



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of special exercises using multimedia in teaching students to perform the free swimming activity

Safia Ehsan Kamel ¹  

University of Baghdad / College of Physical Education and Sports Sciences for Girls¹

Article information

Article history:

Received 12/4/2024

Accepted 26/5/2024

Available online 15, July, 2024

Keywords:

special exercises, multimedia, the effectiveness of free swimming.

Abstract

The research aimed to: – Prepare special exercises using multimedia in teaching students to perform the freestyle swimming event and to know the effect of special multimedia exercises in teaching students to perform the freestyle swimming event. The researcher used the experimental method in the manner of two (equal) groups. The research sample was first-year students at the University of Babylon/College of Physical Education and Sports Sciences. The researcher concluded that the exercises for using multimedia and educational aids had an effective and positive role in enabling the experimental group to learn the basic skills in Freestyle swimming, and recommended adopting exercises to use multimedia and educational means when learning different levels of freestyle swimming activity.





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير تمارين خاصة باستعمال الوسائط المتعددة على مستوى الاداء لفعالية السباحة الحرة لطلاب

صفية احسان كامل¹  

جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات

الملخص

هدف البحث الى: - اعداد تمارين خاصة باستعمال الوسائط المتعددة في تعليم اداء فعالية السباحة الحرة لطلاب ومعرفة أثر التمارين الخاصة الوسائط المتعددة في تعليم اداء فعالية السباحة الحرة لطلاب. واستعملت الباحثة المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين (المتكافئتين) وكانت عينة البحث هم طلاب المرحلة الأولى في جامعة بابل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة واستنتجت الباحثة ان التمارين الخاصة باستعمال الوسائط المتعددة والوسيلة التعليمية المساعدة كان له الدور الفعال والايجابي في تمكن المجموعة التجريبية من تعلم المهارات الاساسية في السباحة الحرة، واوصت بان اعتماد تمارين الخاصة باستعمال الوسائط المتعددة والوسيلة التعليمية عند تعلم مستويات مختلفة في فعالية السباحة الحرة

معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/4/12

القبول: 2024/5/26

التوفر على الانترنت: 15 يوليو, 2024

الكلمات المفتاحية:

تمارين خاصة، الوسائط المتعددة، فعالية السباحة الحرة.

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تميز العصر بالتطور والتقدم، وهذا التقدم جاء نتيجة لجهود العلماء والباحثة في العلوم المختلفة ، ليستفيد الانسان من تطبيقاتها في التغلب على ما يعترض مسيرته من مشكلات مختلفة، وقد شمل هذا التقدم المجال الرياضي بهدف ايجاد الحلول العلمية المناسبة للمشكلات ليضمن للحركة الرياضية تقدما واسعا على مختلف الاصعدة ، ونحن مؤمنين بأن التقدم العلمي هو الحلقة الاساسية التي ترتبط بها مجموع الحلقات بشكل علمي سليم من خلال الاعتماد على الدراسات والبحوث العلمية في مختلف العلوم التي لها علاقة بالتربية البدنية وعلوم الرياضة ، ولقد ازدادت في الفترة الاخيرة الدراسات والبحوث الذي تختص السباحة بهدف ايجاد الوسائل المساعدة والاساليب التعليمية وابتكارها، لتحقيق الانجاز الرياضي.

وفعالية السباحة من الفعاليات الفردية التي لاقت انتشارا واسعا في العالم، كما في باقي الفعاليات الفردية فقد تطورت فعالية السباحة من فعالية تتضمن المتعة والفرح والسرور وقضاء وقت الفراغ، فعالية منافسات للمستويات العليا لتحقيق ارقام قياسية جديدة من خلال الاداء المهاري العالي فضلا عن اللياقة البدنية العالية التي يجب ان يتمتع بها السباحون ومن اجل الوصول الى مستوى جيد في الاداء فيجب على المدرس او المدرب ان يعد المتعلم من جميع الجوانب البدنية والمهارية وال نفسية ، لذلك يجب الاهتمام بتعليم الاداء الفني لدى المتعلم عن طريق وضع التمرينات مستندة الى تخطيط علمي مبرمج لكي تتمكن من الوصول الى الاداء الافضل.(LAMYAA et al., 2020a)

إن أسلوب الوسائل المتعددة يعد من الأساليب الجديدة في التعليم والتي تقوم على استثارة حواس الطالب من سمع وبصر تنعكس على الأداء المهاري بشكل جيد وكذلك يمكن من خلالها تقديم المحتوى العلمي بصورة واضحة وجذابة مما يساهم في زيادة قدرات ومهارات المتعلم العقلية وبالتالي زيادة تحصيله المعرفي وأصبحت الوسائل المتعددة ظاهرة لها أهمية كبيرة تنعكس أثارها في عمليتي التعلم والتعليم، وبالرغم من تلك المميزات لاستعمال الوسائل المتعددة (Aldewan et al., 2013)، (Jabbar et al., 2023) الا ان بعض القائمين على المجال الرياضي بشكل عام والسباحة بشكل خاص نجد قلة استعمالهم للوسائل المتعددة اثناء عملية التعلم بالأسلوب الامثل حتى وقتنا هذا وتكمن اهمية الرسالة تكمن في تأثير استخدام تمرينات باستعمال الوسائل المتعددة تساعد القائمين على العملية التعليمية من استعمالها في تعليم الاداء الفني للسباحة الحرة للطلاب. (Abdulrasool et al., 2024)

1-2 مشكلة البحث :

تشهد الفترة الحالية محاولات لتطوير التعليم ، وكان من ضمن اولويات هذه المحاولات هي العملية التعليمية باعتبارها عملية شاملة تتناول جميع جوانب الشخصية للتعلم و العملية التربوية حصيلة جهود مبذولة من قبل عدد كبير من الدارسين والباحثين من أجل تطور ورفع المستوى المطلوب في المجالات كافة، تكمن مشكلة البحث في غياب دور الوسائل المتعددة في تعليم السباحة الحرة للطلاب ، لذلك وجدت الباحثة ان معظم الطلاب الذين يرومون التعلم يواجهون صعوبات كبيرة في اتقان المهارات بحسب التسلسل الخاص بها كالطفو والانسياب وحركات الذراعين والرجلين ولاسيما في بدايتها كون أن احواض السباحة هي محيط غريب عليهم ولوجود حالة الخوف من الوسط المائي واليأس في بعض الاحيان من عدم تعلم السباحة، ومن جانب اخر فقدان اوقلة للكثير من المدرسين والمتعلمين الى ادخال الوسائل المتعددة استخدامها في التعليم التي بالمقابل تجعل عملية التعلم اسهل لدى المتعلمين ، والدخول في الاحواض مباشرة يؤدي الى عدم الادراك والحس بالحركة بشكل سريع

والتي تعدها الباحثة مشكلة تواجه القائمين بتعليم السباحة الحرة للطلاب ،لذلك ارتأت الباحثة من خلال ملاحظاته تلك استعمال تمارين خاصة باستعمال وسائط متعددة لتعليم أداء فعالية السباحة الحرة عن طريق تنفيذ تمارين خاصة مما لها دور مهم في عملية التعليم بالسباحة الحرة بالإضافة الى الوسائط المتعددة المستعملة لهذا الغرض.

1-3 أهداف البحث:

1. اعداد تمارين خاصة باستعمال الوسائط المتعددة على مستوى الاداء لفعالية السباحة الحرة للطلاب المرحلة الاولى/ جامعة بابل.

2. التعرف تأثير التمارين الخاصة بالوسائط المتعددة على مستوى الاداء لفعالية السباحة الحرة للطلاب المرحلة الاولى/جامعة بابل.

1-4 فرض البحث:

1. هناك فروق ذات دلالة احصائية للتمارين الخاصة بالوسائط المتعددة وافضلية التعليم لأداء فعالية السباحة الحرة للطلاب

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: طلاب المرحلة الاولى / جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي (2022-2023).

1-5-2 المجال الزمني: (2022/11/5) لغاية (2023/3/15).

1-5-3 المجال المكاني: مسيح المدينة السندباد في محافظة بابل.

6 - المصطلحات:

الوسائط المتعددة:

هو مفهوم يعمل على دمج عناصر الوسائل المتعددة في برامج تعليمية على الحاسب الالي بشكل نصوص او وسائل تعليمية فعالة فهي تشبه الحاوية التي يمكن من خلالها التحكم بواسطة الكمبيوتر لاستخراج ماتضمنه ، وتعد الوسائط المتعددة موسوعة لإنتاج الشكال الجديدة من البرامج التعليمية التي تزود المتعلم بما يحتاجه من متطلبات .

2- منهج البحث واجراءاته الميدانية

1-2 منهج البحث: استعملت الباحثة المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين (المتكافئتين).

2-2 مجتمع البحث وعينته:

اختير مجتمع البحث بالطريقة العمدية والمتمثلة بطلاب المرحلة الاولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بابل والبالغ عددهم (87) طالب، اما عينة البحث تم اختيارها عشوائيا بطريقة القرعة اذ تم اختيار (20) طالب وبواقع (10) طلاب لكل مجموعة اذ تم تقسيمهم الى مجموعتين، كما تم تكافؤ العينة بالاختبارات المهارية الموضحة بالجدول رقم (1). وسبب اختيار العينة كونها لا تحتاج الى تكاليف مالية ويمكن السيطرة عليها من قبل الباحث .

2-3 تكافؤ مجموعتي البحث :

لغرض التأكد من تكافؤ مجموعتي البحث قام الباحثة بأجراء تكافؤ مجموعتي باختبارات البحث القبلي للمجموعتين

التجريبية والضابطة، وكما يأتي:

(اختبار وضع القرفصاء واختبار وضع النجمة والانسياب) , وللتحقق من تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات اعلاه فقد تم اجراء اختبار (ت) للعينات المستقلة وكما موضح في الجدول (1)

الجدول (1)

يوضح التكافؤ بين مجموعتي البحث في الاختبارات القبالية

ت	الاختبارات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة t المحسوبة	sig	الدلالة الاحصائية
		ع	س-	ع	س-			
1	الطفو بوضع النجمة	0.894	6	2.29	5.9	1.49	0.283	غير معنوي
2	الطفو وبوضع القرفصاء	1.024	5.5	0.877	5.6	1.89	0.388	غير معنوي
3	الطفر وبوضع الانسياب	1.01	6.7	1.04	6.6	2.12	0.711	غير معنوي

يتبين من الجدول (1) ان جميع الفروق غير معنوية وهذا يدل على التكافؤ.

2-4 وسائل جمع المعلومات والبيانات والاجهزة والادوات المستعملة في البحث الاختبار والقياس، الملاحظة، المقابلات الشخصية، مسبح مغلق (15م x 25م) المدينة المائية النجف الاشرف، حوض مائي مصمم للبحث (الوسيلة التعليمية المساعدة)، كاميرا تصوير فيديو عدد (2) (Canon)، حاسبة لاب توب نوع (hp)، جهاز قياس الوزن، شريط قياس، صافرة عدد (2)، اقراص (CD)، ستاند كامرة عدد (2)، صدرية او القمصلة(2)، اسطوانات النودلز(2)، الواح فلين (2)، ساعة توقيت.

2-5 اجراءات البحث الميدانية

2-5-1 التجربة الاستطلاعية:

تم اجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ (20/11/2022) في جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة على عينة مكونة من (4) طلاب في تمام الساعة التاسعة صباحا على حوض السباحة الوسيلة التعليمية المصمم في جامعة الكوفة ووضع كاميرات التصوير وتنظيم عمل دخول الطلاب عن طريق سلم وكيفية الدخول الى الحوض والاشراف عليهم والوقت اللازم للعمل وكيفية استخدام الحوض للتعلم وبعد مرور (8) ايام تم اعدت التجربة بتاريخ (28/11/2022)

2-6 الاختبارات الخاصة بالبحث: (Miqdad & Hassan, 2006)

وضعت الاختبارات التالية بعد عرضها على المختصين والتي تم الاتفاق عليها من قبلهم وحصلت على نسبة أكثر من 75% ومن حق الباحثة أخذ النسبة التي تراها مناسبة وهذه الاختبارات المتبعة رسمياً في تعلم السباحة الحرة، من خلال اطلاع الباحثة على متطلبات مادة تعلم السباحة وإجراء المقابلات والبحث في المصادر العلمية تم ماياتي :

أولاً : اختبار وضع القرفصاء :

ثانياً : اختبار الطفو وبوضع النجمة

ثالثاً : اختبار الانسياب (الانسياب الأمامي):

رابعاً : اختبار الانسياب مع حركة الرجلين:

خامساً : اختبار الأداء الفني للسباحة الحرة :

2-7-1 الاسس العلمية للاختبارات:

2-7-1 صدق الاختبار:

صدق الاختبار معناه "ان الاختبار الصادق يقيس ما وضع لقياسه" (Mustafa, 1999) استعملت الباحثة الصدق الظاهري (صدق المحكمين) وذلك عن طريق عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين , إذ تم عرض الاختبارات الخاصة في السباحة الحرة على السادة الخبراء وقد ثبت صدق الاختبارات والمقياس الظاهري بعد أن اتفق الخبراء على أنها تحقق الغرض الذي وضعت من أجله وكذلك ملائمتها لطلاب عينة البحث.

2-7-2 ثبات الاختبارات:

أوجدت الباحثة معامل الثبات وللاختبارات الخاصة للسباحة الحرة قيد الدراسة باستخدام الاختبار وإعادة تطبيق الاختبار بفارق زمني (8) ايام وايجاد معامل الارتباط بيرسون بين التطبيقين وكما مبين في الجدول (2) .

الجدول (2)

يبين قيمة معامل الثبات والموضوعية للاختبارات المستخدمة بالبحث

ت	الاختبارات	معامل الثبات	sig	معامل الموضوعية	sig
1	اختبار القرفصاء	0.90	0.000	0.84	0.000
2	اختبار النجمة	0.92	0.000	0.85	0.000
3	اختبار الانسياب (الانزلاق الامامي)	0.90	0.000	0.86	0.000
4	اختبار الانسياب مع حركة الرجلين	0.88	0.000	0.83	0.000
5	اختبار الاداء الفني للسباحة الحرة(15م)	0.84	0.000	0.80	0.000

2-7-3 موضوعية الاختبارات:

تعني الموضوعية "التحرر من التحيز والتعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية فيما يصدر من الباحثة من أحكام" (Marwan, 2000).

وقد أوجدت الباحثة الموضوعية للاختبارات على الرغم من كونها واضحة وسهلة الفهم من قبل أفراد العينة عن طريق عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين إذ تم اختيار الاختبارات التي حصلت على أعلى نسبة وذلك لاختيارها من أكثر من خبير فضلاً عن كون هذه الاختبارات مقننة وتعتمد على وحدات قياس لا يمكن التلاعب بها.

2-8 الاختبارات القبلية:

تم إجراء الاختبارات القبلية في مسبح السندباد (محافظة بابل) على المجموعتين الضابطة والتجريبية بعد اعطاء وحدات من تعليم مهارة السباحة الحرة خارج الحوض وداخل الحوض منها تحديد كيفية الشروع بنقطة بداية واحدة لعينة البحث في بتاريخ 2022/11/30 في تمام الساعة التاسعة صباحاً , إذ تم تصوير الاختبارات بألة تصوير فيديو نوع (Canon), وتم ضبط جميع المتغيرات من حيث الوقت والأدوات والأجهزة وكذلك فريق العمل المساعد ليتم تطبيقها عند إجراء (الاختبار البعدي) أي بعد تنفيذ المنهج التعليمي وتم إجراء الاختبارات على عينة البحث والبالغ عددها (20) طالب , إذ قام الباحثة وبمساعدة فريق العمل المساعد بتطبيق الاختبارات بحسب تسلسل وضع مسبقاً , إذ تم توزيع الاختبارات, وتم اختبار الأوضاع الثلاث (وضع القرفصاء , وضع النجمة, وضع الانسياب) لمجموعتي البحث.

2-9 تمارينات خاصة باستخدام وسائط متعددة :

اشتمل المنهج على (10) وحدات تعليمية بواقع (90) دقيقة لكل وحدة تعليمية اشتملت على تقسيمات ما تتطلبه الوحدة التعليمية بدء البرنامج بتاريخ (2022/12/1) ولغاية (2023/2/15) وكما يأتي:
التحضير:

اشتمل على الاحماء وتسجيل الاسماء وتوزيع الطلاب والاستحمام قبل الدخول الى الحوض واستغرق (15 دقيقة).

الجزء الرئيسي:

اشتمل هذا الجزء على مجموعة من التمارين خارج الحوض والتي اشتملت على تمارين تتعلق بالمهارة والاداء للتمارين الاعدادية لرفع المستوى البدني و التحضيري للدخول الى الحوض. وتشتمل على حركات الرجلين والذراعين وعملية التنفس باستخدام العرض المرئي او عارضة التدريب وكذلك خلال اداء مهام التعليمية خارج الحوض تتعلق بالأداء الحس حركي لتعلم مهارات السباحة الحرة واستغرقت زمناً لا يقل عن (15 دقيقة) .

اما في داخل الحوض فقد تم اجراء تمارين حس حركية تتعلق بأداء المهارة على وفق ما يتطلبه الاداء وقد تم وضع تمارين خاصة بتعلم مهارة التنفس مع حركات الرجلين وربطهما بحركة السباحة باستخدام الحوض الخاص بتعلم السباحة الحرة الذي سيتم شرحه لاحقاً واستغرق هذا الجزء (45) دقيقة وان مجموع ما يؤدي الطالب في القسم الرئيسي بلغ (60 دقيقة) تعليمية مقسمة على (15 دقيقة) خارج الحوض (45 دقيقة) داخل الحوض و الذي يعنى بتطبيق التمارين التي تم التعلم عليها خارج الحوض .

الجزء الختامي:

وهو اشتمل على تمارين تتعلق بإزالة التوتر والجهد على الطلاب واستغرق (15 دقيقة) , لكل وحدة تعليمية.

10-2 الاختبارات البعدية :

بعد الانتهاء من تنفيذ المنهج التعليمي تم إجراء الاختبارات البعدية في يوم الاحد الموافق 16 / 2 / 2023 لعينة البحث، إذ قام الباحثة بأجراء الاختبار البعدي على الاختبارات الخاصة للسباحة الحرة موضوعة البحث وهي كل من (القرفصاء - النجمة - الانسياب) في مسبح المدينة المائية (النجف الاشرف). وذلك بعد الانتهاء من تنفيذ الوحدات تعليمية باستخدام التمرينات الحس حركية، إذ تم تصوير الاختبارات بآلة تصوير فيديو نوع (Canon) مقارنة للاختبار القبلي.

11-2 الوسائل الإحصائية:

بعد جمع البيانات والمعلومات التي قام الباحثة بأجراء التحليلات الإحصائية:

1- الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط بيرسون، قانون (t-test) للعينات المستقلة والمتناظرة.

3- عرض نتائج المجموعتان تحليلها ومناقشتها

3-1 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها للمجموعة الضابطة:

3-1-3 عرض نتائج اختبارات وضع (القرفصاء_ النجمة_ الانسياب) للمجموعة الضابطة و تحليلها للاختبارين القبلي و البعدي:

الجدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي في وضع (القرفصاء_ النجمة_ الانسياب)

الاختبار	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المحسوبة	sig	الدالة
	وسط	انحراف	وسط	انحراف			
وضع القرفصاء	6ثا	0.92	10.3ثا	0.98	9.09	0.000	معنوية
وضع النجمة	5ثا	1.08	10.60ثا	1.17	11.12	0.000	معنوية
وضع الانسياب	7.2م	1.61	10.60م	0.69	5.49	0.000	معنوية

3-2 مناقشة نتائج اختبارات المجموعة الضابطة:

يشير الجدول (3) الى وجود تطور للمجموعة الضابطة في الاختبارات الثلاث (القرفصاء والنجمة والانسياب) ولصالح الاختبارات البعدية , الامر الذي يعزوه الباحثة الى ان هذا التطور الذي حصل لدى الطالب كان نتيجة استخدام الوحدات التعليمية ساعدة على اداء مهارة السباحة بالشكل الايجابي (Al-Diwan et al., 2007). اذ كان للوحدات التعليمية تأثير على افراد الضابطة ويعزو ذلك الى المنهج المتبع من قبل مدرس المادة الذي كان له الاثر الواضح على تعليم افراد المجموعة الضابطة لمهارة السباحة الحرة والذي تحقق من خلال تعلم مستويات مختلفة في رياضة السباحة الحرة. وهذا ما يتطلب من

السباح اتقان المهارة بالشكل الجيد حتى يتغلب على الصعوبات التي يواجهها في اثناء الاداء. ومن المعروف ان الكثير من الطلاب يعرفون عن السباحة بسبب عدم توفر احواض السباحة او خطورة الانهر, مما يؤدي الى صعوبة في التعلم في المراحل المتقدمة من العمر وهذا ما يواجهه المدرس في اثناء عملية التعلم. وكذلك عدم توفر الادوات والوسائط المتعددة التي تساعد المدرس من اختصار في الوقت والجهد في اثناء اداء الواجب التعليمي. (Ameer et al., 2021)

الجدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والدرجة الجدولية للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي في وضع (القرفصاء_ النجمة_ الانسياب)

الاختبار	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المحسوبة	Sig	الدالة
	وسط	انحراف	وسط	انحراف			
القرفصاء	5.9	1.59	12.60	0.99	10.01	0.000	معنوية
وضع النجمة	5.6	0.84	12.10	1.37	14.33	0.000	معنوية
وضع الانسياب	6.6	1.07	13.20	0.63	19.41	0.000	معنوية

4-4 المناقشة للنتائج البحثية لأفراد للتجريبية:

يشير الجدول (5) الى وجود تحسن في النتائج لأفراد التجريبية في الاختبارات الثلاث (القرفصاء والنجمة والانسياب) وكانت هناك ايضا دلالة احصائية لدى المجموعة الضابطة في الاختبارات المذكورة ولكن بدرجة اقل من المجموعة التجريبية, والامر الذي تعزوه الباحثة الى ان هذا التطور لدى المجموعة التجريبية نتيجة استخدام وسيلة تعليمية جديدة (Mohan et al., 2024) مع استخدام وحدات تعليمية تتضمن تمارين حس حركية ساعدة المتعلم على اداء مهارة السباحة الحرة بشكل إيجابي اكثر تشويق واثاره وابعاد حالة القلق او الخوف وزيادة ثقة المتعلم , وكذلك خفض التوتر النفسي لدى افراد المجموعة , وكما تذكر دراسة (Hoda, 2005). حول وجود توتر نفسي لدى اللاعبين وهذا ما وجدته الباحثة لدى طلاب المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة _ جامعة بابل ان عدم تعلم مهارة السباحة وهم في هذه المرحلة المتقدمة من العمر. بسبب عدم توفر بيئة تعليمية نشطة تساعد المتعلم على التعلم وتصحيح مسار الحركة لدى المتعلم . وتري الباحثة هناك اسباب اخرى لدى (عينة البحث) :

- صعوبة حركات مهارة السباحة الحرة والمحيط المائي الجديد الذي لم يسبق للطلاب الدخول فيه فضلا عن عدم وجود تجهيزات حماية وامنة كل ذلك يزيد التوتر لدى الطلاب.
- الخوف من الغرق والتعرض للأذى والقلق من الاداء يجعل الطالب متوترا.
- ضعف الرغبة والتفكير السلبي لدى الطلاب نحو ممارسة رياضة السباحة.(Oudah et al., 2022)

- قلة احواض السباحة ما ادى الى انعدام فرصة مزاوله السباحة من قبل افراد المجتمع والتعرف على هذا النوع من النشاط البدني.

4-5 عرض النتائج الاختبار البعدي و تحليلها و مناقشتها للمجموعتين الضابطة والتجريبية :
4-5-1 عرض نتائج اختبارات وضع (القرفصاء _النجمة _الانسباب _الانسباب مع حركة الرجلين _السباحة الحرة 15م) للمجموعتين الضابطة والتجريبية للاختبار البعدي:

الجدول (5)

يبين الأوساط والانحرافات وقيم (t) المحسوبة للمجموعتين الضابطة و التجريبية في الاختبارات البعدي وضع (القرفصاء _النجمة _الانسباب _الانسباب مع حركة الرجلين _سباحة حرة 15م)

الاختبار	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		sig	الدالة
	وسط	انحراف	وسط	انحراف		
وضع القرفصاء	10.3	0.98	12.60	0.99	0.000	معنوية
وضع النجمة	10.60	1.17	12.10	1.37	0.000	معنوية
وضع الانسياب	10.60	0.69	13.20	0.63	0.000	معنوية
وضع الانسياب مع حركة الرجلين	10.26	1.66	12.92	0.89	0.000	معنوية
سباحة حرة 15م	17.19	0.91	11	0.88	0.000	معنوية

3-6 مناقشة نتائج الاختبارات البعدي للمجموعتين الضابطة و التجريبية :

يشير الجدول (6) الى وجود تطور في نتائج المجموعة التجريبية في الاختبارات (القرفصاء , النجمة , الانسياب ,الانسباب مع حركة الرجلين , سباحة حرة 15م) لوحظ تحسن لأفراد للمجموعة الضابطة وبدرجة اقل , وتعزو الباحثة ذلك الى تأثير استعمال التمرينات الحس حركية التي وضعت ضمن الوحدات التعليمية وكان له الاثر الواضح على تعليم افراد المجموعة التجريبية لمهارات السباحة الحرة والذي تحقق من خلال انخفاض مستوى التوتر وحالة القلق والخوف لدى افراد عينة البحث, وزيادة مستوى الثقة بالنفس لدى الطلاب , فضلا عن تنمية روح الارادة والتحمدي مما ادى الى كسر حاجز الخوف والاصرار على تعليم مهارة السباحة الحرة , وهذا ما تم تطبيقه من قبل الباحثة عند اعداد الوسيلة التي ساعدت على تعزيز الثقة والاحتفاظ بنوع من الهدوء والاطمئنان تحت ضغوط الخوف من الماء والدخول في حوض السباحة وترى الباحثة ان اداء الحركة او المهارة وبشكل متكرر سوف يفرز الرؤية الاكثر دقة لمسار الحركة المعينة, لان ذلك سيحفز التغيرات البدنية والذهنية تلك التي تظهر من خلال المشاهدة والمنافسة التي تصاحب عرض المهارة (LAMYAA et al., 2020b), (M. A. A. Kadhim et al., 2024) وبالتالي عندما يكون التعليم متزامنا على حركات وتمرين تتلاقى فيها القابليات الذهنية والبدنية وتفسرها بنجاح فأن ذلك يفيد تهيئتها لاستخدامها بفعالية في اثناء ضغط المتعلم في حوض السباحة , وبمعنى اخر ان تنفيذ التمرينات الحس حركية الذي يكون عن طريق استخدام الوسيلة التعليمية التي عدها الباحثة سيزيد من قابلية المتعلم تجاه خفض حالة الخوف والتوتر ومساعدة على اخذ الاوضاع بصورة مريحة واكثر سهولة ومرونة وبالتالي تعليم مهارة السباحة الحرة. (M. A. Kadhim et al., 2021)

1-4 الاستنتاجات:

1. ان التمرينات الخاصة باستعمال الوسائط المتعددة والوسيلة تعليمية المساعدة كان له الدور الفعال والايجابي في تمكن المجموعة التجريبية من تعلم المهارات الاساسية في السباحة الحرة.
2. ان التمرينات الخاصة باستعمال الوسائط المتعددة والوسيلة تعليمية ساعدة في اختصار الوقت في تعليم مهارة حركة الرجلين والطفو للمجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة.
3. يلاحظ من نتائج البحث ان المجموعتين قد تطورت في أداء مهارات (والذراعين والرجلين) وبتباين في هذا التطور ولصالح القياسات البعدية.
4. إن استخدام التمرينات الخاصة باستعمال الوسائط المتعددة والوسيلة تعليمية قد طورت حركة (الرجلين والذراعين والطفو) في التسلسل الصحيح.

2-5 التوصيات

1. اعتماد تمرينات الخاصة باستعمال الوسائط المتعددة كا اسطوانات النودلز ، الواح الفلين، فور ارم،مقابض يدوية، لو الساق، عرض مرئي، والوسيلة تعليمية عند تعلم مستويات مختلفة في فعالية السباحة الحرة.
2. ضرورة اهتمام المدربين بتعلم السباحة الحرة باستخدام تمرينات بوسائل تعليمية مختلفة.
3. اجراء بحوث تطبيقية مشابهة ومكاملة وفقا لتمرينات الخاصة باستعمال الوسائط المتعددة والوسيلة تعليمية في رياضة السباحة من اجل الارتقاء بعملية التعلم.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طلاب المرحلة الأولى / جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تضارب المصالح

تعلم المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

صفية احسان كامل <https://orcid.org/0009-0004-1240-2768>

References

- Abdulrasool, T. H., Hussein, R. A. A., & Aldewan, L. H. M. (2024). A proposed vision for developing the structure of physical education curriculum within the framework of digital giving and technologies of the age of artificial intelligence. *International Journal of Physiology, Sports and Physical Education*, 6(1), 19–28. <https://doi.org/10.33545/26647710.2024.v6.i1a.61>
- Aldewan, L. H., Abdul-Sahib, H. M., & al-Mayahi, S. J. K. (2013). Platform impact media super overlap (Alhiebermedia) to learn the effectiveness of the long jump for the Deaf Mute. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 36, 27–41. <https://www.iasj.net/iasj/article/94541>
- Al-Diwan, L. H., Ghazi, M., & Qader, A. A. (2007). Evaluating practical education for fourth-year students in the College of Physical Education University of Basra from the students' point of view. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 20.
- Ameer, J. M., Jasim, N. H., & Mohammed, F. D. (2021). USING A SUGGESTED EDUCATIONAL CURRICULUM TO DEVELOP SOME PHYSICAL AND KINETIC ABILITIES FOR SLOW LEARNING STUDENTS. *Turkish Journal of Physiotherapy and Rehabilitation*, 3(32), 9.
- Hoda, J. M. A.-B. (2005). *Building and codifying a measure of psychological stress among advanced players in team games* [Master's thesis]. University of Babylon.
- Jabbar, H. K., Hassan, L. M., & Ali, M. M. (2023). Mind mapping strategy and its impact on learning some basic tennis skills. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.453>
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>
- Kadhim, M. A., Aldewan, L. H., & Azzal, Y. H. (2021). The effectiveness of the formative learning model in raising the level of cognitive achievement of swimming subject for first-stage students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 69, 11–22. <https://www.iasj.net/iasj/article/213027>
- LAMYAA, H. M. A.-D., Mustafa, A. R. K., & Yassin, H. A. (2020a). The Effect of Constructive Learning Model in Teaching the Constructive Learning of Freestyle Swimming for First Grade Students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 63. <https://www.iasj.net/iasj/article/205247>
- LAMYAA, H. M. A.-D., Mustafa, A. R. K., & Yassin, H. A. (2020b). The effect of teaching according to the Realistic Learning Model in teaching the technical performance of freestyle swimming for first grade student Abstract. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 62.
- Marwan, A. M. I. (2000). *Foundations of scientific research for preparing university theses* (1st edition). Al-Wazzan Publishing and Distribution Foundation.

Miqdad, A.-S. J., & Hassan, A.-S. J. (2006). *Modern Olympic Swimming*. Al-Zaki Press.

Mohan, M. I., Muhammad, L. H., Al-Sahib, H. M. A., & Kazem, M. A. A. (2024). The effect of a manufactured educational method in improving the technical performance and digital level of the high jumping event for female students. *Journal of Physical Education Studies and Research*, 34(1), 17–27.

<https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.469>

Musharraf, M. A. J., & Al-Hadithi, K. I. S. (2022). The effect of exercises using the method of learning for mastery and performance simulation tools in developing the skills of standing on the hands and the human wheel for the floor movements carpet in the artistic gymnastics for men. *Sciences Journal Of Physical Education*, 15(5).

Mustafa, B. (1999). *Scientific Transactions between Theory and Application*. Al-Kitab Publishing Center.

Oudah, M. J. , Aldewan, L. H., & Hchaya, H. M. (2022). Building a Scale of Systems Thinking in Tennis. . *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 32(2), 18–27.

<https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v32i2.341>