العملية التعليمية في مجالات كافة، ومنها المجال الرياضي وخاصةً السباحة، ومن خلال زيارة الباحثان الى معهد هيوا للصم البكم في مركز محافظة اربيل لاحظ اهتمام المعهد بالناحية العقلية فقط دون الناحية البدنية التي تتمثل في ممارسة النشاط الرياضي، مما يشعر الطلاب بالملل من قضاء معظم اوقاتهم داخل الفصول الدراسية.

وبينت العديد من الدراسات السابقة إن إستثمار حاسة البصر كناحية تعويضية للجانب البدني مهم جداً ونادت بظرورة ان ينال الاصم الابكم القسط الأوفر من التنمية والتكيف والسيطرة على حركات جسمه وخاصة ان تم التعلم في وسط المائي يحتاج الى الجراءة في التعلم ومن هنا كان لابد من توفير منهج حديث يلائم نسبة العوق لدى طلاب الصم البكم ومن هنا تولدت فكرة الدراسة في محاولة اعداد منهج تعليمي باستخدام الحاسوب الآلي لتعلم السباحة الحرة لطلاب الصم البكم باعمار (١٣-١٥) سنة، وتنمية بعض القدرات البدنية لديهم ، من اجل توظيف نتائج هذا البحث في خدمة معهد هيوا بشكل خاص والصم البكم بشكل عام.

١- ٣ هدفا البحث:

١- التعرف على تاثير منهج تعليمي باستخدام الحاسوب الآلي في تعلم السباحة الحرة، وتنمية بعض القدرات البدنية لطلاب الصم البكم بأعمار (١٣-١٥) سنة.

٢- التعرف على الفروق بين مجموعتي البحث في تعلم السباحة الحرة، وتنمية بعض القدرات البدنية لطلاب الصم البكم بأعمار (١٣-١٥) سنة.

١- ٤ فرضا البحث:

١- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختباري القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى والتجريبية الثانية في تعلم السباحة الحرة، وتنمية بعض القدرات البدنية لطلاب الصم البكم باعمار (١٣-١٥) سنة، ولمصلحة الاختبار البعدي.

٢- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي البحث التجريبية الأولى والتجريبية الثانيةفي الاختبارات البعدية في تعلم السباحة الحرة، وتنمية بعض القدرات البدنية لطلاب الصم البكم باعمار (١٣-١٥) سنة، ولمصلحة المجموعة التجريبية الأولى.

١-٥ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري: طلاب معهد هيوا للصم البكم باعمار (١٣-١٥) سنة في مركز محافظة اربيل.

١-٥-٢ المجال الزماني: الفترة من (٢٠١٣/٦/٢٣)ولغاية(٢٠١٤/٥/١١).

١-٥-٣ المجال المكاني: المركز الرياضي ((4 in 1 sport center) بعينكاوه في محافظة اربيل.

١- ٦ تعريف المصطلحات:

١- **منهجباستخدامالحاسوب:**هو عبارة عن بناء أو هيكل تدريجي لمحتوى المادة التعليمية (مفهوم الحركات الرياضية ومستوياتها المختلفة) إذ تقدم المعلومة بواسطة الصور والرسوم الثابتة والمتحركة والأشكال التوضيحية والأفلام ولقطات الفيديو المتحركة والثابتة، وتتكامل هذه الوسائط مع بعضها البعض عن طريق الكمبيوتر بدرجة تمكن المتعلم من تحقيق الأهداف التربوية المرغوب فيها بكفاءة ، من أجل إيصال المعلومات للمتعلمين بأسرع وقت وأقل تكلفة، بحيث يستدعي المتعلم ما يحتاجه من معلومات لاحتياجاته واهتماماته. (آمال، ٢٠٠٤: ٤)

٢-**القدرات البدنية:** مقدار إستعداد الرياضي الجسمي والوظيفي للعمل، وان ممارسة اي لعبة تحتاج الى تنمية القدرات البدنية الاساسية لها (قوة – سرعة – مرونة – مطاولة). (قاسم ومنصور،١٩٨٨(٢٩)

٣-**الصم البكم** :هم الافراد الذين يكون جهازهم السمعي معطل ولايؤدي الغرض الاساسي لوجوده وقد يكون صممهم وراثياً(صمم خلقي) ولدوا صماً أو مكتسباً(صمم عارض)او ولدوا سامعين ولكنهم فقدوا حاسة السمع نتيجة مرض او حادثة.(جمال، 4 in 1)

٢- الدراسات النظرية:

٢-١ مفهوم الحاسوب الآلي:

إنّ أهم ما يميز عصرنا الحاضر من سماته يالسرعة في تطور التقنيات الحديثة وتأثيرها في ميادين الحياة المختلفة ، ويعد الحاسوب السمة المميزة لعصرنا الحديث، إذ إنّ عالمنا المعاصر يشهد ثورة علمية وتكنولوجية متصاعدة وما يصاحبه ذهال ثورة من تغيرات في كافة ميادين الحياة ،وأهمها الميدان التربوي. إذ إن العملية التربوية تحتل الآن دوراً مهماً وفعالاً بعد تسخير التقنيات الحديثة وتوظيفها لمواكبة التقدم العلمي. (عصام، ١٩٩٠. ١)

وتم إطلاق عدة مسميات على الحاسب الآلي سيطرت على معظمها الترجمة الحرفية للفعل الذي اشتقت منه. وقد تم اشتقاق كلمة حاسب من الفعل الإنجليزي (To Compute)، بمعنى : يحسب. والحقيقة إنّ الحاسب الآلي رغم أنه مبني أساساً على منطق رياضي معين ويؤدي العديد من العمليات الحسابية البسيطة والمعقدة،

إلا إنه أصبح يؤدي معالجات رياضية وغير رياضية عديدة. ومن هنا فهو ليس مجرد حاسب بالمعنى التقليدي للكلمة بحيث تنحصر المهام التي يقوم بها على العمليات الحسابية فقط. ولكنه قادر على القيام بالعديد من المعالجات والمهام التي تتحدد بما يقوم مصممي البرامج من برمجته وفقاً لما تقتضيه الحاجة. ويلاحظ مستخدم الحاسب الآلي مدى الدقة والإتقان وسرعة الإنجاز وتعدد الإمكانيات التي يتميز بها أثناء تنفيذه للعمليات المطلوبة منه. ومن التسميات التي أطلقت على الحاسب الآلي يمكن ذكر التالي: (الكمبيوتر، الحاسب الآلي، والحاسب الإلكتروني، والحاسوب، العقل الإلكتروني).(رياض، ٢٠٠٦ ١٤)

كما يعرفه (أحمد، ١٩٩٧) " بأنه آلة مساعدة للعقل البشرى في العمليات الحسابية والمنطقية، لديها القدرة على إدخال البيانات(Input) بها وأجراء عمليات (Processes) عليها بواسطة برنامج من التعليمات وتخزينها واسترجاعها (Out put) بسرعة فائقة على الشاشة ليستطيع العقل البشرى رؤيتها بأعينه المجردة وتفسيرها والاستدلال عليها ، كما يمكن عمل التغذية الراجعة (Feed Back) لأجراء التعديلات التي يراها".(احمد، ١٩٩٧) ٥٤)

٢-١-1 أهمية الحاسوب الآلي في المجال الرياضي :

أثبتت الدراسات والتجارب العلمية أن الحاسوب يؤدي دوراً مهماً وفعالاً في العملية التعليمية إذ يضفي عليها الحيوية والنشاط وبعداً تقنياً ليبعدها عن الأسلوب المتبع، وهو بهذا يستطيع أن يساعد القائم بالعملية التعليمية والمتعلم في حل المشكلات بمختلف أنواعها ومساعدتهم في الوصول إلى الأهداف المطلوب تحقيقها، وإكتسابهم المهارات التعليمية، ونقل الخبرات المتنوعة إليهم. وقد استخدمت العديد من الوسائل التعليمية في مجال تعلم الحركات والمهارات الرياضية وإن إستخدام هذه الوسائل تتنوع بتنوع الأهداف المطلوبة، فمنها ما استخدم كوسائل تعليمية صرفة والغاية منها عملية اكتساب المهارات الرياضية المختلفة وتعلمها، ومنها ما استخدم كوسيلة أمان تساعد المتعلمين في أدائهم للحركات الرياضية الصعبة.(ناهدة، ٢٠٠٨. ٢٤)

"وإنّ تجارب استعمال الحاسوب كوسيلة مساعدة في تعلم العديد من المهارات الرياضية يؤدي دوراً كبيراً وهاماً في العملية التعليمية. فهو يستطيع أن يضيف التشويق والحيوية،وبعداً تقنياً جدياً يبعدها عن الطريقة التقليدية، إذ يساعد المدرسين أو المدربين والطلاب أو اللاعبين على حل مشاكلهم بجميع أنواعها، ويساهم في الوصول إلى أهدافهم وتحقيقها وإكسابهم المهارات التعليمية ونقل الخبرات اليهم".(وسام، ٢٠٠٥. ١٢)

"وإنّ استخدام الحاسوب يُعد أحد الاجهزة التكنولوجية الحديثة التي يمكن أن تسهم بشكل إيجابي في تطوير وفاعليه المناهج الدراسية للتربية الرياضية، حتى تواكب تطورات العصر الحديث. وتكمن قيمة الحاسوب في تدريس مادة التربية الرياضية في قدرته على عرض حركات الجسم وتوضيحها اثناء اداء المهارات، وكذلك بيان الحركات المختلفة وردود الفعل وكيفية تصرف المتعلم في هذه المواقف، ويجب ألا تتعدى مهمة الحاسوب هنا كونها معينا للمعلم، ومساعدة للمتعلمين في زيادة سرعة استيعابهم ودافعيتهم للتعلم، وإنّ استخدام الحاسوب في التربية الرياضية يسهم بصورة فاعلة في تعليم المهارات الحركية للأنشطة الرياضية المختلفة، ويسمح للطلبة

بالتعلم حسب قدراتهم الخاصة على التعلم، كما يراعي الفروق الفردية بين الطلبة، ويعمل على اشراكهم في العملية التعليمية، ويسمح لهم باختيار الأنشطة والتجارب الملا ئمة لميولهم ورغباتهم وتنفيذها. كما يعمل الحاسوب على توفير الجهد في شرح المهارات الصعبة، ويوفر الوقت الذي تستغرقه عملية التعلم مقارنة بالطرق التقليدية، ويزيد من دافعية الطلبة نحو تعلم المهارات الحركية مهما بلغت صعوبتها، كما ان التنويع بأسلوب عرض المادة يزيد من عامل التشويق لدى الطلبة. هذا فضلا عن إسهام الحاسوب بصورة فاعلة في تقييم أداء الطلبة وتصحيح الأخطاء".(ماجد، ٢٠١١. ٣٤)

٢-٢ السباحة:

تعد السباحة إحدى أنواع الرياضات المائية الهامة، وتتميز عن غيرها من الأنشطة بالعديد من المزايا إذ تستغل الوسط المائي كوسيلة للتحرك خلاله عن طريق كل من حركات الذراعين والرجلين والجذع بغرض الارتقاء بكفاءة الانسان، ليس فقط من الناحية البدنية، ولكن ايضاً من الناحية النفسية والاجتماعية بل والمعرفية أيضا.(اسامة، ١٩٩٩. ٢٢)

وتعد السباحة وسيلة اساسية للنهوض بالطفل رياضياً وحركياً واجتماعياً، فهي ليست أسلوباً تعليميا فحسب بل هي أيضاً وسيلة تربوية صحية، ووسيلة من وسائل النمو السليم، وفن ينبغي أن يجمع بين أقصى حد من الصحة والشخصية، فالسباحة مهارة حركية معقدة في بدايتها، وهي بطبيعة الحال نتيجة الفهم وإزالة الخوف من الماء.(عادل، ١٩٩٩. ٨)

٢-٣ القدرات البدنية:

قد تختلف كل فعالية رياضية في متطلباتها البدنية والمهارية والخططية، لذا أصبح من الضروري تحديد ماهية القدرات البدنية المهمة لكل نشاط رياضي، إذ إنّ احتياج الرياضي إلى كل قدرة بدنية يتفاوت من فعالية إلى اخرى .

وعند (وجية واحمد، ٢٠٠٠) أنّ القدرات البدنية (قدرات تتعلق بالناحية الجسمية للإنسان، وتكون موروثة منذ ولادته، ويمكن لهذه القدرات أن تتطور من خلال التمرين والتدريب وتعمل على رفع مستوى الأداء المهاري كما يمكن أن تدمج هذه القدرات مع بعضها).(وجية واحمد، ٢٠٠٠) ٧٧)

وقد وضح (David(1983) بعض القابليات تحت تصنيف القدرات البدنية لاعتمادها على الكفاية الوظيفية، ومن هذه القدرات (القوة، السرعة، التحمل، المرونة)، أما القابليات الأخرى (التوازن، التوافق، الانسيابية ، الدقة، الحركة، الرشاقة) فقد وضعها تحت تصنيف القدرات الحركية.(David,1983,8)

وضع العالم (كالاهو) القدرات التي تعتمد على الكفاية الفسيولوجية من القدرات البدنية وتشمل (القوة، السرعة، التحمل، المرونة)، أما القدرات التي لاتخضع إلى التغيير في الحالة الفسلجية وإنما في قدرة التحكم في الحركة فهي القدرة التي تعتمد على استثمار الإحساس الحركي واستعمال الجهاز العصبي المركزي والمحيطي

مـن أجـل الـتحكم فـي القـدرات الحركيـة وتشـمل(التـوازن، التوافـق، الدقـة الحركيـة، الرشـاقة، المرونـة الحركية).(يعرب،٢٠٠١) ٢١)

٢- ٤ الصم البكم:

إنّ الإعاقة السمعية تحجب الطلاب عن المشاركة الايجابية والفعالة مع من حولهم، فغالباً ما يكون تعاملهم مع الآخرين يعتمد على طرق وأساليب مختلفة عن الطلاب العاديين، فهم فئة لديهم حاسة السمع انعدام عن أداء وظيفتها، لذلك يحتاجون إلى تنمية قدراتهم على الاتصال بالآخرين، والاحتكاك بالأشياء المادية في بيئتهم، ومن هذا المنطلق يعد تعليمهم مهم لأنه الوسيلة الرئيسية التي تزيد ثقافتهم وتكيفهم مع العالم المحيط بهم.(احمد ومصطفى، ٢٠٠٤. ٢٤-٢٥)

والأصم هو الشخص الذي لا يمكنه استخدام حاسة السمع نهائياً في حياته اليومية، كما يعرف الطفل الأصم بأنه ذلك الطفل الذي حرم من حاسة السمع منذ الولادة، أو هو من فقد القدرة السمعية قبل تعلم الكلام، أو من فقدها بمجرد تعلم الدرجة، فإن آثار التعلم فقدت بسرعة.(مروان، ١٩٩٩. ١٤٢)

واعاقة السمع هي العجز في حاسة السمع بحيث يؤثر هذا العجز ويتحول إلى فقدان سمعي ، أي أنه يعاني من عجز أو خلل يحول دون الاستفادة من حاسة السمع ويتعذر عليه الاستجابة بطريقة تدل على فهم الكلام المسموع سواء أكان هذا الفقد كلياً أم جزئياً وتكون قدرات الشخص أقل من العادي، وقد يكون هذا الصم خلقياً (Congenital deafness) أي بالميلاد، أو عارضاً(Adventitious Deaf) أي نتيجة مرض أو حادث، وتشمل الإعاقة السمعية الصم الكامل (Deaf).(شيرين، ٢٠٠٨) ٢٨٨-٢٩١)

"ولقد عرفت هيئة الصحة العالمية الصم والبكم بأنه ذلك الفرد الذي ولد فاقداً حاسة السمع مما أدى الى عدم استطاعته تعلم اللغة والكلام أو أُصيب بالصم في طفولته قبل اكتساب اللغة والكلام، وقد يصاب بعد تعلم اللغة والكلام مباشرة ولكن لدرجة أنّ آثار التعلم قد فقدت بسرعة، إذن فهو عاجز عن تلك الحاسة إذ تكون قدراته أقل من الشخص العادي".(خالدة، ٢٠١٠ ٧٠)

٢-٤- ١أساليب التواصل لدى الصم البكم: (محمد،١٩٩٩- ٩-٢٤)- (عبدالمطلب، ١٩٩٦- ١٦٤-١٦٨)

تعددت أساليب التواصل مع الصم البكم، ولكن الأكثر شيوعا هي:

١- **طريقة التدريب السمعي:** وتركز على استغلال أكبر قدر ممكن مما تبقي لهم من السمع، وذلك عن طريق (التدريب السمعي)، وتعويد الطلاب ملاحظة الأصوات المختلفة، والإفادة من المعينات السمعية في توصيلها إلى الطفل لإسماعه ما يصدر عن الآخرين، وتمكينه من تقليدها وتكرارها، مع تنظيم عملية التنفس، وتلائم تلك الطريقة ضعاف السمع الذين تمكنهم التقاط بعض الأصوات باستخدام معينات سمعية أو بدونها.

٢- **طريقة قراءة الشفاه:** ويطلق عليها أحيانا قراءة الكلام، وتقوم على تدريب الطفل الأصم وثقيل السمع، وتوجيه انتباهه إلى الملاحظة البصرية لوجه المتحدث وايماءاته،ومراقبة ما يتخذه الفم أو الشفتين أثناء النطق

والكلام، فهي تقوم على ملاحظة حركات الفم والشفاه واللسان والحلق، وترجمة هذه الحركات إلى أشكال صوتية (حروف)، فهي تعتمد على خبرة المعلم والمتعلم لفهمها.

٣- **طريقة التواصل اليدوي:** تعد هذه الطريقة ملائمة للأطفال الصم وضعاف السمع، وتهدف إلى إكسابهم مهارات التواصل عن طريق الإبصار، وذلك من خلال الإشارات والحركات اليدوية والوصفية. ومن أهم أشكال التواصل اليدوي:

أ- **لغة الإشارة:** وهي لغة وصفية، وعبارة عن نظام من الرموز اليدوية أو الحركات المشكلة أو المصورة التي تستخدم فيها حركات الأيدي وتعبيرات الأذرع والأكتاف، لوصف الكلمات التي يرغب التعبير عنها، وهي تنقسم إلى:

١- **إشارات وصفية:** وهي الإشارات اليدوية التلقائية التي تصف فكرة معينة، مثل رفع اليد للتعبير عن الطول ... وما إلى ذلك.

٢- **إشارات غير وصفية:** وهي إشارات فاصلة لها دلالتها، وتكون لغة متداولة بينهم، وهي قاصرة علي استعمال الصم فقط.

ب- **هجاء الأصابع:** وتقوم هذه الطريقة على التهجي عن طريق تحريك أصابع اليدين في الهواء، وفقا لحركات منظمة وأوضاع معينة تمثل الحروف الأبجدية.

٤- **طريقة التواصل الكلي:** لجيء إلى هذه الطريقة لعدم وجود طريقة واحدة تناسب كل المعاقين سمعيا، ويقصد بها استخدام جميع الأشكال الممكنة للتواصل والمزج بين توظيف البقايا السمعية إن وجدت، وقراءة الشفاه ولغة الإشارة وأبجدية الأصابع بما يتلاءم وطبيعة كل حالة وظروفها.

وتم استخدام التواصل مع افراد عينة البحث باستخدام اسلوب لغة الاشارة في تعلم المهارات والقدرات قيد الدراسة

٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

٣-١ منهج البحث : استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين لملائمته لطبيعة البحث .

٣-٢ مجتمع البحث وعينته :

تكّون مجتمع البحث من طلبة المرحلة المتوسطة في معهد هيوا للاعاقة السمعية في مركز محافظة اربيل والبالغ عددهم (٦٠) طالباً وطالبة للعام الدراسي (٢٠١٣-٢٠١٤) وبواقع (٣١) طالباً و(٢٩) طالبة، اذ تم استبعاد الطالبات لاقتصار الدراسة على الطلاب الذكور ، واقتصرت الاختيار على الاعتبارات الاتية:

١- الطلبة المحصور اعمارهم بين (١٣-١٥) سنة، وكانت بنسبة العوق لديهم الشديد (٧١-٩٠) ديسبل.

٢- الطلبة الساكنين ضمن مركز المدينة، وبنسبة (١٦,٦٦٪) من مجموع الكلي للعينة.

كما تم استبعاد بعض الطلبة خارج حدود عمر العينة والساكنين خارج مركز المدينة وطلبة التجربة الاستطلاعية وكما مبين في الجدول (١).

الجدول (١)

مجتمع البحث وعينته

العينة	العدد	المستبعدون		عينة البحث
		خارج العمر والمركز	التجربة الاستطلاعية	
ذكور	٣١	١٧	٤	١٠
الاناث	٢٩	٢٩	–	–
المجموع	٦٠	٥٠		١٠

وبذلك بلغ عدد العينة (١٠) طلاب، وتم توزيعهم بشكل عشوائي وعن طريق القرعة وبشكل متساويالى مجموعتين تجريبيتين احدهما تمارس منهج بالحاسوب الآلي والاخرى تمارس المنهج بدون الحاسوب الآلي في التعلم.

٣-٣ التصميم التجريبي:

استخدم الباحثان التصميم التجريبي الذي يطلق عليه (تصميم المجموعات العشوائية الاختيار ذات الاختبارات القبلية والبعدية المحكمة الضبط))(ديوبولد، ١٩٨٥ ٣٨٤) والشكل (١) يوضح ذلك .

المجاميع	الاختبار القبلي	المتغير المستقل	الاختبار البعدي
التجريبية الأولى	الاداء الفني والقدرات البدنية	المنهج التعليمي باستخدام الحاسوب الالي	الاداء الفني والقدرات البدنية
التجريبية الثانية		المنهج التعليمي بدون استخدام الحاسوب الالي	

الشكل (١)

يوضح التصميم التجريبي المستخدم في البحث

٣-٤ وسائل جمع المعلومات :

٣-٤-١ الاستبيان:

٣-٤-١-١ استبيان لتحديد بعض القدرات البدنية والاختبارات المناسبة لها:

صمم الباحثان استمارة استبيان الملحق (١) تحتوي على مجموعة من القدرات البدنية والاختبارات المناسبة لها بالاعتماد على المصادر واراء الخبراء والمختصين الملحق (٢)، اذ تم توزيعها على الخبراء والمختصين وبعد جمع الاستمارات وتفريغها حصل الباحثان على (٥) قدرات بدنية مرشحة والاختبارات المناسبة لها للتطبيق بناءاً على نسبة اتفاق الخبراء والمختصين وكما مبين في الجدول (٢) .

الجدول (٢)

يبين النسبة المئوية لاتفاق حول تحديد بعض القدرات البدنية والاختبارات المناسبة لها

ت	القدرات البدنية	اسم الاختبار	عدد المختصين		نسية الاتفاق
			الكلي	المتفق	
١	القوة الانفجارية لعضلات الرجلين (سم)	الوثب العريض من الثبات	٧	٧	%١٠٠
		الوثب العمودي من الثبات (ساجنيت)	٧	–	%٠
٢	القوة الانفجارية لعضلات الذراعين(سم)	رمي الكرة الطبية باليدين من وضع الجلوس على الكرسي زنة (٢) كغم	٧	٦	%٨٥.٧١
		رمي الكرة الطبية باليدين من الوقوف زنة (٢) كغم	٧	١	%١٤.٢٩
٣	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين (عدد)	(ثني ومد الركبتين لمدة (٢٠ثا))	٧	٧	%١٠٠
		ثلاث وثبات طويلة من الثبات	٧	–	%٠
٤	القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن(عدد)	الاستلقاء(ثني اماماً مع تثبيت الرجلين)لمدة (٢٠)ثانية	٧	٦	%٨٥.٧١
		الجلوس من الرقود خلال(١٥) ثانية	٧	١	%١٤.٢٩
٥	المرونة (سم)	اختبار ثني الجذع من الوقوف	٧	٦	%٨٥.٧١
		(الوقوف ضماً) ثني الجذع للامام	٧	١	%١٤.٢٩

٣-٤-١-٢ استبيان لبيان مدى صلاحية المنهج التعليمي:

بعد إطلاع الباحثان على مجموعة المراجع العلمية الخاصة بمادة السباحة تم اعداد المنهج التعليمي باستخدام الحاسوب الآلي والمتكون من (١٨) وحدة تعليمية، وبواقع (٣) وحدات تعليمية في الاسبوع في الأيام (الاحد، الثلاثاء، الخميس) وبلغ زمن الوحدة التعليمية الواحدة (٦٠) دقيقة، اذ تم عرض المنهج التعليمي على عدد من الخبراء والمختصين الملحق(٢) لبيان آرائهم في مدى صلاحية المنهج التعليمي، وتغيير أو إضافة مايرونه مناسباً، اذ تمَّ الإتفاق على صلاحية المنهج التعليمي من قبل كافة المختصين مع اجراء بعض التعديلات عليه.

٣-٤-١-٣ استمارة تقويم الاداء الفني في السباحة الحرة:

تم استخدام استمارة تقويم الاداء الفني في السباحة الحرة والمعدة من قبل (وفيقة، ١٩٩٧). اذ تم عرض الاستمارة على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال (رياضة السباحة) الملحق(٢). والذين اقروا بصلاحية استخدامها لعمر وخصوصية العينة وبنسبة الاتفاق (١٠٠%) الملحق(٣)، اذ ان اعلى درجة لتقويم الاداء الفني في السباحة الحرة(٤٢) وادنى درجة (١٤).(وفيقة، ١٩٩٧) ٤١٤)

٣-٤-٢ تقييم الاداء الفني للسباحة الحرة:

تمَّ إجراء الملاحظة العلمية، وبصورة غير مباشرة، لتقويم الاداء الفني في السباحة الحرة من قبل ثلاثة محكمين مختصين في مجال السباحة للاختبارات القبلية والبعدية لعينة البحث، الملحق (٢)، وتمت الملاحظة

العلمية للاختبار من خلال التصوير الفيديو للطلاب بكاميرا محمولة من نوع (SONY) وتم نسخها على اقراص من نوع (CD) وتسليمها للمحكمين لتقيمها.

٣-٥ الأجهزة والأدوات:

من أجل الشروع باجراءات البحث استعمل الباحثان الأجهزة، والأدوات، والوسائل الاتية:

جهاز التصوير الفيديوي من نوع (SONY)، لتصوير الاداء الفني في الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث، جهاز كومبيوتر نوع (TOSHIBA)، ساعة توقيت الكترونية نوع (Epson)عدد (١)، مجففة شعر كهربائية لتجفيف شعر الطلاب بعد خروجهم من الماء، جهاز داتاشو نوع (Epson)، ميزان طبي الكتروني نوع (SWAN)، شريط القياس عدد (١)، أشرطة ملونة لاصقة لتحديد المسافات للاختبارات، كرات باحجام والوان متنوعة عدد (٢٠)، سترة النجاة عدد (٥)، أطواق النجاة عدد (٥)، حوض سباحة مغلق طوله (٢٥)م وعرضه (١٢.٥)م وعمقه من (١-٢)م تدريجياً في المركز الرياضي ((4 in 1)sport center) بعينكاوه في محافظة اربيل، الواح فلين مضغوط عدد (٥)، عوامات تلبس بالذراعين عدد (٥) ازواج، مسطرة قياس بطول (٣٠) سم، كرة طبية بزنة (٢ كغم) عدد (١)، الصور الثابتة والمتسلسلة.

٣-٦ تجانس وتكافؤ مجموعتي البحث:

٣-٦-١ تجانس عينة البحث: تم اجراء التجانس في المتغيرات ذات العلاقة بالبحث، والجدول (٣) يبين ذلك:

الجدول (٣)

يبين المعاليم الاحصائية للمتغيرات (الطول والكتلة والعمر والذكاء) لمجموعتي البحث

ت	المعاليم الاحصاء المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية الاولى		المجموعة التجريبية الثانية		قيمة (T) المحسوبة	الاحتمالية sig	الدلالة
			سَ	+ع	سَ	+ع			
١	الطول	سم		4 in 1		4 in 1			غير معنوي
٢	الكتلة	كغم				4 in 1			غير معنوي
٣	العمر	شهر		4 in 1					غير معنوي
٤	الذكاء	درجة	٣٤						غير معنوي

* معنوي عند نسبة خطأ ≤ من (٠.٠٥)

تبين من الجدول (٣) توجد فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث في تلك المتغيرات مما يشير الى تجانس عينة البحث.

٣-٦-٢ التكافؤ في الاداء الفني في السباحة الحرة: تم اجراء عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث في الاداء الفني للسباحة الحرة ولمجموعتي البحث بعد إعطاء (٣) وحدات تعريفية لكل مجموعة، وتم التصوير الفيديوي بواسطة كاميرا من النوع (SONY)(*) لكل طالب على حدة ولمسافة (١٢.٥)م، ومن ثم تم اجراء

(*) قام بالتصوير السيد خسرو اغا معروف - مصور كلية التربية الرياضية – مكتب – رواندز.

مونتاج لفلم الفيديو وبعد ان تمَّ تحويله على اقراص من نوع (CD) ثم تمّ اعطاء لثلاث محكمين متخصصين في مادة السباحة كما في المحلق (٢)، اذ تم التقييم وفقاً لاستمارة المعدة لهذا الغرض، وذلك في يوم السبت الموافق(٢٠١٣/٩/١٤)، وقد استخرج قيمة (T) بالاعتماد على درجات المحكمين الثلاثة لفن الاداء المهاري لكل طالب. وكما مبين في الجدول (٤).

الجدول (٤)

يبين المعالم الاحصائية فيالاداء الفني في السباحة الحرة لمجموعتي البحث

المعالمالاحصاء المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية الاولى		المجموعة التجريبية الثانية		قيمة (T) المحسوبة	الاحتمالية sig	الدلالة
		سَ	+ع	سَ	+ع			
الاداء الفني	درجة	4 in 1		4 in 1				غير معنوي

* معنوي عند نسبة خطأ ≤ من (٠.٠٥)

تبين من الجدول (٤) توجد فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث في تعلم الاداء الفني مما يشير الى تكافؤ عينة البحث.

٣-٦-٣ التكافؤ في بعض القدرات البدنية:تم التكافؤ بين مجموعتي البحث في بعض القدرات البدنية والتي تم إتفاق عليها من قبل السادة الخبراء الملحق(٢) وقد تمَّ اجراء الاختبارات القدرات البدنية لمجموعتي البحث يوم الخميس الموافق ٢٠١٣/٩/١٣. والجدول (٥) يبين ذلك.

الجدول (٥)

يبين المعالم الاحصائية في بعض القدرات البدنية لمجموعتي البحث

ت	المعالم الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية الاولى		المجموعة التجريبية الثانية		قيمة (T) المحسوبة	الاحتمالية sig	الدلالة
			سَ	+ع	سَ	+ع			
١	القوة الانفجارية لعضلات الرجلين	سم	□	4 in 1	□	□	□	□	غير معنوي
٢	القوة الانفجارية لعضلات الذراعين	سم	٣٦٢	4 in 1	٣٢٤	4 in 1	□	□	غير معنوي
٣	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين	عدد	SONY	□	١١	□	sig	□	غير معنوي
٤	القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن	عدد	١٢	□	sig	□	□	□	غير معنوي
٥	المرونة	سم	sig	□	sig	□	٢.٥٣٠	□	غير معنوي

* معنوي عند نسبة خطأ ≤ من (٠.٠٥)

تبين من الجدول (() توجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث في تلك المتغيرات مما يشير الى تكافؤ عينة البحث.

- **الإختبارات المستخدمة في البحث:**

من خلال إطلاع الباحثان على المصادر المتعلقة بإختبارات القدرات البدنية لهذه الفئة العمرية وبع الأخذ بآراء المختصين والاستعانة بفريق عمل المساعد (**) إستخدم الباحثان الإختبارات الآتية:

- **اختبار الوثب العريض من الثبات**(على،)

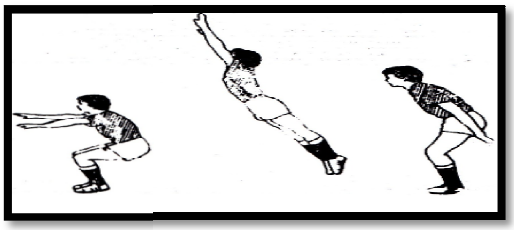
الهدف من الاختبار :قياس القوة الانفجارية لعضلات الرجلين .

الأدوات المستخدمة :ارض مستوية غير ملساء ، شريط قياس .

إجراءات الاختبار :يقف اللاعب خلف خط البداية مع فتح القدمين قليلاً ، من هذا الوضع يقوم اللاعب بالقفز قفزة واحدة لأبعد مسافة

شروط الاختبار : يكون القفز بكلتا القدمين ، يسمح بمرجحة الذراعين .

التسجيل : تسجيل المسافة من خط البداية إلى اقرب اثر يتركه اللاعب .الشكل رقم (() يوضح ذلك.



شكل (()

اختبار الوثب العريض من الثبات

- **رمي الكرة الطبية زنة ( )كغم) باليدين من فوق الرأس من وضع الجلوس على الكرسي**(عبدالرزاق، - ( )

الغرض من الاختبار : قياس القوة الانفجارية للذراعين والكتفين .

الأدوات : منطقة فضاء مستوية ، وحبل صغير، كرسي ، وكرة طبية زنة (كغم) ، وشريط قياس.

وصف الأداء :

- يجلس المختبر على الكرسي ممسكاً بالكرة الطبية باليدين فوق الرأس على أن يكون الجذع ملاصقاً لحافة الكرسي .

- يوضع حول الصدر حبل صغير بحيث يمسك من الخلف عن طريق محكم لغرض منع المختبر من الحركة إلى الأمام في أثناء رمي الكرة باليدين .

**فريقعملمساعد:

- .مزيلوانمحمدمعروف كليةالتربيةالأساسية / جامعةصلاحالدين/ اربيل
- .- كيفيعليصوفي طالبماجستير/كليةالتربيةالرياضية / جامعةصلاحالدين/ اربيل
- احمدعجيبعلي موظففيمعهدهيوا / محافظةاربيل

– تتم عملية رمي الكرة باستعمال اليدين فقط (بدون استعمال الجذع) .

الشروط :

– يعطي للمختبر محاولتين متتاليتين .

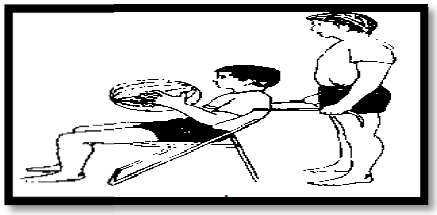
– يعطي للمختبر محاولة مستقلة في الاختبار كتدريب على الأداء .

– عندما يهتز المختبر أو يتحرك الكرسي أثناء أداء إحدى المحاولات لا تحتسب النتيجة ويعطي محاولة أخرى بدلاً منها .

التسجيل :

– درجة كل محاولة هي : المسافة بين الحافة الأمامية للكرسي وبين أقرب نقطة تضعها الكرة على الأرض لناحية الكرسي

– درجة المختبر هي : درجة أحسن محاولة من المحاولتين . الشكل رقم(() يوضح ذلك.



شكل (()

رمي الكرة الطبية زنة ((كغم) باليدين من فوق الرأس من وضع الجلوس على الكرسي

– **اختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين(ثني ومد الركبتين لمدة ثا)**(قيس، 5)

الهدف :قياس القوة المميزة بالسرعة .

الادوات : ساعة توقيت،استمارة تسجيل .

وصف الاداء : من الوقوف والقدمين مفتوحة بعرض الاكتاف ، ثني الركبتين لأخذ وضع الجلوس والنهوض مباشرة" ، ويمكن وضع الذراع خلف الرأس .

التسجيل : يقوم المسجل بتسجيل عدد المرات الصحيحة لتكرار الاداء خلال الـ((ثا)، استمارة التسجيل الخاص بالمعلومات ، وتُعطى لكل لاعب محاولتان وتؤخذ الافضل .

:– **اختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن.**(محمد ومحمد، 5)

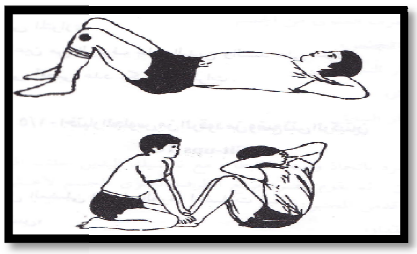
الغرض من الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن .

الإمكانات والأدوات : ساعة توقيت ، زميل لحساب العدد، بساط او مسطح مستوي.

مواصفات الأداء :من وضع الرقود على الظهر وتشبيك اليدين خلف الرأس مع تثبيت القدمين بمساعدة الزميل بوضع الثني للساقين، رفع الجذع والضغط على الركبتين بملامسة الكوعين لهما

الشروط :ضرورة ملامسة الكوعين بالركبتين .

التسجيل :درجة المختبر هي : عدد مرات التكرارات في زمن (١ ثا) . الشكل رقم(() يوضح ذلك



شكل(()

اختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن

- **اختبار ثني الجذع من الوقوف**(على، 5 2)

الغرض من الاختبار: قياس مدى مرونة عضلات الفخذ في حركات الثني للأمام من وضع الوقوف.

الادوات اللازمة :

- مقياس مدرج من الخشب او مسطرة طولها : سم مقسمة بخطوط الى وحدات كل وحدة تساوي .سم، ويفضل ان تكون حدود التدريج في مدى : سم .
- مقعد او كرسي او منضدة مسطحة تتحمل وزن اللاعب (المختبر) بدون حدوث اهتزاز .

مواصفات الاداء :

يتخذ المختبر وضع الوقوف على حافة المقعد او المنضدة بحيث تكون القدمان ملامستين لجانبي المقياس. يقوم المختبر بثني الجذع إماما اسفل بحيث تصبح الاصابع امام المقياس ومن هذا الوضع يحاول المختبر ثني الجذع لاقصى مدى ممكن بقوة وببطئ مع ملاحظة ان تكون اصابع اليدين في مستوى واحد وان تتحرك للاسفل موازية للمقياس .

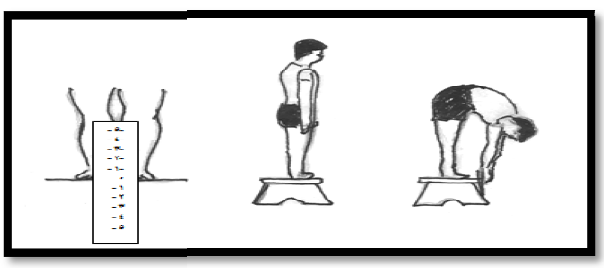
حساب الدرجات :

- درجة المختبر هي اقصى نقطة على المقياس يصل اليها من وضع ثني الجذع اماما اسفل .
- من الافضل اعطاء المختبر محاولتين او ثلاث كوسيلة للاحماء والتدريب على الاختبار قبل القياس (قبل الصعود الى المنضدة)

إدارة الاختبار :

- مسجل : يقوم بالنداء على الاسماء اولا وتسجيل النتائج ثانيا .
- محكم يقوم بملاحظة الاداء اولا وحساب الدرجات ثانيا .

التسجيل :درجة المختبر هي:اقصى نقطة على القياس يصل اليها المختبر من وضع ثني الجذع اماما اسفل .الشكل رقم(:) يوضح ذلك.



شكل (٥)

يبين مراحل اداء اختبار ثني الجذع من الوقوف

٣-٨ المنهج التعليمي:

تم الاستناد على المراجع العلمية في اعداد المنهج التعليمي بالحاسوب الالي و تم عرضه على المختصين المشار اليهم سابقاً في مجال السباحة والتعلم الحركي وطرق التدريس وذلك للتأكد من مدى صلاحيته، وتم مراعاة الأسس الآتية عند وضع المنهج التعليمي:

١- أن تناسب المنهج التعليمي مع العمر العقلي والزمني لأفراد العينة.

٢- ان تناسب المنهج مع خصوصية العينة.

٣- أن يعمل المنهج التعليمي قدر الإمكان على تحقيق الأهداف التي وضع من أجلها.

٤- مراعاة مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب في تعلم المهارات السباحة الحرة.

وقد اِشتمل المنهج التعليمي على (١٨) وحدة تعليمية بواقع (٣) وحدات تعليمية في الاسبوع في أيام (الاحد، الثلاثاء، الخميس) وبلغ زمن الوحدة التعليمية الواحدة (٦٠) دقيقة، فقد قام مدرس السباحة بتدريس مجموعتي البحث التجريبية الاولى والثانية وبمساعدة مترجم لغة الاشارة [*] التي قام بترجمة شرح الى لغة الاشارة، واستخدم في تعلم المجموعة التجريبية الاولى بالتسلسل والتدرج من السهل الى الصعب (برامج الكمبيوتر سواء باستخدام الصور الثابتة ثم الصور المتحركة وبعد ذلك شرائط الفيديو المحملة على الحاسوب الآلي المنسوخة على الأقراص المضغوطة (DVD)، وتم عرضها للطلاب على شاشة عرض (داتاشو) في القسم الرئيسي في النشاط التعليمي لمدة (١٥ دقيقة) علي جهاز الحاسوب إلآلي وقد تم إدخال شريط الفيديو التعليمي وبلغة الكوردية إلى جهاز الحاسوب الالي باستخدام الأقراص المضغوطة (DVD) وباستخدام برنامج ويندوز ميديا بلاير، كما تم ادخال الصور الثابتة عن طريق جهاز الماسح الضوئي (سكانر)، كما قام الباحثان بترتيب بعض الصور الثابتة للعرض وصور متحركة على برنامج البوربيونت.

في حين تم تعلم المجموعة التجريبية الثانية باستخدام الطريقة المتبعة (الشرح بلغة الاشارة والنموذج المرئي من قبل المدرس) واستمر التدريس على مدار(٤٥) يوماً للعام الدراسي (٢٠١٣-٢٠١٤) وفقاً للمنهج التعليمي المعدة من قبل الباحثان، كما في الملحق (٤)(٥).

٣-٩ التجربة الإستطلاعية :

تم اجراء تجربة استطلاعية خاصة بالقدرات البدنية بمساعدة فريق عمل مساعدفي يوم الاحد الموافق (٢٠١٣/٩/١) وفي تمام الساعة (٩) صباحاً على (٤) طلاب من مجتمع البحث وخارج عينة البحث وكان الهدف منها:

---

[*] ريبوارعبدالعزيزخالد مترجملغةالاشارة / مديريةرعايةالمعاقين / محافظةاربيل

– التعرف على الوقت اللازم لاجراء التجربة.
– تلافي الأخطاء والمعوقات التي قد تظهر عند اجراء التجربة.
– التعرف على مدى كفاءة فريق العمل المساعد في إجراء التجربة .
– التاكد من مدى صلاحية الأجهزة والأدوات المستعملة في البحث وسلامتها.
– مراعاة السلامة والامان للعينة.

٣-١٠ إجراءات التجربة الرئيسة:

٣-١٠-١ الاختبارات القبلية:

– تم اجراء الاختبارات القبلية للقدرات البدنية في يوم الجمعة بتاريخ (٢٠١٣/٩/١٣) في تمام الساعة (٩) صباحاً في القاعة الداخلية في المركز الرياضي (sport center(4 in 1) لمجموعتى البحث.

– تم تقويم الاداء الفني للسباحة الحرة في يوم السبت (٢٠١٣/٩/١٤) في تمام الساعة (٩) صباحاً في حوض سباحة مغلق داخل المركز الرياضي (sport center(4 in 1) من خلال تصوير الاداء كل متعلم ولمسافة (١٢.٥) م وبأشراف الباحثان وبالتعاون مع فريق العمل ، لمجموعتى البحث وذلك بعد مرور (٣) وحدات تعريفية من خارج المنهج، الوحدة الاولى في يوم الاحد الموافق (٢٠١٣/٩/٨) والوحدة الثانية في يوم الثلاثاء الموافق (٢٠١٣/٩/١٠) والوحدة الثالثة في يوم الخميس الموافق (٢٠١٣/٩/١٢) اذ تم ادخالهم في الوسط المائي والتحسس بالماء .

٣-١٠-٢ تنفيذ التجربة الرئيسة : تم تطبيق تجربة البحث الرئيسة في يوم الاحد الموافق (٢٠١٣/٩/١٥) ولغاية يوم الخميس الموافق (٢٠١٣/١٠/٣١)، وبواقع (١٨) وحدة تعليمية في (٦) أسابيع، وبواقع (٣) وحدات بالاسبوع في أيام (الاحد، الثلاثاء، الخميس)، وتم الانتهاء من تنفيذ التجربة يوم الخميس الموافق (٢٠١٣/١٠/٣١) ،وقف التجربة الرئيسية لمدة اسبوع لمصادفته ابعيد الاضحى المبارك الموافق (١٢-٢٠١٤/١٠/١٨) وتم تعويض عليها.

٣-١٠-٣ الاختبارات البعدية: – بعد الأنتهاء من تطبيق التجربة الرئيسة تم اجراء الاختبارات البعدية للقدرات البدنية في يوم الاحد بتاريخ (٢٠١٣/١١/٣) في تمام الساعة (٩) صباحاً في القاعة الداخلية للمركز الرياضي (sport center(4 in 1). مع مراعات الظروف المكانية والزمانية نفسها في الاختبارات.

– وتم تقويم الاداء الفني للسباحة الحرة من خلال تصوير الاداء كل متعلم ولمسافة (١٢.٥م) وبأشراف الباحثان وبالتعاون مع فريق العمل في يوم الاثنين بتاريخ (٢٠١٣/١١/٤) في تمام الساعة (٩) صباحاً.

٣-١١ الوسائل الاحصائية:

١- الوسط الحسابي
٢- الانحراف المعياري
٣- النسبة المئويه

٤- معامل الارتباط البسيط

٥- اختبار (ت)

باستخدام الحزمة الإحصائي (spss).

٤- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

٤-١ عرض وتحليل نتائج إختبارات الأداء الفني لمجموعتي البحث ومناقشتها.

٤-١-١ عرض وتحليل نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث في الأداء الفني.

الجدول (٧)

يبين المعالم الاحصائية للاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث في الاداء الفني (درجة)

المعاليم الاحصائي المجموعة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (T) المحسوبة	الاحتمالية sig	الدلالة الاحصائية
	سَ	±ع	سَ	±ع			
التجريبية الاولى	w		w		*w		معنوي
التجريبية الثانية	w		w		*w		معنوي

* معنوي عند نسبة خطأ ≤ من (٠.٠٥)

تبين الجدول (٧) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاولى في الاداء الفني، اذ بلغت قيمة (T) المحسوبة (w)، وهي اصغر من مستوى الدلالة (٠.٠٥)، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية ولمصلحة الاختبار البعدي، وهذا يحقق الجزء الاول من الفرض الاول.كما تبين من نفس الجدول وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية في الاداء الفني، اذ بلغت قيمة (T) المحسوبة (w)، وهي اصغر من مستوى الدلالة (٠.٠٥)، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية ولمصلحة الاختبار البعدي. وهذا يحقق صحة الفرض الاول.

٤-١-٢ عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث في الاداء الفني

الجدول (٨)

يبين المعالم الاحصائية للاختبار البعدية بين مجموعتي البحث في الاداء الفني

المجموعة	سَ	±ع	قيمة (T) المحسوبة	الاحتمالية sig	الدلالة الاحصائية
التجريبية الاولى		Q	Q * Q	Q	معنوي
التجريبية الثانية		Q			

* معنوي عند نسبة خطأ ≤ من (٠.٠٥)

تبين الجدول (٨) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية الاولى والتجريبية الثانية في الاداء الفني، اذ بلغت قيمة (T) المحسوبة ( )، وهي اصغر من مستوى الدلالة (٠.٠٥)) وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية ولمصلحة المجموعة التجريبية الاولى، و هذا يحقق الجزء الاول من الفرض الثاني للبحث.

٤-٢ عرض نتائج اختبارات القدرات البدنية لمجموعتي البحث.

٤-٢-١ عرض وتحليل نتائج اختبارات القدرات البدنية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبيةالاولى.

الجدول (٩)

يبين المعالم الاحصائية للاختبارين القبلي والبعدي لقدرات البدنية للمجموعة التجريبية الاولى

ت	المعاليم الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية الاولى				قيمة (T) المحسوبة	الاحتمالية sig	الدلالة
			الاختبار القبلي		الاختبار البعدي				
			سَ	+ع	سَ	+ع			
١	القوة الانفجارية لعضلات الرجلين	سم					*		معنوي
٢	القوة الانفجارية لعضلات الذراعين	سم	٣٦٢		٤٥٠		*		معنوي
٣	القوة المميزة بالسرعة	عدد	w		w		*		معنوي
٤	القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن	عدد	w		w		*w		معنوي
٥	المرونة	سم	sig		w		*١٠.٦١٤		معنوي

*معنوي عند نسبة خطأ ≤ من (٠.٠٥)

تبين الجدول (٩) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاولى في متغيرات القدرات البدنية، اذ ان جميع قيم (T) المحسوبة اصغر من مستوى الدلالة (٠.٠٥)، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية ولمصلحة الاختبار البعدي، و هذا يحقق الجزء االثاني من الفرض الاول للبحث.

٤-٢-٢ عرض وتحليل نتائج اختبارات القدرات البدنية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية.

الجدول (١٠)

يبين المعالم الاحصائية للاختبارين القبلي والبعدي في القدرات البدنية للمجموعة التجريبية الثانية

ت	المعاليم الاحصائية	وحدة	المجموعة التجريبية الثانية	قيمة (T)	الاحتمالية	الدلالة

	المتغيرات	القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		المحسوبة	sig	
			سَ	+ع	سَ	+ع			
١	القوة الانفجارية لعضلات الرجلين	سم					*		معنوي
٢	القوة الانفجارية لعضلات الذراعين	سم	٣٢٤	□	٣٦٠	□	*		معنوي
٣	القوة المميزة بالسرعة	عدد	w		w		*		معنوي
٤	القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن	عدد	sig		w		*		معنوي
٥	المرونة	سم	sig		sig		* □		معنوي

* معنوي عند نسبة خطأ ≤ من (٠.٠٥)

تبين الجدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية في متغيرات القدرات البدنية، اذ ان جميع قيم (T) المحسوبة اصغر من مستوى الدلالة (٠.٠٥)، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية ولمصلحة الاختبار البعدي، و هذا يحقق الجزء االثاني من الفرض الاول للبحث.

٤-٢-٣ عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية في القدرات البدنية بين المجموعتين التجريبية الاولى والتجريبية الثانية.

الجدول (١١)

يبين المعالم الاحصائية للاختبار البعدي بين مجموعتي البحث في القدرات البدنية

ت	المعاليم الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار البعدي				قيمة (T) المحسوبة	الاحتمالية sig	الدلالة
			المجموعة التجريبية الاولى		المجموعة التجريبية الثانية				
			سَ	+ع	سَ	+ع			
١	القوة الانفجارية لعضلات الرجلين	سم		□			*		معنوي
٢	القوة الانفجارية لعضلات الذراعين	سم	٤٥٠	□	٣٦٠	□	*		معنوي

٣	القوة المميزة بالسرعة	عدد	w		w		*		معنوي
٤	القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن	عدد	w		w		*		معنوي
٥	المرونة	سم	w		sig		*		معنوي

* معنوي عند نسبة خطأ ≤ من (٠.٠٥)

تبين الجدول (١١) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية الثانية والتجريبية الاولى في متغيرات القدرات البدنية، اذ ان جميع قيم (T) المحسوبة اصغر من مستوى الدلالة (٠.٠٥)، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية ولمصلحة المجموعة التجريبية الاولى. و هذا يحقق الجزء االثاني من الفرض االثاني للبحث.

٤-٣ مناقشة النتائج :

٤-٣-١ مناقشة نتائج الاداء الفني في المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث .

تبين من الجدول (٧) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختباريالقبلي والبعدي لطلاب المجموعة التجريبية الاولى في تعلم الاداء الفني للسباحة الحرة، ولصالح الاختبار البعدي ويعزو ذلك الى :

١- التأثير الأيجابي والفعال للمنهج الحاسوب الالي حيث تناسب محتواه واهدافه مع خصوصية طلاب ذوي الاعاقة السمعية، اذ ان استخدام (الرسوم الثابتة والمتحركة والافلام) بالحاسوب الالي والمصحوبة بشرح بلغة الاشارة زادت تفاعل الطالب مع المنهج التعليمي، كما انه ساهم في ادراك الطالب مع المنهج التعليمي لذا تم تنفيذ تلك التمارين بشكل سليم وخال من الخوف من الماء.

٢- ان المنهج الحاسوب الالي راعى التدرج في عملية التعلم وهذا ساهم في زيادة الرغبة ودافعية الطلاب في الوصول الى اعلى مستوى من الاداء الفني.

٣- ان المنهج الحاسوب الالي وفر للطلبة نوعاً من التغذية الراجعة المرتدة حيث ساهم ذلك في زيادة الاستيعاب لاجزاء المهارة وكذلك اختصار زمن التعلم والتامل وسرعة الفهم وتصحيح الاخطاء بحيث يقف المتعلم في موقف ايجابي في التعلم اذ يشير (القط،٢٠٠٠) الى"ان استخدام الوسائل التعليمية والادوات المساعدة من العوامل الهادفة بالعملية التعليمية حيث انها جزءاً هاماً للارتقاء بتعليم مهارات السباحة، حيث انها تساعد المتعلم على اكتساب المهارات الحركية اكتساباً كاملا وتساعد على التغلب على عامل الخوف واختصار الزمن المخصص لكل مرحلة تعليمية واثارة الدافعية لعملية التعلم وتسهيل امكانية تعلم الحركات الصعبة".(القط،٢٠٠٠) ٤٧)

ويضيف (عبدالحميد،٢٠٠٠) على ان الحاسوب الالي يعمل على تزويد المتعلمين بعمليات تغذية الراجعة تفيد في تحسين عمليات التعليم والتعلم مما يؤدي الى الأداء الأمثل.(عبدالحميد،٢٠٠٠. ١٧)

ويؤكد (المحاميد، ٢٠٠٧)في ان استخدام البرنامج الحاسوب للصور والأفلام التوضيحية بهدف أعطاء الطالب تصور حركي مسبق للاداء قبل تنفيذه يسمح للطالب بفهم الحركة نظريا، ومن ثم تطبيقها بالشكل

الصحيح للتقليل من اخطاء الأداء.(المحاميد، ٢٠٠٧. ٦٧) وهذا ما اوصى به (معن،٢٠٠٦)إذ ذكر استخدام الحاسوب في التعليم يزيد من قدرات الطلبة على تعلم المهارات الحركية نتيجة للتغذية الراجعة الفورية، التي تتيح للمتعلم الإنتقال من خطوة الى خطوة حسب قدراته ورغبته، وهذا يؤدي الى عدم الشعور بالملل والوصول الى أفضل مستوى .(معن، ٢٠٠٦. ٣٢)

كما تبين من الجدول (٧) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختباريناالقبلي والبعدي لطلاب المجموعة التجريبية الثانية في تعلم الاداء الفني للسباحة الحرة، ولصالح الاختبار البعدي ويعزو ذلك الى ان الطريقة المتبعة في التعليم والمتمثلة في الشرح بلغة الاشارة من خلال اعطاء فكرة واضحة عن كيفية الأداء الصحيح، وكذلك عمل نموذج لمهارة سباحة الحرة المراد تعليمها بواسطة المدرس، ثم اداء مجموعة من التمارين المتدرجة من السهل الى الصعب ومن البسيط الى المركب ثم الممارسة والتكرار من جهة الطلاب، ثم التغذية الرجعية من جانب المدرس وتصحيح الخطاء وتوجيههم وهذا يتيح للطلاب فرصة التعلم بصورة سليمة مطابقة للأداء الفني للسباحة الحرة ومن ثم فهي تؤثر تأثيراً ايجابياً في كفاءة الأداء الفني لسباحة الحرة.

وهذا يتفق مع ما اشار اليه كلا من (وفيقة،٢٠٠٧(٦٣)و(مهدي،٢٠٠٢(٥٨) في ان تعديل سلوك المتعلم يكون مرتبط بالممارسة والتمرين حتى يحدث التكيف في المواقف الجديدة.

فضلاً عن ان التعليم بشكل الجماعي آثار دافعية الطلاب للتنافس فيما بينهم لابراز تفوق كل منهم على الاخر، مما يؤدون كل من الطفو والانزلاق وضربات الرجلين وحركات الذراعين والتنفس والربط والتوافق بافضل شكل ممكن، حيث تتميز هذه الطريقة بان المدرس هو الذي يتخذ القرارات، وان دور الطلاب هو الاداء حسب النموذج الذي يقدم امامه، فضلاً عن ان الطلاب تعودوا على ان تلقي المعلومات من المدرس وتعلم المهارة عن طريق المدرس الذي يقوم بكل شيء، ويقف الطلاب كمتلقي للمعلومات فقط ومقلّداً للنموذج.

ويتفق ذلك مع نتائج دراسات (محمد،٢٠٠٣ ٦٥)و(مايسة،٢٠٠٦ ٧٤) و(احمد،٢٠٠٥) ٨٨) والتي يشير الى أهمية الطريقة المتبعة (الشرح اللفظي والنموذج العملي) والتي لايمكن اغفالها حيث انها ساهمت مساهمة ايجابية في التعلم.

٤-٣-٢ مناقشة نتائج الاداء الفني في الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث.

تبين من الجدول (٨) وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث في الاداء الفني ولصالح المجموعة التجريبية الاولى، ويعزو ذلك التفوق الى:

١- تأثير الايجابي والفعال لمنهج التعليمي باستخدام الحاسوب الالي الذي عمل على مساعدة المتعلم في فهم واستيعاب الأجزاء التفصيلية للمهارة وذلك من خلال عرض المهارة ببطء وعرضها متسلسلة في اجزاء بطريقة سهلة مما مكن المتعلم من إدراك واستيعاب تفاصيل المهارة بشكل جيد.

٢- فضلاً عن ان المنهج التعليمي بالحاسوب الالي ساهم في زيادة تعلم المهارة اذ تم الاعتماد على مبدأ تجزئة المهارة وتقطيعها ومشاهدتها، ولمراحلها الفنية والتدرج في تعلمها من السهل إلى الصعب، ومن ثم أدائها

كاملة والذي اعطت للطلاب التصور الحركي الصحيح لكل من وضع الجسم وضربات الرجلين وحركات الذراعين وخاصة تقسيم المرحلة الاساسية من دخول ومسك وشد ودفع وتخلص وكذلك المرحلة الرجوعية والتنفس والربط والتوافق، وهذا يتفق مع دراسة كل من (رشيد، ٢٠٠٣ ٣٧-٤٦)ودراسة (عثمان وهشام، ٢٠٠٣ ٧٢-٧٨)، وتفوق المجموعة التجريبية الاولى المستخدمة لبرنامج الرسوم المتحركة على المجموعة التجريبية الثانية المستخدمة للطريقة التقليدية، حيث ان الرسوم المتحركة تجذب انتباه المتعلم وتؤدي الى سهولة وسرعة التعلم وتراعي الفروق الفردية.

كما ان المنهج التعليمي اكد على زيادة التشويق والاثارة والتنوع في التمرين وهذا ساهم في زيادة نسبة الدافعية لدى الطلاب في تعلم المهارات السباحة الحرة ، وهذا يتفق مع (عبدالحميد، ٢٠٠٠ ١٩) في إن الحاسب الالي ساعد على زيادة دافعية المتعلمين نحو تعلم المهارات الحركية مهما بلغت صعوبتها وازالة عامل الخوف والرهبة من هذه الحركات.

٤-٣-٣ مناقشة نتائج المقارنةبين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحثفي القدرات البدنية.

تبين من الجدولان (٩ ١٠) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لطلاب مجموعة البحث في القدرات البدنية، ولصالح الاختبار البعدي ويعزو ذلك الى:

١- ان المنهج التعليمي بني على أسس علمية سليمة حيث تضمن على عدد التمارين التعليمية التي ساهمت في جذب دوافع الطلاب للمشاركة والتفاعل والتغلب على الخوف من الوسط المائي كون ان هذه التمارين تمت في منطقة ضحلة وهذا زاد من نسبة الشعور بالآمان عند ممارستها اذ يشير(Counsilman,1997)، بأن العوامل النفسية لها اثر إيجابي في سرعة تعلم مهارات السباحة، وان تكرار تلك المهارات داخل الماء وبالتنافس فيما بينهم ادى الى تطور القدرات البدنية. (Counsilman,1997,77)

٢- ان محتوى المنهج التعليمي بالحاسوب الالي له مساهمة الحركي للطلاب في ممارسة التمارين في الوسط المائي وهذا ساعد على بث روح التشويق والاثارة من جهة وعلى زيادة دافعية التعلم من جهة آخرى والتخلص من التوتر.

فضلاً عن ان طلاب هذه المرحلة يميلون الى ممارسة الانشطة التي تتطلب مجهود بدني لانجازها وذلك لاثبات وجودهم والتحسس بذاتهم اذ يشير (شلش وعبدالهادي، ٢٠٠٦) الى أهم شروط التعلم الحركي هو وجود الدافع للتعلم إذ انه" حالة من حالات التوتر الناتجة عن حاجات أساسية تدفع الفرد أو الطفل لممارسة وتعلم مهارة ما.(نجاح ومازن، ٢٠٠٦. ٩١)

٤-٣-٤ مناقشة نتائج المقارنةفي الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث في القدرات البدنية.

تبين من الجدول (١١) وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين طلاب مجموعتي البحث في القدرات البدنية ولصالح المجموعة التجريبية الاولى، ويعزو ذلك الى فعالية المنهج الحاسوب الالي اذ انه سهل من عملية فهم الاجزاء التفصيلية للمهارات المطلوب تعلمها وادراكها، وذلك من خلال التدرج الواضح في

عرض وشرح المهارة، اذ اكدت المصادر العلمية على ان استخدام الصور التوضيحية لاجزاء المهارة تسهم في فهم وادراك واستيعاب المهارة (عادل،٢٠٠٠ 3٩٥)، كما ان تهيئة كافة الظروف والاجواء التعليمية المناسبة مع ادخال تقنية حديثة وتوظيفها في عملية تعلم المهارات الرياضية كان له الاثر الكبير والايجابي في تطور افراد المجموعة التجريبية الاولى.

فضلاً عن ان الحاسوب الآلي ادى الى تنشيط عملية توصيل المعلومات بشكل واضح، بهيكل الحركة وتكوينها، مما جعل عملية التعلم اكثر فاعلية وايجابية، وهذا ما ادى الى زيادة التكرار وممارسة السباحة لديهم. وهذا يتفقمع ما اشار اليه (عبد السميع وآخرون، ٢٠٠١) " ان المشاهدة المتكررة وتنوع مصادر التعلم تضفي حيوية وبعدا جديدا لعملية التعلم وتنقل اللاعب من جو التعلم التقليدي الى حالة من التشويق والانجذاب نحو التعلم".(عبد السميع وآخرون، ٢٠٠١" ١٣١)

كما ان ممارسة السباحة الحرة التي تتكون من حركات وضع الجسم وحركات الرجلين والذراعين داخل الماء وتوافق حركة الرجلين والذراعين معا من اجل تحقيق افضل قوة ممكنة للامام أدى إلى زيادة التمرين الفعلية عن طريق الإعادة والتكرار الأمر الذي أدى إلى زيادة الحركة والنشاط وبالتالي إلى تطور أكثر في القدرات البدنيةوهذا يتفق مع (محمد، ١٩٩٩) " بأن التمرينات التعليمية أو التدريبية يقاس نجاحها بمدى التقدم الذي يحققه المتعلم الرياضي في نوع النشاط الممارس من خلال المستوى المهاري والبدني والفسيولوجي وهذا يعتمد على التكيف الذي يحققه المتعلم مع المنهج الذي يطبقه".(محمد، ١٩٩٩ (١٢)

٥- الاستنتاجات والتوصيات:

٥-١ الاستنتاجات :

١- فاعلية المنهج التعليمي باستخدام الحاسوب الآلي في تعلم السباحة الحرة، وتنمية بعض القدرات البدنية لطلاب الصم البكم باعمار (١٣-١٥) سنة.

٢- تفوق منهج الحاسوب الآلي في الاختبار البعدي في تعلم السباحة الحرة، وبعض القدرات البدنية عند طلاب الصم البكم باعمار (١٣-١٥) سنة.

٣-تفوق منهج بدون الحاسوب الآلي في الاختبار البعدي في تعلم السباحة الحرة، وبعض القدرات البدنية عند طلاب الصم البكم باعمار (١٣-١٥) سنة.

٤- تفوقت المجموعة التجريبية الاولى التي استخدمت (الحاسوب الآلي)على المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت الطريقة المتبعة (الشرح اللفظي والنموذج المرئي) في تعلم السباحة الحرة، وتنمية بعض القدرات البدنية لطلاب الصم البكم باعمار (١٣-١٥) سنة.

٥-٢ التوصيات :

١- تطبيق المنهج التعليمي باستخدام الحاسوب الآلي على الطلاب الصم البكم باعمار (١٣-١٥) سنة في كل معاهد ذوي الاحتياجات الخاصة لما له من تاثير الايجابي وفعال في تعلم السباحة الحرة.

٢- ضرورة استخدام الحاسوب في المراكز التعليمية لذوي الاعاقة السمعية ولكل الفعاليات الرياضية لغرض الاقتصاد بالوقت والجهد من قبل القائمين بالعملية التعليمية والتدريبية في عرض النماذج (الحية) المثالية للأداء الصحيح.

٣- استخدام وسائل تعليمية بصرية كالصور المتسلسلة والشرح بلغة الاشارة في حالة غياب توفير الحاسوب الآلي لما لها من تأثير إيجابي في عملية التعلم.

٤- سات مشابهة للدراسة الحالية وعلى فئات عمرية آخرى في تعلم سباحة (الظهر والصدر والفراشة)، ومقارنة نتائجها بالدراسة الحالية.

٥- وضع منهج درس تربية رياضية بمادة السباحة في معاهد الاعاقة السمعية مع اعداد كوادر متخصصة تجيد لغة الاشارة.

المصادر :

١. احمد عفت قرشم ومصطفى عبد السميع محمد؛ مها رات التدريس لمعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة النظرية والتطبيق ١: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٤).

٢. أحمد منصور؛ تطبيقات الكمبيوتر في التربية سلسلة تكنولوجياالتعليم : (١: (المنصورة، دار الوفاء،١٩٩٧).

٣. احمد يوسف سعدالدين؛ تاثير استخدام تكنولوجيا التعليم في تعلم بعض المهارات الحركية والمعرفية في كرة السلة : (رسالة ماجستير غيرمنشورة، جامعة حلوان / كلية التربية الرياضية للبنين، ٢٠٠٥).

٤. اسامة كامل راتب؛ تعليم السباحة : (٣:(القاهرة ، دار الفكر العربي،١٩٩٩).

٥. آمال جابر متولي و مها محمد أمين؛ تأثير برنامج بإستخدام تكنولوجيا الحاسوب على مستوى التحصيل المعرفي لمفهوم الحركات الرياضية ومستوياتها المختلفة لدى طلاب قسم التربية الرياضية جامعة البحرين، (بحث منشور،جامعة البحرين/كلية التربية الرياضية،٢٠٠٤).

٦. جمال الجمسي؛ تأثير برنامج رياضي مقترح على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والنفسية لدى الصم البكم :(اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة الزقازيق، كلية التربية الرياضية للبنين، ١٩٩١)

٧. حتم صابر قادر خوشناو؛ تأثير منهج تعليمي في تعلّم سباحتي (الحرة والظهر) وتطوير بعض القدرات الحس- حركية وسلوك التكيف الاجتماعي للأطفال ذوي متلازمة داون بأعمار (١٢-١٥) سنة : (أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة كويه / كلية التربية الرياضية،٢٠٠٩).

٨. حنفي محمود مختار؛ مدرب كرة القدم ٣: (القاهرة ،دار الفكر العربي، ١٩٨٨).

٩. خالدة ابراهيم النعيمي؛ البرامج الحركية للاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة .ط: (٢٠١٠).

١٠. ديوبولد فان دالين ؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، (ترجمة) محمد نبيل نوفل وآخرين، ط٢: (القاهرة، مكتبة الانجلو ، ١٩٨٥).

١١. رشيد عامر محمد عامر؛ اثر برنامج تعليمي باستخدام الرسوم المتحركة على تعلم بعض المهارات الاساسية لناشيء كرة القدم: (انتاج علمي، مجلة بحوث التربية الرياضية، جامعة الزقازيق/ كلية التربية الرياضية للبنين، عدد٦٢ ٢٠٠٣).

١٢. رياض بن احمد إبراهيم زيلعي؛ أثر استخدام أحد برامج الحاسب الآلي على تعلم قواعداللغة الإنجليزية لطلاب الصف الأول ثانوي بمدينة : (رسالة ماجستير منشورة، جامعة ام القرى/ كلية التربية، ٢٠٠٦).

١٣. السعيد علي ندا ؛ الرياضات المائية ١: (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٧٢).

١٤. شيرين لعيبي؛ دراسة مقارنة بين (الصم والبكم) والاصحاء بمستوى تعلم بعض المهارات الاساسية في لعبة الكرة الطائرة: (مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، المجلد٢٢، العدد١، السنة ٢٠٠٨).
١٥. عادل فاضل علي؛ تأثير استخدامات انظمة قواعد المعرفة في برامج التعلم بالنموذج الرمزي لتعلم المهارات الهجومية بالمبارزة :(اطروحة دكتوراه غيرمنشورة، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٠).
١٦. عادل فوزي جمال ؛ السباحة للاطفال والناشئين : (القاهرة ، ب.: (١٩٩٦).
١٧. عادل فوزي جمال؛ اعداد الطفل للسباحة مرشد المعلم :(المؤتمر العلمي للتربية البدنية و الرياضية بين النظرية والتطبيق، القاهرة ، كلية التربية الرياضية للبنين، ١٩٩٩).
١٨. عبدالحميد شرف؛ تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية ١ :(القاهرة، مركز الكتاب للنشر،٢٠٠٠).
١٩. عبد الرزاق كاظم ؛ أثر منهج مقترح للقوة العضلية الخاصة في تطوير أداء بعض مهارات المتطلبات الخاصة على بساط الحركات الأرضية :(أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ١٩٩٩).
٢٠. –عبدالسميع محمد وآخرون ؛ الاتصال والوسائل التعليمية، ط١: (القاهرة، مركز كتاب للنشر، ٢٠٠١).
٢١. عبدالله عمرالفرا؛ بعض النهج المستخدمة في التعليم بواسطة الحاسب الآلي: (مجلة تكنولوجيا التعليم ، المركز العربي للتقنيات التربوية ، العدد ١٥ ، السنة الثامنة، ١٩٨٥).
٢٢. عبد المطلب أمين القريطي؛ سيكولوجية ذوى الاحتياجات الخاصة وتربيتهم ١: (القاهرة ، دارالفكر العربي، ١٩٩٦).
٢٣. عثمان مصطفى عثمان، هشام محمد عبدالحليم؛ اثر برنامج تعليمي باستخدام الرسوم المتحركة بواسطة الحاسب الالي على تعلم بعض المهارات الحركية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الاساسي: (انتاج علمي، مجلة نظريات وتطبيقات، جامعة الاسكندرية / كلية التربية الرياضية للبنين، عدد٤٨/ ٢٠٠٣).
٢٤. عصام حسن كاظم؛ اعداد حقيبة تعليمية لمادة السيطرة بواسطة الحاسبة: (رسالة ماجستيرغير منشورة،جامعة التكنلوجية/قسم المدرسين،الصناعين،١٩٩٠).
٢٥. علي البيك(وآخرون) ؛ اتجاهات حديثة في تعليم السباحة ط٢: (القاهرة،منشأةالمعارف،١٩٩٨).
٢٦. علي توفيق(وأخرون)؛ السباحة (١ : (القاهرة ، مطبعة دارالمعارف، ١٩٧٠).
٢٧. علي سلوم جواد الحكيم ؛ الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي .ط:(جامعة القادسية ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، الطيف للطباعة ٢٠٠٤).
٢٨. قاسم حسن حسين ؛ تعلم قواعد اللياقة البدنية .ط :(عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، ١٩٩٨).
٢٩. قيس ناجي عبد الجبار ، بسطويسي احمد ؛ الاختبارات والقياس ومبادء الاحصاء في المجال الرياضي ١: (جامعة بغداد، مطبعة جامعة بغداد ، ١٩٨٤).
٣٠. كمال اسكندر؛ التعليم بمساعدة الحاسوب بين التأكيد والمعارضة : (مجلة تكنولوجيا التعليم ، المركز العربي للتقنيات التربوية ، العدد ١٥ ، السنة الثامنة، ١٩٨٥).
٣١. ماجد سليم صالح؛ أثربرنامج تعليمي باستخدام الحاسوب لتنمية المهارات الاساسية وبعض الصفات البدنية في كرة السلة للمعاقين سمعياً: (اطروحة دكتوراه منشورة، جامعة الاردنية/ كلية الدراسات العليا، ٢٠١١).
٣٢. مايسة محمد عفيفي؛ فاعلية استخدام الهيبرميديا على تعلم سباحة الزحف على الظهرللطالبات المبتدئيات: (رسالة ماجستيرغير منشور، جامعة الزقازيق / كلية التربية الرياضية للبنات، ٢٠٠٦).
٣٣. المحاميد سرين؛ أثر حوسبة مهارات حركية رياضية مختارة على اتجاهات طلبة الصف التاسع الأساسي نحو استخدام الحاسوب في تدريس مادة التربيةٌ الرياٌضيةٌ:(رسالة ماجستيرغير منشور، الجامعة الأردنية عمان، الأردي،٢٠٠٧).
٣٤. محمد حسن حسن رخا؛ وضع برنامج باستخدام الهيبرميديا لتعلم سباحة الزحف على البطن للمبتدئين: (رسالة ماجستير غير منشور، جامعة قناة السويس/ كلية التربية الرياضية ببور سعيد، ٢٠٠٣)
٣٥. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ اختبارات الأداء الحركي ٢: (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٨٢).

٣٦. محمد على أحمد القط؛ وظائف اعضاء التدريب، مدخل تطبيقي : (١: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩).
٣٧. محمدعلي احمدالقط ؛ المبادئ العلمية للسباحة .ط: (جامعة الزقازيق ،١٩٩٩).
٣٨. محمدعلي احمدالقط ؛ السباحة بين النظرية والتطبيق ٢: (الزقازيق،مكتب العزيزي للكمبيوتر،٢٠٠٠).
٣٩. محمد علي كامل؛ لغة الإشارة للقائمين على رعاية الصم .ط:(القاهرة، مكتبة النهضة المصرية،١٩٩٩).
٤٠. محمد محمد أبوهاشم؛ تأثير برنامج تدريبي لتحسين الكفاءة الوظيفية للجهاز الدهليزي على التوازن الديناميكي ودقة التصويب للاعبي كرة القدم من الصم البكم : (رسالة ماجستير منشورة، جامعة الزقازيق/ كلية التربية الرياضية للبنين،٢٠٠٧).
٤١. مروان عبد المجيد إبراهيم ؛ الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبار والقياس في التربية الرياضية ١ عمان : (دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، ١٩٩٩).
٤٢. مصباح ابراهيم جعفر؛ السباحة لذوي الاحتياجات الخاصة ١: (الاتحاد العربي السوري للرياضات الخاصة ،٢٠٠٣).
٤٣. معن احمد الشعلان؛ أثر التعلم المبرمج باستخدام الحاسوب على تحسين مستوى الأداء لبعض مهارات التمريرة والتصو يب في كرة اليد :(رسالة ماجستيرغير منشور، الجامعة الأردنية، ٢٠٠٦) .
٤٤. مفتي إبراهيم حماد؛ التدريب الرياضي الحديث تخطيط تطبيق ومبادئه) ١٠ :(القاهرة، دار الفكر العربي، ، ١٩٩٨).
٤٥. مقداد السيد جعفر و حسن السيد جعفر؛ السباحة الاولمبية الحديثة ١: (بغداد، مكتبة زاكي للطباعة ، ٢٠٠٦).
٤٦. منار خيرت علي أحمد؛ تأثير برنامج تعليمي باستخدام الرسوم المتحركة على تعلم سباحة الزحف على البطن للمبتدئين:(أطروحة دكتوراه منشورة، جامعة الزقازيق /كلية التربية الرياضية للبنات،٢٠١٠).
٤٧. مهدي محمود سالم ؛ تقنيات ووسائل التعلم) ١: (القاهرة ، دار الفكر العربي،٢٠٠٢).
٤٨. مواهب حميد نعمان ؛ التمرينات الارضية البدنية والمشابهة واثرها في تعلم سباحة الصدر: (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد / كلية التربيه الرياضيه للبنات ، ٢٠٠٠).
٤٩. مواهب حميد نعمان ؛ تأثير التغذية الراجعة الدقيقة والعامة المتكررة في تعليم واحتفاظ السباحة الحرة : (أطروحة دكتوراه منشورة، جامعة بغداد/ كلية التربية الرياضية للبنات ، ٢٠٠٦) .
٥٠. ناهدة الدليمي؛ إستخدام الحاسوب في المجال الرياضي: (المنتدى الرياضي، الأكادمية الرياضية العراقية، جامعة بابل/ كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٨).
٥١. نجاح مهدي شلش ومازن عبد الهادي ؛ مبادئ التعلم الحركي ١:(بغداد، مطبعة، دار ألوان للطباعة والنشر ٢٠٠٦).
٥٢. وجيه محجوب واحمد بدري؛ نظريات التعلم والتطور الحركي ٢: (بغداد، دار الكتب والوثائق، ٢٠٠٠).
٥٣. وسام توفيق حمادي البياتي؛ تأثير منهج باستخدام الحاسوب في تعليم الاداءالمهاري والمعرفي لبعض المهارات الاساسية بكرةالقدم: (رسالة ماجستيرمنشورة، جامعة بابل/كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٥).
٥٤. وفيقة مصطفى حسن سالم؛ الرياضات المائية،أهدافها–طرق تدريسها–أسس تدريبها–أساليب تقويمها؛ ط١: (الاسكندرية، منشاة المعارف، ١٩٩٧).
٥٥. وفيقة مصطفى حسن سالم؛ تكنولوجيا التعليم والتعلم في التربية الرياضية : (١: (الاسكندرية، منشأة المعارف،٢٠٠٧)
٥٦. يعرب خيون؛ تقويم الوسائل المساعدة في التدريب على اجهزة الجمباز : (مجلة دراسات ، وقائع المؤتمر الرياضي العلمي الثاني ، عدد خاص ٢ ١٩٩٤).
٥٧. يعرب خيون ؛ التعلم بين المبدأ والتطبيق ١:(بغداد ، مكتب العادل للنشر والتوزيع، ٢٠٠١).
58. Counsilman.J.E.The complete Book of Swimming counsiman Co.New York.NY.1977
59. DavidL Gallahe– Moror development and move ment Experience for young children (new yonk . Wiley .sons) 1983 . p .8

الملحق(١)

القدرات البدنية المؤثرة في تعلم الأداء الفني للسباحة الحرة والاختبارات الملائمة لها

الملحق(٣)

	القدرة البدنية	ت	الاختبارات	التأثير
١-	القوة الانفجارية لعضلات الرجلين	١	الوثب العمودي من الثبات (سارجنيت).	
		٢	الوثب العريض من الثبات .	
٢-	القوة الانفجارية لعضلات الذراعين	١	رمي الكرة الطبية باليدين من وضع الجلوس على الكرسي زنة (٢) كغم	
		٢	رمي الكرة الطبية باليدين من الوقوف زنة (٢) كغم .	
٣-	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين	١	ثني ومد الركبتين لمدة (٢٠ثا) .	
		٢	ثلاث وثبات طويلة من الثبات.	
٤-	القوة المميزة لعضلات البطن	١	الاستلقاء (ثني اماماً مع تثبيت الرجلين لمدة (٢٠ثا).	
		٢	الجلوس من الرقود خلال ١٥ ثانية .	
٥-	سرعة الاسيجابة الحركية	١	نيلسون للاستجابة الحركية الانتقائية .	
		٢	عصا نيلسون باليدن .	
٦-	الرشاقة	١	الجري المتعدد الجهات.	
		٢	الخطو الجانبي.	
٧-	المرونة	١	(الجلوس الطويل) ثني الجذع للأمام.	
		٢	(الوقوف ضماً) ثني الجذع أماما اسفل.	
٨-	مطاولة السرعة	١	ركض(٥٠ م) من البداية العالية .	
		٢	ركض (٣٠ م) من البداية الواطئة .	
		٣	ركض (٢٠ م) من البداية العالية .	

استمارة التقويم النهائي للسباحة الحرة

عناصر الاداء الاساسية	ضربات الذراعين	ضربات الرجلين	التنفس	التوافق
وصف اقسام حركة السباحة الحرة	١- تدخل إحدى الذراعين الماء في نقطة أمام الكتف بحيث تدخل الأصابع أولاً ٢- تبدأ إحدى الذراعين الشد من نقطة أمام مفصل الكتف . ٣- يستمر الشد أسفل الجسم مع ثني المرفق وبقائه عالياً . ٤- تقوم الكف والساعد بدفع الماء للخلف بقوة في اتجاه القدمين . ٥- تبدأ الذراع الأخرى في الحركة الرجوعية بثني المرفق	١- ضربات الرجلين تبادلية رأسية بدون تصلب. ٢- تستمر ضربات الرجلين ضرباتهما التبادلية الرأسية أثناء أداء ضربات الذراعين ٣- امتداد المشطين مع انثناء خفيف في الركبتين مع عدم المبالغة في الثني .	١- يدور الرأس إلى الجانب للتنفس عندما تكمل الذراع الأولى الشد . ٢- يتم الشهيق بمجرد خروج الفم والأنف من الماء ٣- يؤخذ التنفس عندما تخرج الذراع من الماء ثم يدار الرأس لإخراج الزفير ٤- يتم أخذ الشهيق عن طريق الفم بسهولة وسرعة.	١- الربط السليم بين ضربات الذراعين والرجلين وعملية التنفس . ٢- الاحتفاظ بوضع الجسم الانسيابي أثناء التقدم في الماء

	ودفعه لأعلى											
العلامة √=٣ درجات لعلامة –=٢ درجات العلامة ×=١ درجة	١	٢	٣	٤	٥	١	٢	٣	١	٢	٣	٤	١	٢
رقم اللاعب														
١														
٢														
٣														
٤														
٥														

التوقيع: اسم المقوم: تاريخ التقويم:

الملحق (٤)

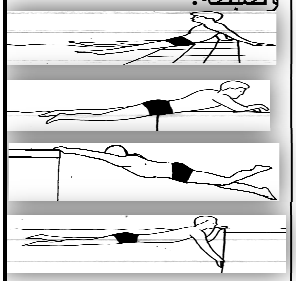
نموذج من وحدة التعليمية للمجموعة التجريبية الاولى (باستخدام الحاسوب الالي)

الوحدة التعليمية: ٧ التاريخ: (٢٩ / ٩/ ٢٠١٣)اليوم: الأحدزمن الوحدة : (٦٠) دقيقة

الأجهزة والأدوات: (لوحات الطفو– جهاز كمبيوتر– جهاز داتاشو) عددالطلاب : (٥)

الهدف التعليمي: تعليم ضربات الرجلين للسباحة الحرةالهدف التربوي : تنمية الثقة بالنفس

اقساماالوحدة ومكوناتها		الوقت	الفعاليات والمهارات الحركية	الملاحظات
القسم التحضيري (١٠د)	– الاعداد العام – تسجيل الحضور – الاحماء – الاعداد الخاص – التمارين البدنية –الاستحمام(دوش)	٢ د ٢ د ٢ د ٢ د ٢ د	– إبتداء الدرس بالتحية الرياضية وأخذالغياب. –السير الاعتيادي، ثم الهرولة مع تدوير الكتفين للأمام والخلف، ثم تدوير الذراعين للأمام والخلف، ثم السير الاعتيادي – (وقوف، اليدان متشابكتان خلف الرقبة) ثني الجذع ومده أماماً وعالياً(عدتان) – (الانبطاح،الذراعان عاليا) رفع وخفض الرجلان جانباً وعالياً (عدتان)	– تأكيد الوقوف المنتظم، والمسافات بين الطلاب. – ملاحظة المدرس للسير والهرولة الصحيحة. – تأكيد التطبيق الصحيحة للتمارين البدنية.

القسم الرئيسي (()	– النشاط التعليمي –النشاط التطبيقي		– مشاهدة بعض التمرينات التعليمية لتعليم ضربات الرجلين للسباحة الحرة عن طريق حاسوب الالي مع صور ثابتة وصور متحركة وشرح بلغة الاشارة. – قيام الطلاب بتطبيق ماشاهدوه التمرينات التعليمية لتعليم ضربات الرجلين للسباحة الحرة في البرنامج تحت اشراف وتوجيه ومساعدة المدرس كالاتي. – جلوس على حافة الحوض، واداء ضربات الرجلين التبادلية. – عمل الطفو على البطن مع مسك حافة الحوض باليدين ثم اداء ضربات الرجلين التبادلية بمساعدة المدرس. – التمرين السابق نفسه ولكن بدون مساعدة المدرس. – الوقوف– مسك لوحة الطفو باليدين واداء طفو على البطن بدفع الحائط واداء ضربات الرجلين التبادلية. – التمرين السابق نفسه ولكن بدون لوحة الطفو.	– تأكيد حركة الذراعين والرجلين. – تأكيد تصحيح الاخطاء – تأكيد تنظيم النفس وضبطه. 
القسم الختامي (())	– لعبةصغيرة		– سباق باداء الطفو على البطن، واداء ضربات الرجلين التبادلية، والوصول إلى الجانب الآخر للحوض بين الطلاب.	– تأكيد التعاون بين الطلاب في أثناء اللعبة.

الملحق (()

نموذج من وحدة التعليمية للمجموعة التجريبية الثانية (بدون استخدام الحاسوب الآلي)

الوحدة التعليمية: التاريخ: (: / /) اليوم : الأحد زمن الوحدة : (:) دقيقة

الأجهزة والأدوات :(لوحات الطفو) عدد الطلاب :(()

الهدف التعليمي : تعليم ضربات الرجلين للسباحة الحرة الهدف التربوي : تنمية الثقة بالنفس

أقسام الوحدة ومكوناتها		الوقت	الفعاليات والمهارات الحركية	الملاحظات
القسم التحضيري (()	– الأعداد العام – تسجيل الحضور – الاحماء – الأعداد الخاص – التمارين البدنية –الاستحمام( )	)	– ابتداء الدرس بالتحية الرياضية وأخذ الغياب. –السير الاعتيادي، ثم الهرولة مع تدوير الكتفين للأمام والخلف، ثم تدوير الذراعين للأمام والخلف، ثم السير الاعتيادي – (وقوف، اليدان متشابكتان خلف الرقبة) ثني الجذع ومده أماماً وعالياً(عدتان) – (الانبطاح، الذراعان عاليا) رفع وخفض الرجلان جانباً وعالياً (عدتان)	– تأكيد الوقوف المنتظم والمسافات بين الطلاب. – ملاحظة المدرس للسير والهرولة الصحيحة. – تأكيد التطبيق الصحيحة للتمارين البدنية.

القسم الرئيسي (٤٥د)	– النشاط التعليمي ١٥ د – النشاط التطبيقي ٣٠د	٥ د ٥ د ٥ د ٥ د ٥ د ٥ د ٥ د ٥ د ٥ د	– شرح عملية ضربات الرجلين في السباحة الحرة بلغة الاشارة. – عمل نموذج ضربات الرجلين للطلاب خارج الماء. – عمل نموذج ضربات الرجلين في السباحة الحرة للطلاب داخل الماء. – جلوس على حافة الحوض، واداء ضربات الرجلين التبادلية. – عمل الطفو على البطن مع مسك حافة الحوض باليدين ثم اداء ضربات الرجلين التبادلية بمساعدة المدرس. – التمرين السابق نفسه ولكن بدون مساعدة المدرس. – الوقوف– مسك لوحة الطفو باليدين واداء طفو على البطن بدفع الحائط واداء ضربات الرجلين التبادلية. – التمرين السابق نفسه ولكن بدون لوحة الطفو.	– تأكيد حركة الذراعين والرجلين. – تأكيد تصحيح الاخطاء – تأكيد تنظيم النفس وضبطه.
القسم الختامي (٥د)	– لعبةصغيرة	٥ د	– مسك لوحات الطفوباليدين وعمل الانسياب الامامي على شكل سباق بين الطلاب.	– تأكيد التعاون بين الطلاب في أثناء اللعبة