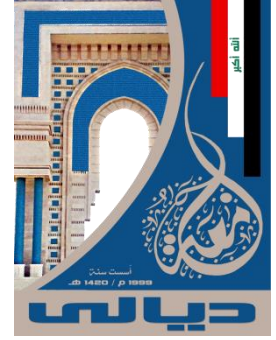


جمهورية العراق  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة ديالى  
كلية التربية الأساسية  
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة



## أثر نموذج تسريع التفكير في التأزر البصري الحركي وتعلم الأداء الفني في السباحة الحرة للطلاب

رسالة مقدمة

إلى مجلس كلية التربية الأساسية – جامعة ديالى وهي جزء من متطلبات نيل  
درجة الماجستير في طرائق تدريس التربية البدنية وعلوم الرياضة

من قبل

عمر فالح عباس احمد

بإشراف

أ.د. رشوان محمد جعفر

٢٠٢٣ م

٥١٤٤٤

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا

عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ

صدق الله العظيم

سورة البقرة / آية: ٣٢

## إقرار المشرف

أشهد أنّ إعداد هذه الرسالة الموسومة بـ " أثر نموذج تسريع التفكير في التآزر البصري الحركي وتعلم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب " المقدمة من قبل طالب الماجستير (عمر فالح عباس) قد جرت بإشرافي في كلية التربية الأساسية - جامعة ديالى، وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير طرائق تدريس التربية البدنية وعلوم الرياضة.

المشرف

ا.د. رشوان محمد جعفر محمد الهاشمي

٢٠٢٣ / /

بناءً على التعليمات والتوصيات المقررة نرشح هذه الرسالة للمناقشة.

أ.م.د. نصير حميد كريم

رئيس قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

كلية التربية الأساسية - جامعة ديالى

٢٠٢٣ / /

## إقرار المقوم الإحصائي

أشهد أنّ إعداد هذه الرسالة الموسومة بـ " أثر نموذج تسريع التفكير في التآزر البصري الحركي وتعلم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب " المقدمة من طالب الماجستير (عمر فالح عباس) قد جرت مراجعتها من الناحية الإحصائية وأصبح أسلوبها العلمي سليماً خالياً من الأخطاء الإحصائية.

التوقيع:

الاسم الكامل: أ.د. محمد وليد شهاب

اللقب العلمي: أستاذ دكتور

مكان العمل: جامعة ديالى/التربية البدنية وعلوم الرياضة

التاريخ: ٢٠٢٣/٨/١

## إقرار المقوم اللغوي

أشهد أنّ هذه الرسالة الموسومة بـ " أثر نموذج تسريع التفكير في التأزر البصري الحركي وتعلم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب " المقدمة من طالب الماجستير (عمر فالح عباس)، قد صُحِّحت من الناحية اللغوية، وأصبح أسلوبها العلمي سليماً خالياً من الأخطاء والتعبيرات اللغوية والنحوية غير الصحيحة ولأجله وقعت.

التوقيع:

الاسم الكامل: أ.م.د. أحمد خليل حبيب

اللقب العلمي: أستاذ مساعد دكتور

مكان العمل: جامعة ديالى /كلية التربية الاساسية /قسم اللغة العربية

التاريخ: ١٣ / ٩ / ٢٠٢٣

## المقوم العلمي الاول

أشهد أن هذه الرسالة الموسومة بـ (أثرانموذج تسريع التفكير في التآزر البصري الحركي وتعلم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب ) المقدمة من طالب الماجستير (عمر فالح عباس)، قد تمت مراجعتها من الناحية العلمية بحيث أصبحت ذات اسلوب علمي سليم ، وبذلك أصبحت مؤهلة للمناقشة ولأجله وقعت.

التوقيع:

الاسم الكامل:

اللقب العلمي:

مكان العمل:

٢٠٢٣ / /

التاريخ:

## إقرار المقوم العلمي الثاني

أشهد أن هذه الرسالة الموسومة بـ (أثرانموذج تسريع التفكير في التآزر البصري الحركي وتعلم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب ) المقدمة من طالب الماجستير (عمر فالح عباس)، قد تمت مراجعتها من الناحية العلمية بحيث أصبحت ذات اسلوب علمي سليم ، وبذلك أصبحت مؤهلة للمناقشة ولأجله وقعت.

التوقيع:

الاسم الكامل:

اللقب العلمي:

مكان العمل:

التاريخ:

٢٠٢٣ / /

## إقرار لجنة المناقشة والتقويم

نشهد نحن رئيس وأعضاء لجنة المناقشة والتقويم أننا قد اطلعنا على الرسالة الموسومة بـ " أثر نموذج تسريع التفكير في التأزر البصري الحركي وتعلم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب " وقد ناقشنا الطالب (عمر فالح عباس) في محتوياتها وفيما له علاقة بها، ونقر أنها جديرة بالقبول لنيل درجة الماجستير في طرائق تدريس التربية البدنية وعلوم الرياضة.

أ.د. رشوان محمد جعفر  
عضوًا ومشرفًا  
٢٠٢٣/ /

أ.م.د. مهند كامل شاكر  
عضوًا  
٢٠٢٣/ /

أ.د. انتصار أحمد عثمان  
عضوًا  
٢٠٢٣/ /

أ.د. فرات جبار سعدالله  
رئيسًا  
٢٠٢٣/ /

صُدِّقت الرسالة من مجلس كلية التربية الأساسية - جامعة ديالى في / ٢٠٢٣

أ.د. عبد الرحمن ناصر راشد  
عميد كلية التربية الأساسية - جامعة ديالى  
٢٠٢٣/ /



## الإهداء

أهدي ثمرة جهدي إلى.....

مناصرة العلم وإمام العلماء سيد الخلق رسولنا الكريم محمد (صلى الله عليه واله وسلم)  
 من كان كبيراً في عطائه وسنداً لي في حياتي الذي زرع في نفسي الطموح وعلمني الصبر  
 على عشرات الزمان والذي العزيز - رحمه الله - واسكنك فسيح جناته  
 الغالية التي كانت وما زال دعائها سنجاحي والدتي العزيزة أطال الله في عمرها  
 من بجري حبه في عروقي وشاركوني أصعب وأسعد اللحظات إخواني وأخواتي  
 الاعزاء حماكم الله ووفقكم  
 إلى صاحبة القلب الطيب زوجتي العزيزة رحمها الله واسكنها فسيح جناته  
 إلى من لا تلو الحياة بدوهم أصدقائي وأحبابي جميعاً وإلى كل من ساعدني وشجعني  
 تقديراً لهم ووفاءً

الباحث

## الشكر والثناء

الحمد لله الذي جعل الحمد في أول كتابه عرفاناً بجزيل نعمائه، وله المن على ما تحقق في هذا البحث، وصلى الله على خاتم النبيين سيّدنا مُحَمَّد وعلى آله الطيبين الطاهرين وأصحابه الغر الميامين، أمّا بعد..

أقدم شكري وأمتناني إلى عمادة كليّة التربيّة الأساسيّة في جامعة ديالى متمثلة بعميدها ( أ.د. عبد الرحمن ناصر راشد) وتدرسيها ورئيس قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة(الدكتور نصير حميد) وتدرسي قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة الذين منحوني فرصة اكمال دراستي العليا (الدكتور فرات جبار ، والدكتورة امال صبيح ، والدكتورة بثينة عبد الخالق أبراهيم، والدكتورة رنا عبد الستار، والدكتور عدي كريم، والدكتورة سندس طالب حسن، والدكتور حيدر شاكر، والدكتور حسنين ناجي ) لهم مني كل المحبة والاحترام .

يسعدني ويشرفني أنّ أتقدم بجزيل الشكر لأستاذي الفاضل، ومعلّمي، ومشرفي ( أ.د. شوان محمد جعفر الهاشمي) الذي بذل جهوداً لا توصف في قراءة الرسالة وافدت من علمه الوفير ومنهجه الدقيق فوائد جمة حتّى خرج هذا الجهد بما هو عليه، فقد أحاطني برعاية، وصبر طوال مدة البحث من دون أن يبخل عليّ بالنصح والإرشاد، وأجد أنّ كلمات الشكر لا تفي به حقه، ولو بجزء يسير، فجزاه الله تعالى خير الجزاء ومتعّه بالصحة والعافية.

وأقدم بالشكر والعرفان إلى أعضاء لجنة المناقشة العلميّة لإقرارهم موضوع البحث، والشكر موصول للأستاذ المساعد الدكتور مهند كامل شاكر، لما قدّمه لي من عون ومساعدة في أثناء كتابة البحث، إذ كان لتوجيهاته العلميّة القيّمة أثر بالغ في إنجاز هذا العمل، فجزاه الله تعالى عني كلّ الخير، ومتعّه بالصحة والعافية.

وشكري وتقديري الى السادة الخبراء الذين استعنت بخبراتهم التي اغنت رسالتي بالمعلومات القيمة وشكري وتقديري الى فريق العمل المساعد وجزاه الله عني خير الجزاء .

واتقدم بوافر الحب والاخلاص لزملائي في دراسة الماجستير (رافد، ثامر، محمد، احمد، سعد، حسين، مهند، غزوان، ياسر، انسام، زهراء، تغريد، الاء ) داعياً الله لهم بالتوفيق والنجاح .

وأتقدم بالشكر والامتنان لرئيس لجنة المناقشة والتقويم وأعضائها، لما أبدوه من ملاحظات علمية سديدة أغنت البحث وزادته رصانة فجزأهم الله أحسن الجزاء.

وأتقدم باسمى آيات الشكر والامتنان الى كل مكتبي من المكتبات واخص بالذكر ( مكتبة كلية التربية الاساسية ، دار الكتب والوثائق الوطنية ، المكتبة المركزية جامعة ديالى ، والمكتبة المجانية في كلية التربية الرياضية جامعة ديالى ) لما قدموه من جهود متميزة التي تجسدت بمساهماتهم الفعالة بتزويدي بالمصادر العلمية ، وجزاهم الله خير الجزاء ، راجين منهم المزيد من العطاء مع دعواتنا لهم بالتوفيق والسداد .

وأخيراً شكري وعرفاني لكل من ساندني ولو بكلمة طيبة أو نصيحة سدت ثغراً أو أكملت نقصاً، ومعدرة لمن لم أقصد نسيان مساعدتهم لي ولم أذكرهم.

**وآخر دعوانا أن الحمد لله ربّ العالمين**

**الباحث**

## مستخلص الرسالة

(أثر انموذج تسريع التفكير في التأزر البصري الحركي وتعلم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب )

المشرف: ا.د. رشوان محمد جعفر الهاشمي

الباحث: عمر فالح عباس

٢٠٢٣ م

١٤٤٤ هـ

الكلمات المفتاحية: انموذج تسريع التفكير، التأزر البصري الحركي، سباحة الحرة



اشتملت الرسالة على خمسة فصول:

تضمن الفصل الأول مقدمة البحث وأهميته، إذ جرى التطرق فيها إلى عملية التعلم والتعليم، لكونها تشكل أحد الأسس المهمة في حياة الفرد، و تطرق الباحث إلى أهمية رياضة السباحة ومنها السباحة الحرة بعدها أكثر فعاليات السباحة ممارسة وتعلما، وتكمن أهمية البحث في تحقيق افضل واعلى مستويات من خلال اعطاء وحدات تعليمية على وفق انموذج تسريع التفكير ولغرض تعليمهم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب، و تكمن مشكلة البحث في ان الصعوبة تكون حاضرة لدى اغلب الطلاب في بناء متطلبات التكيف وشبح الخوف مع هذه البيئة المغايرة (الماء) ميكانيكيتهما واكتساب مهاراتها بشكل جلي وانتشار امييتها على مستوى القطر والذي يعزو الى قلة استخدام العاملين في مجال تعلم السباحة النماذج القائمة على التفكير واقتصارهم على أساليب معظمها تركز على منهجية متبعة وتقليدية نحو التعلم وان اثبتت جدواها ولكنها تحتاج الى التجديد والمواكبة ومن خلال ذلك شرع الباحث بدراسة هذه المشكلة ومحاولة وايجاد الحلول المناسبة لها من خلال وحدات تعليمية تتضمن تمرينات مهارية قائمة على انموذج تسريع التفكير ومعرفة اثره في بناء التأزر الحركي اعتمادا على حاسة البصر وانعكاس ذلك على تعلم الاداء الفني لسباحة الحرة بما ينسجم مع قاعدة مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين واستثمار الوقت والجهد في عملية التعلم .

### أما اهداف البحث فتمثلت بالآتي:

١. اعداد وحدات تعليمية بانموذج تسريع التفكير في التأزر البصري الحركي لتعلم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب.
٢. التعرف على اثر الوحدات التعليمية بانموذج تسريع التفكير في التأزر البصري الحركي وتعلم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب.
٣. التعرف على الفروق بين الوحدات التعليمية بانموذج تسريع التفكير على الاسلوب التعليمي المتبع من قبل الكلية.

### اما فرضيات البحث:

١. هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبليه والبعديه وللمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبارات البعديه.
٢. هناك فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارات البعديه بين المجموعتين الضابطة و التجريبية ولصالح المجموعة التجريبية.

وشمل الفصل الثاني الدراسات النظرية والسابقة، إذ تطرق الباحث في الإطار النظري إلى: التفكير وأشكاله، وخصائصه واغراضه، اهمية التفكير في عملية التعلم، وانموذج تسريع التفكير وخطواته الأجرائية، والنظريات التي يقوم على اساسها انموذج تسريع التفكير والتأزر البصري الحركي واهميته في السباحة، ومهارة السباحة الحرة، فضلاً عن الدراسات السابقة.

أما الفصل الثالث فتضمن توضيحاً للمنهج المستعمل في البحث وهو المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبارين القبلي والبعدي، ووسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستعملة، وتمثلت عينة البحث بطلاب المرحلة الاولى كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة كرميان/ للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢٣) البالغ عددهم (١٣٠) طالباً، وبواقع (١٠) طلاب مثلوا مجتمع البحث، وجرى تقسيمهم الى مجموعتين (تجريبية وضابطة)، وبعد جمع البيانات استعمل الباحث الوسائل الإحصائية المناسبة لبحثه.

وشمل الفصل الرابع عرض وتحليل نتائج الاختبارات للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على شكل جداول وأشكال بيانية توضيحية، ومن ثم مناقشتها بأسلوب علمي بالاعتماد على المصادر العلمية.

#### واحتوى الفصل الخامس الاستنتاجات والتوصيات: الاستنتاجات:

١. كان للوحدات التعليمية بانموذج تسريع التفكير تأثير إيجابي في بناء التأزر البصري الحركي و تعلم سباحة الحرة للطلاب.
٢. أثر الوحدات التعليمية وما تضمنت من تمرينات وفق انموذج تسريع التفكير بشكل أفضل من الاسلوب التعليمي المعتمد في الكلية في بناء وتطوير التأزر البصري الحركي وتعلم الاداء الفني في السباحة الحرة.

#### التوصيات:

١. اعتماد انموذج تسريع التفكير في تعليم سباحة الحرة للمراحل الأولى- كلية التربية الرياضية- لفاعليته وإمكانية تطبيقه.
٢. يوصي الباحث على استخدام التمرينات الأرضية والاجهزة المحاكية للحركة ضمن مفردات الوحدات التعليمية .

## ثبت المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع	ت
١	العنوان.	١
٢	الآية القرآنية.	٢
٣	إقرار المشرف.	٣
٤	إقرار المقوم الإحصائي.	٤
٥	إقرار المقوم اللغوي.	٥
٦	إقرار المقوم العلمي الأول	٦
٧	إقرار المقوم العلمي الثاني	٧
٨	إقرار لجنة المناقشة والتقويم.	٦
٩	الإهداء.	٧
١١-١٠	الشكر والثناء.	٨
١٤-١٢	مستخلص الرسالة باللغة العربية.	٩
١٨-١٥	ثبت المحتويات.	١٠
١٩	ثبت الجداول.	١١
٢٠-١٩	ثبت الأشكال.	١٢
٢١	ثبت الملاحق.	١٣
<b>الفصل الأول.</b>		
٢٣	التعريف بالبحث.	١
٢٤-٢٣	مقدمة البحث وأهميته.	١-١
٢٥	مشكلة البحث.	٢-١
٢٦	اهداف البحث.	٣-١
٢٦	فروض البحث.	٤-١
٢٦	مجالات البحث.	٥-١
٢٦	المجال البشري.	١-٥-١
٢٦	المجال الزماني.	٢-٥-١
٢٦	المجال المكاني.	٣-٥-١
٢٧	تحديد المصطلحات	٦-٥-١

## الفصل الثاني .

٢٨	الدراسات النظرية والدراسات السابقة.	-٢
٢٩	الدراسات النظرية.	١-٢
٣١-٢٩	التفكير:	١-١-٢
٣٢-٣١	اشكال التفكير	١-١-١-٢
٣٣-٣٢	كيف يحدث التفكير:	٢-١-١-٢
٣٤-٣٣	خصائص التفكير واغراضه:	٣-١-١-٢
٣٥-٣٤	أهمية التفكير في عملية التعلم:	٤-١-١-٢
٣٦-٣٥	تنمية مهارات التفكير:	٥-١-١-٢
٣٧-٣٦	أنموذج تسريع التفكير:	٢-١-٢
٣٨-٣٧	اهداف انموذج تسريع التفكير:	١-٢-١-٢
٣٩-٣٨	الخطوات الاجرائية لأنموذج تسريع التفكير:	٢-٢-١-٢
٤٠-٣٩	مراحل أنموذج تسريع التفكير:	٣-٢-١-٢
٤٤-٤٠	النظريات التي يقوم على اساسها أنموذج تسريع التفكير:	٤-٢-١-٢
٤٥-٤٤	التأزر البصري - الحركي	٣-١-٢
٤٨-٤٦	اهمية التأزر البصري الحركي في الرياضة:	١-٣-١-٢
٤٨	الاداء الفني في السباحة الحرة:	٤-١-٢
٤٩	وضع الجسم في السباحة الحرة	١-٤-١-٢
٥١-٤٩	حركات الذراعين في السباحة الحرة	٢-٤-١-٢
٥٢	حركة الذراع خارج الماء	٣-٤-١-٢
٥٢	تتابع حركة الذراعين	٤-٤-١-٢
٥٣-٥٢	حركات الرجلين في السباحة الحرة	٥-٤-١-٢
٥٥-٥٤	التنفس	٦-٤-١-٢
٥٦	الدراسات السابقة:	٢-٢



٥٦	دراسة علاء احسان علي (٢٠٢٠):	١-٢-٢
٥٨-٥٧	دراسة نور عدنان محمد جواد دبش (٢٠٢١):	٢-٢-٢
٥٩-٥٨	دراسة دراسة لبيث خليل جاسم (٢٠١٧):	٣-٢-٢
٦٠	أوجه التشابه والاختلاف في الدراسة الحالية والدراسات السابقة:	٤-٢-٢
٦٠	أوجه الإفادة من الدراسات السابقة:	٥-٢-٢

### الفصل الثالث

٦٢	منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:	٣-
٦٣-٦٢	منهج البحث:	١-٣
٦٥-٦٣	مجتمع البحث وعينته.	٢-٣
٦٥	وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة.	٣-٣
٦٦-٦٥	وسائل جمع المعلومات	١-٣-٣
٦٧-٦٦	الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث.	٢-٣-٣
٦٧	الاختبارات المستخدمة بالبحث:	٤-٣
٦٨-٦٧	اختبار قياس الطفو على البطن	١-٤-٣
٧٠-٦٨	اختبار قياس التآزر بين اليدين والعينين	٢-٤-٣
٧١	تقويم الأداء الفني في السباحة الحرة:	٣-٤-٣
٧١	استمارة تقويم الاداء الفني في السباحة الحرة :	١-٣-٤-٣
٧١	درجات التقويم:	٢-٣-٤-٣
٧١	طريقة التقويم:	٣-٣-٤-٣
٧١	اختبار الاداء الفني في السباحة الحرة :	٤-٣-٤-٣
٧٢	مواصفات الاختبار:	١-٤-٣-٤-٣
٧٢	الهدف من الاختبار:	٢-٤-٣-٤-٣
٧٢	الادوات:	٣-٤-٣-٤-٣
٧٢	طريقة الاداء :	٤-٤-٣-٤-٣
٧٣-٧٢	طريقة التسجيل:	٥-٤-٣-٤-٣

٧٤-٧٣	التجارب الاستطلاعية:	٥-٣
٧٥-٧٤	إجراءات التجربة الرئيسية:	٦-٣
٧٦-٧٥	الاختبارات القبلية لعينة البحث:	١-٦-٣
٧٩-٧٦	تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة:	٢-٦-٣
٨٠-٧٩	الاختبارات البعدية:	٣-٦-٣
٨٠	الوسائل الإحصائية:	٧-٣

### الفصل الرابع.

٨٢	عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.	٤
٨٣-٨٢	عرض نتائج الاختبارات (القبلية - البعدية) للمجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها.	١-٤
٨٥-٨٤	عرض نتائج الاختبارات (القبلية - البعدية) للمجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها.	٢-٤
٨٨-٨٦	عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لمتغيرات البحث وتحليلها ومناقشتها.	٣-٤
٩٠-٨٨	مناقشة نتائج عينة البحث في اختبار التآزر البصري.	٤-٤
٩٣-٩٠	مناقشة نتائج عينة البحث الخاصة باختبار الأداء الفني في السباحة الحرة.	٤-٥

### الفصل الخامس: الاستنتاجات والتوصيات

٩٥	الاستنتاجات.	١-٥
٩٦	التوصيات.	٢-٥
٩٧	المصادر والمراجع.	
١٠٦-٩٨	المصادر العربية.	
١٠٦	المصادر الأجنبية.	
١٤٠-١٠٧	الملاحق.	
A-B-C-D	المستخلص باللغة الانكليزية.	

### ثبت الجداول

رقم الصفحة	العنوان	رقم الجدول
٦٠	يوضح اوجه التشابه والاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة.	.١
٦٣	يوضح تصميم المجموعة الضابطة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي و البعدي (المجموعتين المتكافئتين).	.٢
٦٤	يبين النسب المئوية لمجتمع البحث	.٣
٦٤	يبين تجانس عينة البحث في متغيرات (العمر – الطول – الوزن)	.٤
٦٥	يبين تكافؤ المجموعتين التجريبية و الضابطة في نتائج الاختبار القبلي.	.٥
٧٩	يوضح أقسام الوحدة التعليمية و الوقت و النسبة المئوية لكل قسم خلال مدة تطبيق الوحدات التعليمية.	.٦
٨٢	يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t.test) ونسبة الخطأ بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية.	.٧
٨٤	يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t.test) ونسبة الخطأ بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة.	.٨
٨٦	يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t-test) ومستوى الخطأ لها بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي.	.٩

### ثبت الأشكال

رقم الصفحة	العنوان	رقم الشكل
٤٢	يوضح النمو المعرفي ل (جان بياجيه).	.١
٤٩	يوضح وضع الجسم داخل الماء.	.٢
٥١	يوضح عملية مسك الماء وبدء انثناء المرفق.	.٣

٥٢	يوضح مراحل حركة الذراع في السباحة الحرة.	.٤
٥٣	يوضح حركات الرجلين بالسباحة الحرة.	.٥
٥٥	يوضح وضع التنفس في السباحة الحر.	.٦
٥٥	يوضح حركة السباحة الحرة ومراحل عمل الذراعين والرجلين من الجانب والامام.	.٧
٧٠	يوضح شكل المنظومة ولوحة المفاتيح الخاصة بالاختبار	.٨
٧٠	يوضح شكل الاختبار الخاص بالتأزر البصري باستخدام منظومة اختبارات فيينا.	.٩
٨٣	يوضح الاوساط الحسابية للاختبارات القبلية والبعديية لاختبار التأزر البصري للمجموعة التجريبية.	.١٠
٨٣	يوضح الاوساط الحسابية للاختبارات القبلية والبعديية لاختبار الاداء الفني للمجموعة التجريبية	.١١
٨٥	يوضح الاوساط الحسابية للاختبارات القبلية والبعديية لاختبار التأزر البصري للمجموعة الضابطة.	.١٢
٨٥	يوضح الاوساط الحسابية للاختبارات القبلية والبعديية لاختبار تقييم الاداء الفني للمجموعة الضابطة.	.١٣
٨٧	يوضح الاوساط الحسابية للاختبارات البعديية لاختبار التأزر البصري للمجموعة التجريبية والضابطة.	.١٤
٨٧	يوضح الاوساط الحسابية للاختبارات البعديية لاختبار تقييم الاداء الفني للمجموعة التجريبية والضابطة.	.١٥
١١٢	يوضح منظومة اختبارات فيينا	.١٦
١١٣	يوضح الجهاز الرئيسي لاختبار ادراك المحيط	.١٧
١١٤	يوضح لوحة الاستجابة الشاملة لمنظومة فيينا	.١٨
١١٥	يوضح دواسات القدم الرقمية لمنظومة فيينا	.١٩
١١٩	يوضح عينة البحث وهي تخضع لاختبار التأزر البصري الحركي وفق منظومة فيينا	.٢٠

## ثبت الملاحق

رقم الملحق	العنوان	رقم الصفحة
.١	كتاب تسهيل المهمة الى جامعة كرميان -كلية التربية الرياضية	١٠٨
.٢	استمارة استبانة تقييم مستوى الاداء الفني في السباحة الحرة	١٠٩
.٣	استمارة تقويم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب	١١٠
.٤	خبراء تقويم مستوى الاداء الفني لعينة البحث.	١١١
.٥	منظومة اختبارات فيينا.	١١٩-١١٢
.٦	استمارة بيان رأي الخبراء والمختصين لصلاحية التمرينات في الوحدات التعليمية .	١٢٠
.٧	المقابلات الشخصية مع ذوي الخبرة والاختصاص.	١٢١
.٨	اسماء فريق العمل المساعد ومكان عملهم	١٢٢
.٩	التمارين المستخدمة داخل وخارج الماء	١٢٣-١٢٧
.١٠	الوحدات التعليمية وفق انموذج تسريع التفكير	١٢٨-١٤٠

# الفصل الاول

١- التعريف بالبحث.

١-١ مقدمة البحث وأهميته.

٢-١ مشكلة البحث.

٣-١ أهداف البحث.

٤-١ فروض البحث.

٥-١ مجالات البحث.

١-٥-١ المجال البشري.

٢-٥-١ المجال الزماني.

٣-٥-١ المجال المكاني.

## ١- التعريف بالبحث:

## ١-١ مقدمة البحث وأهميته:

حظيت طرائق التدريس وأساليبها في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة بنصيب واسع من التقدم والتطور نتيجة النهضة العلمية التكنولوجية التي اجتاحت العالم في مختلف مجالات المعرفة العلمية والإنسانية وبذلك تعددت طرائق التدريس واستعمالها لاساليب متعددة، فردية وجماعية، ومحاولة المختصين البحث عن نماذج تواكب الحداثة وتحقق للاجيال الحاضرة والقادمة فرص التقدم والنهوض من خلال قدرتها على محاكاة طريقة تفكيرهم وتنمي قابليتهم على التوظيف الامثل له في تلقينهم للخبرات سواء معرفية او نفسية او نفس حركية وأساليب تعليمية حديثة سواء معرفية أو تطبيقية تساعد على تسهيل توصيل المعلومات إلى المتعلمين، ومن ضمن هذه النماذج هو انموذج تسريع التفكير، إذ يعد من الأساليب الحديثة المستعملة في التعليم، وأن أساس هذا الأنموذج قائم على وضع مشكلة أو موقف تعليمي للطلاب لا يستطيعون تجاوزه بسهولة حيث ذلك سوف يجعلهم في صراع ذهني لتوليد أفكار جديدة وإيجاد استجابة حركية صحيحة تمكنهم من الانتقال إلى مرحلة تطور ذهني متقدمة، ومن الأمور المهمة والرئيسة في التعلم هذا التنوع من أساليب التعلم الحديثة التي طرأت على العملية التعليمية، وهناك العديد من الأساليب وكل أسلوب يتماشى مع مرحلة معينة من مراحل التعليم أو التدريب فضلاً عن مسابرة إلى نوع المهارة المطلوب تعلمها، إنما يتوجب علينا أن نقوم باختيار أنسب الأساليب وأكثرها اقتصاداً عند المهارة الحركية "وان هدف المعلم الرئيس الذي يبتغيه هو الوصول بالمتعلم الى التعلم المؤثر بأقصى حد ولمهارات عدة خلال مدة محددة من الوقت قد تكون فصلية او سنوية، لهذا يحاول المعلم اختيار التمارين وعدد محاولاتها التكرارية ضمن الوقت المحدد بهدف تنظيم التمرين"<sup>(١)</sup>.

يعد نموذج تسريع التفكير احد النماذج التي تنمي قدرة العقل لدى الطلبة وتساعد في بناء المعرفة ونمو الشخصية لديهم، حيث صمم هذا النموذج على يد عدد من التربويين في

(١) Schmidt A.Richard and Graig A.Wrisberg ، Motor Learning and performance ، Human Kenticس ، (2000) ، p232.

بريطانيا وفي مقدمتهم (مايكل شاير) وقد اشتقت خطواته من نظرية النمو لبياجيه التي تتضمن اعطاء الطلبة حرية اكتشاف الاشياء والحوادث من خلال خبراتهم الخاصة واستخدام عنصر التجسير لبناء المعرفة في العقل وعكسه بشكل حركي داخل المسبح ، حيث يجمع نموذج تسريع التفكير بين اساليب عدة حديثة للتدريس مثل الاستقصاء والاستقراء والاكتشاف وحل المشكلات مما يجعل دور الطالب ايجابياً ومحوراً للعملية التعليمية وتساعد في تعديل السلوك لدى الطلبة لتوجيههم نحو التفكير العلمي والمنطقي.

تعد السباحة إحدى الفعاليات المحببة والمشوقة والممتعة للكثير من شعوب العالم والتي يمكن الاستفادة منها في تطوير النواحي البدنية والمهارية فضلاً عن النواحي الصحية والنفسية والاجتماعية، وان هذه الرياضة تحتاج الى عمليات عقلية جيدة وتأزر بصري بين اطراف الحركة حتى نصل الى الاداء الجيد. اذ ان السباحة الحرة إحدى أنواع السباحة وهي واحدة من أهم فعاليات السباحة الأولمبية إذ تحتل المرتبة الاولى في الترتيب الأولمبي من حيث السرعة ولذلك اعتنت الدول بتعليمها وتطويرها للحصول على أكثر عدد ممكن من الأوسمة في البطولات عن طريق تطوير المناهج التعليمية الخاصة بها وصولاً إلى تحقيق أفضل النتائج في المستقبل.

ان العناية باعداد المتعلم للسباحة بشكل متكامل من جميع النواحي بالاهتمام بالتركيز على التأزر البصري الحركي سوف يجعله قادراً بشكل افضل على اداء المهارات الاساسية للفعاليات الرياضية عامة والسباحة بشكل خاص كون ان السلوك الحركي هو نتاج عمل عضلة واحدة او مجموعة عضلات ضمن اسس زمانية ومكانية تحكمها علاقة طردية او عكسية او متوازية تأزرية تظهر بشكل دال من خلال السلوك الحركي وانسيابيته وقلة مدة ما يسمى بالبقعة الميتة كسر الايقاع وهذا لا يتم الا من خلال تحقيق التأزر بين الاجزاء المسؤولة على انتاج ذلك ومدى مساهمة البصر فيه وخاصة في بيئة مغايرة للبيئات الاخر التي تجري فيها الفعاليات الرياضية الا وهو الماء .

وتكمن اهمية البحث في المحاولة لتحقيق تعلم اسرع من خلال اعطاء وحدات تعليمية على وفق نموذج تسريع التفكير و معرفة تأثيرها في بناء التأزر الحركي بالاعتماد على حاسة النظر وانعكاس ذلك على تعلم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب .



## ٢-١ مشكلة البحث:

تعد رياضة السباحة كونها تستعمل الوسط المائي كوسيلة للتحرك من خلاله، بحد ذاته يعد تحدي للذي يتفاعل معه حيث تحدث ردود فعل نفسية معيقة للتعلم كالخوف والاستجابات العشوائية المختلفة من فرد إلى آخر نتيجة انعدام الخبرة في كيفية التصرف في الماء أو قتلها، كونها مهارة حركية في المقام الأول لحركة متكررة تتطلب التعلم الجيد، والصقل المستمر لاستقرارها وثباتها بصورة سليمة، وبعد اطلاع الباحث على الكثير من المصادر الخاصة والدراسات السابقة واجراء العديد من المقابلات الشخصية مع ذوي الخبرة والاختصاص(\*) ومن خلال متابعة الباحث ومشاهدته لطرق تعلم درس السباحة للطلاب حيث تكون الصعوبة حاضرة لدى اغلبهم في بناء متطلبات التكيف وشبح الخوف مع هذه البيئة المغايرة ميكانيكيتهما واكتساب مهارتها بشكل جلي وانتشار اميتها على مستوى القطر ، والذي يعزو الى قلة استخدام العاملين في مجال تعلم السباحة النماذج القائمة على التفكير واقتصارهم على اساليب معظمها تركز على منهجية متبعة وتقليدية نحو التعلم وان اثبتت جدواها ولكنها تحتاج الى التجديد والمواكبة ، لذي ارتأى الباحث اعتماد نموذج حديث يعتمد تسريع التفكير كمحاولة منه لتطوير التعليم، وتسهيل تعلم رياضة السباحة بما ينعكس على انتشارها بشكل جيد، عن طريق وحدات تعتمد انموذج تسريع للتفكير لبناء التآزر الحركي اعتمادا على النظر في تعلم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب.

(\*) ينظر الملحق (٧)

**٣-١ أهداف البحث:**

١. اعداد وحدات تعليمية بانموذج تسريع التفكير في التأزر البصري الحركي لتعلم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب.
٢. التعرف على اثر الوحدات التعليمية بانموذج تسريع التفكير في التأزر البصري الحركي وتعلم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب.
٣. التعرف على الفروق بين الوحدات التعليمية بانموذج تسريع التفكير على الاسلوب التعليمي المتبع من قبل الكلية.

**٤-١ فروض البحث:**

١. هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة وللمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبارات البعديّة.
٢. هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية.

**٥-١ مجالات البحث :**

**١-٥-١ المجال البشري:** طلبة المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة كرميان.

**٢-٥-١ المجال الزمني:** المدة من ٢٠٢٢/٩/١ الى ٢٠٢٣/٧/٢٦.

**٣-٥-١ المجال المكاني:** مسبح كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة كرميان.

## ٦-١ تحديد المصطلحات:

انموذج تسريع التفكير: انه انموذج يساعد في وصول الطلاب لمرحلة التفكير الشكلي المبكر بدلاً من الانتظار لوصولهم لهذه المرحلة تدريجياً ويتضمن خمس خطوات وهي التحضير الحسي الملموس، والصراع الذهني المعرفي، وتشكيل المفاهيم، والادراك فوق المعرفي، والتجسير.<sup>(١)</sup>

التعريف الاجرائي لأنموذج تسريع الأفكار: هو وضع موقف تعليمي يعتمد التجسير للبناء المعرفي وسيلة لزيادة سرعة وكفاءة توليد الأفكار وتطويرها، من خلال استخدامه لمجموعة من الأساليب والتقنيات لتحفيز العقل وتعزيز قدرته على إنتاج الأفكار بسرعة أكبر وتوليد مجموعة متنوعة من الحلول المبتكرة.

التأزر البصري الحركي عرفته (خديجة بن فليس، ٢٠٠٦) بأنه " القدرة على حدوث تناسق سليم بين العين واليد والتكامل بين حركة العين والجسم لأداء أنشطة عديدة "<sup>(٢)</sup>.

التعريف الاجرائي للتأزر البصري الحركي: هو بناء التناسق بين حركة اليد او الرجل او كلاهما بشكل تبادلي بالاعتماد على البصر لإتمام واجبها الحركي من خلال ضبط ايقاع العضلات في الشد والارتخاء الذي تحتاجه وفق اساس زماني ومكاني محدد كمتطلب رئيسي لبناء شكل الحركة (السباحة الحرة)، ومحاولة دمج العضلات لعمل المهمة.

(١) صادق، منير موسى: فعالية برنامج ادي شاير في تحصيل الفيزياء وتسريع النمو العقلي لطلاب الصف الاول الثانوي في سلطنة عمان، مؤتمر العلمي السادس، التربية العلمية وثقافة المجتمع، الجمعية المصرية للتربية العلمية، كلية التربية جامعة عين شمس، المجلد الاول.

(٢) خديجة بن فليس: أنماط السيادة النصفية للمخ والادراك والذاكرة البصرية، (اطروحة دكتوراه، جامعة القسنطينة / كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، الجزائر، ٢٠٠٩) ص ١١٣.

# الفصل الثاني

## الدراسات النظرية والدراسات السابقة.

- ١-٢ الدراسات النظرية.
- ١-١-٢ التفكير:
- ١-١-٢-١ أشكال التفكير:
- ١-١-٢-٢ كيف يحدث التفكير:
- ١-١-٢-٣ خصائص التفكير وأغراضه:
- ١-١-٢-٤ أهمية التفكير في عملية التعلم:
- ١-١-٢-٥ تنمية مهارات التفكير:
- ١-٢-٢ أنموذج تسريع التفكير:
- ١-٢-٢-١ أهداف انموذج تسريع التفكير:
- ١-٢-٢-٢ الخطوات الاجرائية لأنموذج تسريع التفكير:
- ١-٢-٢-٣ مراحل أنموذج تسريع التفكير:
- ١-٢-٢-٤ النظريات التي يقوم على اساسها أنموذج تسريع التفكير:
- ١-٢-٣ التأزر البصري - الحركي
- ١-٢-٣-١ أهمية التأزر البصري الحركي في الرياضة:
- ١-٢-٣-٢ الاداء الفني في السباحة الحرة:
- ١-٢-٣-٤ وضع الجسم
- ١-٢-٣-٢ حركات الذراعين في السباحة الحرة
- ١-٢-٣-٣ حركات الذراع خارج الماء
- ١-٢-٣-٤ تتابع حركة الذراعين
- ١-٢-٣-٥ حركات الرجلين في السباحة الحرة
- ١-٢-٣-٦ التنفس
- ٢-٢ الدراسات المرتبطة :
- ١-٢-٢ دراسة علاء احسان علي (٢٠٢٠):
- ٢-٢-٢ دراسة نور عدنان محمد جواد ديش (٢٠٢١):
- ٢-٢-٢ دراسة ليث خليل جاسم (٢٠١٧):
- ٢-٢-٤ أوجه التشابه والاختلاف في الدراسة العالية والدراسات المرتبطة :
- ٢-٢-٥ أوجه الإفادة من الدراسات المرتبطة :

## ١-٢ الدراسات النظرية :

## ١-١-٢ التفكير:

يعد التفكير من اعقد انواع السلوك لدى الانسان وهو اعلى مستويات النشاط العقلي ويعد عملية عقلية مصاحبة للإنسان بشكل دائم ومستمر وهو من أهم الخصائص التي تميزه عن المخلوقات الاخرى لأنه ناتج تركيب دماغ الانسان مقارنة بتركيبته البسيطة للمخلوقات الاخرى<sup>(١)</sup>. والتميز يأتي هنا بأن للإنسان القدرة على تحديد الهدف من سلوكه، وتخيل الوسائل وابتكار الحيل والبدائل التي تؤدي إلى تحقيق هذا الهدف<sup>(٢)</sup> إن التفكير مفهوم افتراضي يشير إلى عملية داخلية تعزى إلى نشاط ذهني معرفي تفاعلي انتقائي قصدي موجه نحو مسالة ما ، أو اتخاذ قرار معين ، أو إشباع رغبة في الفهم أو إيجاد معنى أو إجابة عن سؤال ما ويتطور التفكير لدى الفرد تبعاً لظروفه البيئية المحيطة<sup>(٣)</sup>.

إن من أهم وظائف التفكير هو إيجاد الحلول للمشاكل والعوائق التي تحول دون تلبية حاجات ودوافع الفرد الفطرية والمكتسبة ، الفسلاجية والنفسية بدون تدخل التفكير لا يتم إشباع تلك الحاجات فيختل التوازن النفسي وتفشل عملية التكيف<sup>(٤)</sup>.

والتفكير عبارة عن سلسلة من النشاطات العقلية غير المرئية التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير يتم استقباله عن طريق واحدة أو أكثر من الحواس الخمس، بحثاً عن معنى في الموقف أو الخبرة<sup>(٥)</sup>، وقد توصلت البحوث والدراسات البيولوجية والعصبية حول تكوين الدماغ البشري وتطوره إلى معلومات قيمة عن تركيب الدماغ أدت إلى ظهور تفسيرات جديدة لوظائفه، فالدماغ البشري يولد ( ٢٥ واط ) من الطاقة في حالة الوعي، وتنقل المعلومات فيه بسرعة ( ٢٤٠ ميل في الساعة ) وتنقل بين جانبي الدماغ الأيمن

(١) ابراهيم الفقي : قوة التفكير، ط١: ( القاهرة، شركات الدكتور ابراهيم الفقي ، ٢٠٠٧ ) ص ١٣٤.

(٢) أسماء ضيف الله صالح: أثر البرنامج التدريبي أدوات التفكير و الانتباه المباشر على التفكير الإبداعي كقدرات و سمات إبداعية لدى عينة من طالبات الصف الأول الثانوي في كل من الفرعين الأدبي و العلمي، (رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، ٢٠٠٠) ص ٥.

(٣) نايبة قطامي: تعليم التفكير للمرحلة الأساسية، ط١: (عمان، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع، ٢٠٠١) ص ١٥.

(٤) علي الأمير: فسلجة النفس، ط١: (بغداد، دار الشؤون الثقافية العامة، ٢٠٠٢) ص ٢٩٣.

(٥) عبد الله الموسوي و (آخرون)؛ التفكير و مهارات التفكير، (الكتاب الجامعي، العدد الثاني، مركز التطوير و التعليم المستمر، جامعة بغداد، ٢٠٠٤، ص ٢٦.

والأيسر بلايين الوحدات ( bits ) من المعلومات في الثانية، علماً أن ما يستخدمه الإنسان من طاقة الدماغ هي اقل من (٥%)<sup>(١)</sup>.

ويعرف التفكير بأنه "نشاط عقلي يستخدم الإدراك والتصور والتذكر في توجيه الطاقة الذهنية لحل المشكلات ومواجهة المواقف المعقدة أو الجديدة والتي يتطلب تصرفاً معيناً مقيداً بالظروف المحيطة والعلاقات الموجودة بين أجزاء هذا الموقف أو بينه وبين مواقف أخرى سابقة من تجارب الشخص الماضية"<sup>(٢)</sup>.

وعرفه (وجيه محبوب وآخرون، ٢٠٠٠) بأنه " قدرة الفرد على جعل المعلومات العامة والثقافية والنظرية التي ترتبط بالمهارات لخدمة البناء الحركي التكتيكي، وأن التفكير الجيد معناه السرعة في اتخاذ القرار الجيد في الذاكرة مع تثبيت مكونات المعلومات المرئية بإعادة المهارة، إذ أن التفكير يؤدي إلى الثقة بالنفس وبخاصة في إنتاج الحركات الجديدة التي لم يظهر تكتيكها بالسابق ومن ثمّ سيعطى الإبداع"<sup>(٣)</sup>.

وعرفه (أكرم محمد صبحي ونجاح شلش، ١٩٩٤) بأنه " العملية التي يقوم بها الفرد بعد أن يدرك أبعاد الموقف الراهن ويتذكر خبراته السابقة والعملية العقلية الأخيرة التي تحدثت قبل إصدار السلوك مباشرة ، وهو أيضا العملية التي توجه السلوك وتحدهه"<sup>(٤)</sup>. ويراه (إبراهيم وجيه، ١٩٦٦) بأنه " أحد العمليات العقلية التي تشمل التنظيم العقلي والمعرفي والتي تعتمد إلى حد كبير على قدرة الفرد العقلية العامة"<sup>(٥)</sup>.

وعرفه (سيد خير الله، ١٩٧٣)"هو العملية التي ينظم بها العقل خبراته بطريقة جديدة لحل مشكلة معينة وهو يدرك علاقة جديدة بين موضوعين أو بين عدة موضوعات"<sup>(٦)</sup>. وعرفه (صالح محمد وأبو جادومحمد، ٢٠١٣) :هو عملية عقلية معرفية وجدانية عليا تبني و تأسس على محصلة من العمليات النفسية كالإدراك ، الاحساس والتخيل ، وكذلك

(١) Clary, J.V.( 1992 ) "A content Analysis of Commercially Prepared Thinking Skills Programs" . Dissertation Abstracts International. 53 , N. 6 : 1198 A.

(٢) محمد خليفة بركات: علم النفس التعليمي، ط٣: (الكويت، دار العلم، ١٩٧٩) ص١٢٤.  
 (٣) وجيه محبوب (آخرون): نظريات التعلم والتطور الحركي، ط٢: (بغداد، دار الكتب والوثائق، ٢٠٠٠) ص٥٢.  
 (٤) أكرم محمد صبحي ونجاح شلش: التعلم الحركي، (العراق، جامعة البصرة، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٩٤) ص١٨٧.  
 (٥) إبراهيم وجيه محمود: دراسة تجريبية للعوامل المساهمة في تحسين التفكير الناقد، (أطروحة دكتوراه، مصر، جامعة عين شمس، كلية التربية، ١٩٦٦) ص٢٤.  
 (٦) سيد خير الله: المدخل إلى العلوم السلوكية، ط٢: (القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٧٣) ص١٨٨.

العمليات العقلية كالتذكر والتجديد والتعميم والتمييز والمقارنة وكلما اتجهنا من المحسوس الى المجرد كان التفكير اكثر تعقيداً.<sup>(١)</sup>

## ٢-١-١-١ اشكال التفكير<sup>(٢)</sup>

- **التفكير المنطقي:** هو التفكير الذي يمارسه الفرد عند محاولة بيان الأسباب والعلل التي تكمن وراء الأشياء ، ومحاولة معرفة نتائج أعمال الناس.

- **التفكير المحسوس:** ويعتمد هذا النوع من التفكير على القدرة على إبراز البيانات والوقائع المادية الحسية لإثبات وجهة نظر أو تدعيم سلوك معين

- **التفكير المجرد:** هو عملية ذهنية تهدف إلى استنباط النتائج واستخلاص المعاني المجردة للأشياء والعلاقات.

- **التفكير الاستقرائي:** هو عملية استدلال عقلي تهدف إلى التوصل للاستنتاجات أو معرفه معتمده على الفروض أو المقدمات المتوفرة للفرد.

- **التفكير الأستبصاري:** هو التفكير الذي يصل فيه الفرد الى الحل معرفياً من خلال تحليل الموقف وإدراك العناصر المتضمنة فيه وفهمه بصورة كلية معتمداً على الخبرات السابقة وقدراته ذاتياً.

- **التفكير الاستنباطي:** هو عملية استدلال منطقي تهدف الى التوصل الى استنتاجات أو معرفه معتمده على الفروض أو المقدمات المتوفرة للفرد.

- **التفكير التباعدي:** هو التفكير الذي يترتب عليه إنتاج العديد من الحلول أو الاستنتاجات المختلفة دون تقييد لتفكير الفرد بقواعد محددة مسبقاً كالتفكير الإبداعي.

(١) صالح محمد ابو جادو ومحمد بكر نوفل : تعليم التفكير النظرية والتطبيق ، ط٤ : (الاردن ، دار المسرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان ، ٢٠١٣) ص ٢٧.  
(٢) وسام صلاح وآخرون: مصدر سبق ذكره ، ٢٠١٨ ص ٢٣١

- **التفكير التقاربي** : حيث يتطلب هذا النوع من التفكير أن يسير الفرد وفق خطة منظمة تستند إلى قواعد محددة مسبقاً لتؤدي إلى نتيجة محددة كالتفكير الناقد.
- **التفكير الناقد**: هو تفكير تقاربي يعمل على تقييم مصداقية الظواهر والوصول إلى أحكام منطقية من خلال معايير وقواعد محددة.
- **التفكير الإبداعي**: هو تفكير تشعبي يتضمن توليد وتعديل للأفكار بهدف التوصل إلى نتائج تتميز بالأصالة والطلاقة والمرونة ، ويعتمد على الخبرة السابقة للفرد وقدرته على عدم التقيد بحدود وقواعد المنطق أو ما هو بديهي ومتوقع من الناس.
- **التفكير التأملّي**: هو التفكير الذي يتأمل فيه الفرد الموقف الذي أمامه ، ويحلله إلى عناصره ويرسم الخطط اللازمة لفهمه بهدف الوصول إلى النتائج التي يتطلبها الموقف.
- **التفكير فوق المعرفي**: ويعد هذا النوع من التفكير من أعلى مستويات التفكير ، حيث يتطلب من الفرد أن يمارس عمليات التخطيط والمراقبة والتقويم لتفكيره بصورة مستمرة.

### ٢-١-١-٢ كيف يحدث التفكير؟

لقد ظل موضوع التفكير وآلية عمل الدماغ مدار خلاف بين الفلاسفة والعلماء، "فالعلاقات التي يقوم عليها التفكير تتكون من شيء أكبر من أن يوصف بجملته واحدة وفق وصف دي بونو ( De Bono ) كيفية عمل الدماغ كشبكة عصبية تتيح للخبرة أن تتحقق تنظيمياً ذاتياً عن طريق الإدراك، فالتفكير يتعامل بالإدراك وليس بالمنطق ولذلك نحن بحاجة إلى فهم كيفية عمل الادراك، إذ الادراك يتمثل في التنظيم الذاتي ونظام المعلومات الناشط وهذا يختلف تماماً عن أنظمة المعلومات الخاملة، التي يتم استخدامها في اجهزة الكمبيوتر"<sup>(١)</sup>، إن الدماغ ينظم المعلومات على شكل نماذج أو أنماط، وبعد ذلك يقوم باستدعاء هذه المعلومات المنظمة عند الحاجة، فمن خلال نظام التنظيم الذاتي يتم تنظيم المعلومات على شكل نماذج، وبعد ذلك يتم استعمال تلك المعلومات المنظمة .<sup>(٢)</sup>

(١) نايف قطامي: **تعليم التفكير للمرحلة الاساسية**، ط١: (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ٢٠٠١) ص٤٣٧.  
 (٢) ناديا هايل السرور: **تربية المتميزين والموهوبين**، ط١: (عمان، دار الكتب للطباعة والنشر والتوزيع، ١٩٩٨) ص ٢٥٣ .



" وعلى الرغم من وجود تقنيات متقدمة لقياس أنشطة الدماغ والتمثلة في النشاط الكهربائي لأعصاب الدماغ ، فإنه لم يتم إنجاز الكثير فيما يتعلق بربط التغيرات النفسية في الجسم مع التفكير ، وهذا ما ذكره دي بونو عام (١٩٦٩) لكن ما تحدث عنه بالأمس أصبح اليوم واقعاً فلقد زخر الادب التربوي بالكثير من الدراسات والبحوث التي تناولت موضوع علاقة المتغيرات النفسية والتفكير ، وقد اعتمدت الدراسة التي قام بها (شيمان ١٩٧٣ ) على زراعة أقطاب كهربائية في أدمغة إنسانية ، ويتم تسجيل نشاط كهربائي عام ، في حين كان الاشخاص يقومون بحل مشكلات معينة ، إذ أظهر النشاط الكهربائي تغيرات حادة اثناء المراحل الحرجة في حل المشكلة لكنها غير متماثلة عند الجميع أي أنها فردية ، وقد يفترض بعض من الدارسين أنهم يستطيعون وصف التفكير بأنه سلسلة خاصة من التغيرات الكهربائية داخل الدماغ ، وعلى الرغم من ذلك يقول جون وشوارتز (John&Schwatz) أنه من ناحية تجريبية ومنطقية لا يمكن الدفاع عن الفكرة القائلة أن محاولة إيجاد خلايا خاصة أو مناطق دماغية تتصل مباشرة بأفكار خاصة هو أمر ممكن ، فبدلاً من ذلك نرى أن الجوانب الجشطالتيية ( الكلية) للجهاز العصبي لا بد من وضعها بعين الاعتبار"<sup>(١)</sup>

### ٢-١-١-٣ خصائص التفكير واغراضه:

هناك عدة خصائص واغراض للتفكير على النحو الآتي<sup>(٢)</sup>:

١. التفكير عملية شعورية.
٢. التفكير عمل هادف ينشأ عندما يكون لدى الفرد موقف مشكل فيوجه نشاطه نحو الحل التفكير من مظاهر النشاط الانساني مثله في ذلك مثل اي نشاط سلوكي اخر يمارسه الفرد الانساني.
٣. ينطلق التفكير من الخبرة الحسية ولكنه لا ينحصر فيها بل يحتاج الى خبرات سابقة لدى الفرد.

اما اغراض التفكير فهي:

(١) أسماء ضيف الله صالح العبد اللات : أثر البرنامج التدريبي ادوات التفكير والانتباه المباشر على التفكير الابداعي كقدرات وسمات ابداعية لدى عينة من طالبات الصف الأول الثانوي في كل من الفرعين الادبي والعلمي ، رسالة ماجستير ، كلية الدراسات العليا ، الجامعة الاردنية ، ٢٠٠٠ ، ص ٥.

(٢) ياسين علوان التميمي وآخرون: علم النفس التربوي الرياضي، ط١: (بغداد، مؤسسة دار الصادق الثقافية، ٢٠١٧) ص ١٢٥.

١. الفهم والاستيعاب.
٢. الدهشة والاستغراب.
٣. الحكم على الأشياء.
٤. التخيل.
٥. الانغماس في احلام اليقظة.
٦. الفضول.
٧. الاحساس بالبهجة والاستماع

### ٢-١-١-٤ أهمية التفكير في عملية التعلم:

تعمل المدرسة على مساعدة المتعلمين على تحسين التفكير لديهم ليتمكنوا من الوصول إلى النتائج السليمة والصحيحة في المواقف والمشكلات التي تواجههم خلال عملية التعلم وللتفكير أهمية كبيرة في عملية التعلم حيث يساعد المتعلم على الآتي<sup>(١)</sup>:

- مساعدة المتعلم على رفع مستوى الكفاءة غير الاعتيادية في عصر ارتباط النجاح بالقدرة على التوثيق.
- مساعدة المتعلم على فهم المحتوى الدراسي، وبذلك يؤدي إلى رفع مستوى التحصيل لديهم.
- يسهم التفكير في تكوين شخصية المتعلم وبنائها بطريقة صحيحة ليكون مساهماً في تنمية مستقبلهم.
- ينمي لديهم القدرة على الاستقلال في الوصول إلى النتائج السليمة.
- يعطي التفكير للمتعلم احساساً بالسيطرة على أفكاره.
- يساهم على تنمية مهارات الجانب الوجداني.

والسؤال الذي يتناوله أغلب الباحثين هو هل بإمكاننا أن نتعلم التفكير؟

حيث إن هناك فرق بين تعليم التفكير وتعليم مهارات التفكير، " فتعليم التفكير يتضمن تهيئة الفرص والمواقف وتنظيم الخبرات التي تتيح الفرصة أمام المتعلمين للتفكير وحثهم ودفعهم على المبادرة والعمل، وتوظيف العمليات العقلية المختلفة، أما تعليم مهارات التفكير

(١) وسام صلاح وآخرون: انماط التعلم وتطبيقاته بين المعلم والمتعلم، ط١ دار الرضوان للنشر والتوزيع ٢٠١٩، ص ٢٢٩-٢٣١

فيتضمن افتراض التفكير مثل أي مهارة قابله للتعليم والتوظيف في مواقف الحياة، ويتضمن تعليم استراتيجيات وعمليات عقلية واستخدامها وفق مستويات محددة من خلال السيطرة العقلية على الأداء"، أما آلية التعليم المعتمدة على التفكير فهي: (١)

١. إن تعليم التفكير بكيفية معالجة المعلومات والخبرات، تفوق في قيمتها أهمية المعرفة نفسها وكميتها ، حيث ان تعلم كيفية الحصول على المعلومة أهم من تعلم المعلومة نفسها.
٢. التركيز على وظيفة التفكير أهم من التركيز على نتائج التفكير.
٣. توجيه المناهج نحو تعليم كيف نفكر ونتعلم، بدلاً من تعلم كيف نتذكر، فالتفكير المنتج هو التفكير الذي يشكل هدفاً للتخطيط والتعليم، ويقوم على الدمج والتكامل بين مهارات التفكير ومحتوى المادة الدراسية، بحيث يتم تعليم المحتوى ومهارات التفكير بوقت واحد.

### ٢-١-١-٥ تنمية مهارات التفكير:

تنقسم مهارات التفكير إلى ثلاث فئات أو أنواع رئيسية، بما فيه:

#### ١- مهارات التفكير الدنيا (الأساسية):

هذه المهارات تُمثّل الأساس لأيّ نشاط فكري. وتتضمن التقليد أو النقل واتباع القواعد والتوجيهات والحفظ والاستظهار والحفظ عن ظهر قلب والتحديد.

#### ٢- مهارات التفكير الوسطى (مهارات منطقيّة):

هذه المهارات تُتيح للشخص تحليل المعلومات بشكل أعمق وتطبيقها في سياقات مختلفة. وتشمل التمييز والتجميع والتفريق والتصنيف والتسلسل والحساب وعلاقة السبب والنتيجة والتمثيل والاستنتاج.

#### ٣- مهارات التفكير العليا (متعلّقة بالإبداع و الابتكار):

تُعدّ هذه المهارات مُعقّدة مقارنةً بالمهارات الأخرى، لأنّها تسمح للشخص بتوليد أفكار جديدة وتقييم الخيارات بناءً على معايير مُحدّدة. وتضمّ التفكير الناقد والتفكير الإبداعي.

(١) ياسين علوان واخرون: مصدر سبق ذكره، ٢٠١٢، ص ١٢٥.

يذكر الباحثون " إن القدرة على التفكير هي مستحدثه أكثر من كونها طبيعية وبالتالي إذا أريد تعليم التفكير فينبغي تعلمه على إنه مهارة، فمهارات التفكير أصبحت أمراً جوهرياً في العالم المعاصر فهي مهارات حياتيه يومية يحتاج إليها كل فرد من أفراد المجتمع"<sup>(١)</sup>.

ان التفكير " هو مهارة، يمكن تطويرها بالممارسة والانتباه المباشر أما إذا كان التفكير مهارة تحدها الوراثة فلا يمكن فعل أي شيء إزاء ذلك"<sup>(٢)</sup>.

وهناك شروط لتعلم أي مهارة بشكل أفضل وهي<sup>(٣)</sup>:

١. أن يكون المتعلمون على وعي تام بما يفعلونه .
٢. يتلقون التعليمات المناسبة في كيفية توظيف مهارة في وقت ما عندما يحتاجون الى تلك المهارة للوصول إلى هدف معين.
٣. يتحدثون عما يفعلونه أثناء ممارسة المهارة.
٤. أن يمنح الفرصة لممارسة المهارة من مواقف جديدة ومغايرة للموقف الذي طرحت فيه المهارة.

وعلى هذا النحو ظهرت الكثير من البرامج والنماذج والاستراتيجيات لتعليم التفكير ومهاراته على اعتبار إنه عمليه مكتسبه نحصل عليها بالتعامل مع الخبرات والتدريب ومنها انموذج تسريع التفكير.

## ٢-١-٢ أنموذج تسريع التفكير:

قامت فكرة " بناء النماذج في بداية الامر في علوم الهندسة"<sup>(٤)</sup> ، اذ يتجه المهندس الميكانيكي او المعماري إلى تصميم نموذج مجسم مصغر يمثل المبنى الذي يرغب في تشييده أو الآلة التي يرغب في تصميمها ويكون على شكل نموذج له خواص مشابهة لما يروم انتاجه على ارض الواقع ومن ثم اختبارها واعمام النتائج على نظام الحقيقية ، "وعند

(١) نادية هايل السرور: تربية المتميزين والموهوبين، (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ١٩٩٨) ص٢٥٩.

(٢) كريم كوكز ناصر: أثر برنامج مهارات الأبراك والأبداع في تنمية التفكير الإبداعي حسب مستويات الذكاء والتحصيل لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، (رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية، ابن رشد، ٢٠٠٣) ص٥٢.

(٣) سناء مجهول الهزاع: أثر برنامج تدريبي لتنمية مهارات التفكير العلمية لطلبة المرحلة المتوسطة، (اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية الآداب، ١٩٩٩) ص٥٩.

(٤) محمد الدريج: التدريس الهادف (من انموذج التدريس بالأهداف الى نموذج التدريس بالكفايات)، (الامات، العين، دار الكتاب الجامعي، ٢٠٠٤) ص٣٠

الانتقال من الآلة إلى الدراسات الإنسانية تظهر لدينا صعوبة إجراء مثل هذه الاختبارات العملية لان الانسان ليس الة يمكن ان نعرضها الى الخطر" (١).

" ان نموذج تسريع التفكير يعتمد على نظرية (بياجيه) في مستويات النمو العقلي المعرفي و (فيجوتسكي) البنائية المعرفية وفي الحقيقة ان نموذج تسريع الافكار و التدريب عليه من قبل المتعلمين يمكن أن ينتقل بهم إلى مستويات معرفية أعلى ، وقد صمم هذا الانموذج حتى يتمكن الطلبة من تحقيق اهداف المنهج بشكل أفضل اذ ليس المهم ماذا يتعلم الطلاب ولكن الأهم كيف يتعلم الطلاب، حيث وجد ان انموذج تسريع الأفكار مختلف تماما عن الاساليب العادية المتبعة في عملية التعليم والتعلم" (٢) "حيث ان الفوائد التي يحصل عليها المتعلمين في دراستهم بهذا النموذج أعطت دليلا ملموسا في صلاحية هذا النموذج في التدريس و أن هذا النموذج مفيد للمتعلمين لتنمية ما وراء التفكير لديهم وتنمية التفكير يمكن أن يحدث من خلال القياس المعتمد للمتعلمين بتحدي قدراتهم التفكيرية مما يؤدي إلى تجاوز مستوياتهم الحالية من التفكير وذلك من خلال دراستهم بخطوات هذا النموذج و يقترح المعلمون في المدارس أن تبني هذا النموذج يحتاج إلى تدريب بواسطة الأفراد الذين يمتلكون كفاءة عالية في التدريس بهذا النموذج" (٣)

### ١-٢-١-٢ اهداف انموذج تسريع التفكير (٤):

١. تخطيط المهام التي يتدرب عليها المتعلمون كي يتعلموا كيف يفكرون من أجل تنمية قدراتهم المعرفية.
٢. تحسين عمليات التفكير لدى المتعلمين من خلال اسراع التقدم في مهارات التفكير العليا و إسراع قدرات المتعلمين العقلية في فهم المفاهيم العلمية.
٣. تنشيط جانبي الدماغ الأيمن والأيسر معاً (الدماغ كله)، إذا أنها تعمل على رفع مستويات النمو العقلي وتفعيل عمل الدماغ وتنمية التفكير بأنواعه المختلفة.

(١) محمد الدريج: المصدر السابق: ص ٣٠

(٢) محمد الدريج: المصدر السابق: ص ٣١

(٣) محمد الدريج: المصدر السابق: ص ٣٣

(٤) عزو إسماعيل عفانة ويوسف إبراهيم الجيش: التدريس والتعلم بالدماغ ذي الجانبين، ط ١: (عمان — الاردن، دار الثقافة للنشر و التوزيع، ٢٠٠٩) ص ٢٤٤.

٤. تعمل على توسيع أفاق التعلم في جانبي الدماغ، إذ تجعل المتعلمين يفكرون بصورة أفضل من خلال ربط المفاهيم وفرض الفروض وحل التناقضات والتعامل مع المحسوس للوصول إلى المجردات.

٥. تنمي قدرات المتعلمين العقلية في عمليات التحليل، وذلك عندما يقوم المتعلمون بتحليل المواقف المتعارضة والتعرف على التناقضات ومحاولة دمج أنماط التفكير المتناغمة مع الدماغ ومع الاستراتيجيات المخزنة عندهم، وبناء الهياكل المعرفية المتكاملة وتنظيمها عند المتعلمين.

### ٢-٢-١-٢ الخطوات الاجرائية لأنموذج تسريع التفكير<sup>(١)</sup>:

أولاً: التحضير الحسي (الملموس):

لأجل البداية في الدرس يقوم المدرس بعرض جميع محاور الدرس بشكل متسلسل وتوضيح الافكار والمفاهيم الأساسية، والتأكد من معرفة الطلاب لها حيث ان ذلك يساعدهم في معرفة طبيعة العمل الذي سيقومون به، وتهتم هذه المرحلة بالتطور الذاتي والبناء الاجتماعي للطلاب من خلال تبادل وتشارك المعلومات والمفاهيم بينهم وبين المواد الدراسية وتمكن الطلاب من الاستيعاب الصحيح للمدخلات والمفاهيم والمصطلحات بشكل محسوس وذلك عن طريق طرح مجموعه من الاسئلة يتم الاجابة عنها خلال سير الدرس.

ثانياً: الصراع الذهني:

ان الفكرة المحورية في هذه المرحلة هي وضع مشكله أو سؤال لا يستطيع الطلاب إيجاد الحل المناسب له باستعمال طرائق التفكير الموجودة لديهم، أي حاله من اللاتوازن في البناء الذهني للطلاب فعندما لا تطابق فكره جديدة مع معرفتهم السابقة يحدث التناقض او الصراع وهذا مهم لمساعدتهم للانتقال إلى مرحلة تطور ذهني متقدمة فالطلاب عندما يتلقون إثباتات غير متفق مع أفكارهم وتوقعاتهم يعاودون بناء أفكارهم وخريطة المفاهيم لديهم لتناسب هذا الاثبات الجديد ولا بد أن يكون للمدرس دور إيجابي في هذه المرحلة.

(١) امل حمد شريف ابو حجلة: مصدر سبق ذكره، ٢٠٠٧، ص ٢٨.

## ثالثاً: تشكيل المفاهيم:

ان المعرفة لا يمكن نقلها من شخص لآخر كنقل كمية ماء من وعاء الى آخر، فالطالب عليه بناء المعرفة ذاتياً، ويجب تزويده بالوسائل والفرص المناسبة ليقوم بذلك فيتم في هذه المرحلة استخراج المفاهيم وضمها وتشكيلها ليتم ادراكها من قبل الطلاب.

## رابعاً: الادراك فوق المعرفي: (١)

يقصد به التفكير في الاسباب التي دعت الى التفكير في الأسئلة او المشكلة بطريقه معينة وتستهدف هذه المرحلة ايجاد مرحلة الوعي عند المتعلمين بجعلهم يدركون معنى ما يقولون ولماذا يعلمون هذه الطريقة ولماذا يفكرون فيها اذ ان ادراك الطلاب ووعيهم لنوع التفكير الذي تم استخدامه في حل الأسئلة يسارع في نمو مهارات التفكير لديهم، وعندما يقولون الطلاب مع ان الأسئلة كانت صعبه الا اننا قمنا بايجاد الحل المناسب لها عندما تدرجنا من نهاية الإجابة ورجعنا وتحققنا من كل خطوه عندئذ يكون الطلاب في مستوى الادراك فوق المعرفي.

## خامساً: التجسير: (٢)

يعني ربط المعارف والخبرات التي تم اعطائها للطلاب في درس معين مع خبراتهم في الحياة العملية وان ربط الجسور الفكرية امر ضروري لإخراج الخبرات التعليمية من الاطار النظري الى الميدان التطبيقي.

## ٢-١-٢ مراحل نموذج تسريع التفكير (٣):

## المرحلة الأولى:-

المقدمة وتهيئة الصف إذ يقوم المدرس بتقديم الدرس بأفكار وأمثلة مفيدة، وتوضيح المفاهيم الأساس والمصطلحات الخاصة بالموضوع ، والربط مع النشاطات المختلفة.

(١) امل حمد شريف ابو حجلة: مصدر سبق ذكره :ص ٢٩(٢) امل حمد شريف ابو حجلة: المصدر السابق :ص ٢٩(٣) عبد الرحمن شبيب حميدان، سيف اسماعيل ابراهيم: فاعلية أنموذج تسريع التفكير في تنمية التفكير الاستقراني لدىطلاب الصف الرابع الإعدادي في مادة اللغة العربية، حاث كلية التربية الأساسية ، المجلد ١٩، العدد (١)، لسنة ٢٠٢٣

-٤١٤- (College of Basic Education Researchers Journal. ISSN: 7452-1992 Vol. (19) No.(1), (2023

## المرحلة الثانية:-

تقسيم المجموعات وذلك من خلال وضع لكل مجموعة منسق للعمل ، ويقوم المدرس بالتحرك بين المجموعات للتأكد من أن جميع المجموعات تعمل بشكل صحيح ، ويجب على المدرس ألا يتدخل في عمل المجموعة حتى لا يكون سبباً في التوصل للحل الصحيح.

## المرحلة الثالثة:- (١)

النقاش الجماعي الذي يحدث داخل الصف: في هذه المرحلة يطلب من جميع المجموعات المشاركة والمساهمة في النقاش، وفي هذه المرحلة أيضاً تظهر الأفكار فعلى المدرس أن يشجع الطلاب على ربط وشرح كيف توصلوا إلى إجاباتهم وتعليقاتهم.

## المرحلة الرابعة:- (٢)

دور المدرس الأساس: يقوم المدرس بتذكير الطلاب بما تحدثوا به من خلال المرحلتين الثانية والثالثة لمساعدتهم على استعمال التفكير والأفكار الجديدة التي توصلوا إليها في مواقف ومواضيع مختلفة.

## ٢-١-٤ النظريات التي يقوم على أساسها نموذج تسريع التفكير:

صنف شاير كل مرحله من مراحل انموذج تسريع التفكير تبعا لارتباطه بالأساس الفلسفي فمنها ما ينسب الى نظرية النمو لباجيه ومنه ما ينسب الى نظرية الثقافة الاجتماعية لفيجوتسكي.

## أولاً: نظرية النمو المعرفي ل (جان بياجيه): (٣)

يعد عالم النفس السويسري جان بياجيه افضل من قدم نظريه متكاملة في النمو المعرفي يسير حسب مراحل معينه لها خصائص مميزة، وتناول بياجيه الارتقاء المعرفي والتفكير بشيء من الوضوح في المراحل العمرية المختلفة حيث يرى ان التفكير يمر بأربع

(١) عبد الرحمن شبيب حميدان، سيف اسماعيل ابراهيم: مصدر سبق ذكره: ص ٣١٥

(٢) عبد الرحمن شبيب حميدان، سيف اسماعيل ابراهيم: المصدر السابق: ص ٣١٥

(٣) عبد الرحمن عدس و توقي محي الدين: المدخل الى علم النفس، ط ٣: مركز الكتب الأردني، ١٩٩٣ ص ٦٨



مراحل متتالية منذ الولادة وحتى اكتمال نضجه العقلي وان التغييرات التي تحدث في الأبنية العقلية ليست تغييرات كمية فحسب وإنما هي في الأساس تغييرات كيفية، ويؤكد بياجيه الثبات في نظام تتابع المراحل لدى الاطفال كلهم وفي كل ثقافة وان مراحل النمو العقلي لدى الفرد تكون متداخلة ومتصلة بحيث لا يستطيع ان يضع حدا فاصلا بين كل مرحله والسابقة لها والمرحلة التي تليها . اما مراحل النمو المعرفي عند بياجيه فقد اقترح بياجيه اربعة مراحل لمعالجة المعلومات وهي كالآتي<sup>(١)</sup>:

### ١. مرحلة التفكير الحس – حركي:

وتشمل هذه المرحلة عمر الطفل منذ لحظة الميلاد وحتى نهاية السنة الثانية ويحدث التعلم والنمو المعرفي بشكل رئيس في هذه المرحلة من خلال الحواس والنشاطات الحركية وفي نهاية هذه المرحلة يبدأ الاطفال باكتساب نظام رمزي بدائي كاللغة والتفكير في الاحداث الموجودة في بيئتهم وتمثيلها.

### ٢. مرحلة التفكير ما قبل العمليات:

وتشمل هذه المرحلة المدة بين نهاية السنة الثانية وحتى السنة السابعة، ويعدها بياجيه مرحلة انتقالية غير مفهومة على نحو واضح لأنها لا تتسم بمستوى ثابت واضح من حيث النمو المعرفي وقد اطلق بياجيه على هذه المرحلة اسم (ما قبل العمليات) بسبب عدم قدرة الطفل على الدخول في عمليات ذهنية اساسية معينة لعدم توخي المنطق اللازم لذلك وقد قسم بياجيه هذه المرحلة على طورين هما:<sup>(٢)</sup>

أ- طور ما قبل المفاهيم (٢-٤) سنة: حيث يستطيع الطفل في هذا الطور القيام بعمليات التصنيف البسيطة حسب مظهر واحد كمظهر الحجم مثلا.

ب- الطور الحدسي (٤-٧) سنة: يقوم الطفل في هذا الطور ببعض التصنيفات الأكثر صعوبة وفي هذه المرحلة يبدأ الوعي التدريجي بثبات الخصائص أو ما يسمى بالاحتفاظ.

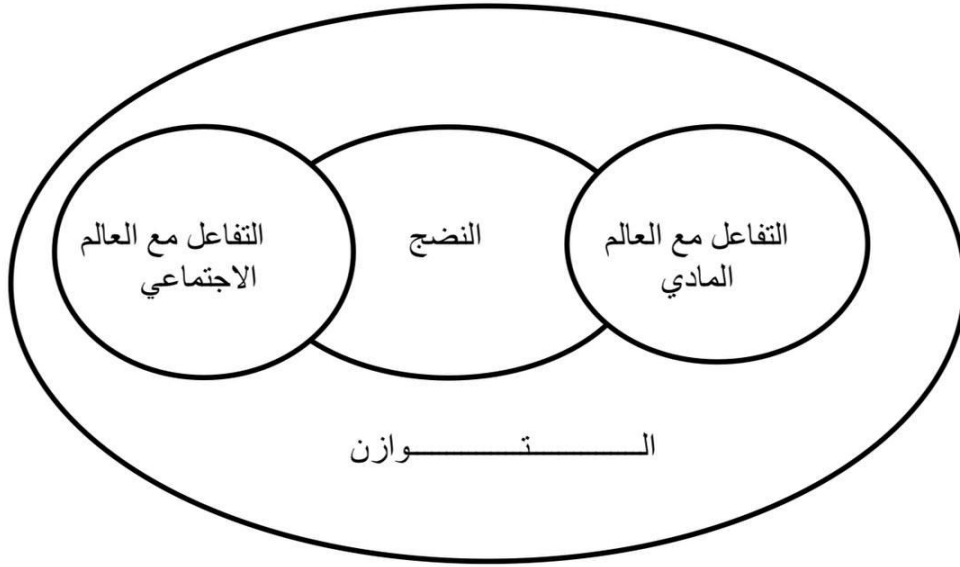
(١) دافيد وف وليندال: مدخل علم النفس ، ترجمة : سيد الطواب وآخرون، ط٣: (منشورات مكتبة التحرير، دار ما كجر وهيل، القاهرة، ١٩٨٣) ص٣٨٨.  
(٢) صالح محمد علي ابو جادو: علم النفس التربوي، ط٣: (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ٢٠٠٧) ص٩٩ – ١٠٠.

## ٣. مرحلة تفكير العمليات المادية: (١)

تبدأ في السنة السابعة وتنتهي في الثانية عشرة تقريباً، وسميت بهذا الاسم لان الطفل قادر على القيام بعمليات عقلية اذا كانت هذه العمليات مرتبطة بحواسه، ويكون الطفل في هذه المرحلة قادراً على القيام بعمليات فكرية مثل الاستنباط والاستنتاج.

## ٤. مرحلة التفكير المجرد:

تشمل هذه المرحلة الفترة العمرية التي تزيد عن (١١ أو ١٤ سنة) حيث يكون الطفل قادراً على القيام بعمليات عقلية ليس فقط عن طريق المحسوسات ولكن أيضاً عن طريق الافتراضات ويكون قادراً على فرض الفروض حول ظاهرة معينة وتجربتها وينتقل الطفل في هذه المرحلة من التمرکز حول الذات إلى التفكير في العلاقات الاجتماعية المتبادلة وإدراك الأشياء من حيث علاقتها بنظام قيم الانسان (٢).



الشكل (١)

يوضح النمو المعرفي ل (جان بياجيه)

(١) صالح محمد علي ابو جادو: مصدر سبق ذكره: ص ١٠٠

(٢) أحمد يحيى الزق: علم النفس، (عمان، دار وائل للنشر والتوزيع، ٢٠٠٩) ص ١٢٢.

## ثانياً: نظرية الثقافة الاجتماعية لفيجوتسكي:

يعد فيجوتسكي من أنصار وجهة النظر الثقافية الاجتماعية التي ترى أن ثقافة الفرد هي التي تشكل نموه المعرفي، واعتقد أن للثقافة واللغة الدور المهم في التطور المعرفي للفرد وعد اللغة قضية أساسية للنمو المعرفي فهي تزود الفرد بطرائق التعبير عن الأفكار وإنها وسيلة لطرح الأسئلة كما إنها وسيلة لاستيعاب المفاهيم اللازمة لعمليات التفكير<sup>(١)</sup>.

اعتبر أن النمو الفكري ذو طبيعة اجتماعية وليس بيولوجية فقط كما يراها بياجيه، تضمن البيئة الاجتماعية للطلبة الأفراد الذين يؤثرون بشكل مباشر في الطالب بما فيهم المدرس والأصدقاء وكل الأفراد الذين يتعامل معهم من خلال الأنشطة المختلفة التي يمارسها. أي إننا نأخذ في الاعتبار البيئة الاجتماعية للطلبة، وتهتم البنائية الاجتماعية بالتعلم التعاوني أكثر من غيره ويرجع الكثيرون إن الفضل يعود إلى فيجو تسكي الذي ركز علي الأدوار التي يلعبها المجتمع فالبنائية الاجتماعية عملية اجتماعية، يتفاعل الطلبة فيها مع الأشياء والأحداث من خلال حواسهم التي تساعد على ربط معرفتهم السابقة مع المعرفة الحالية التي تتضمن المعتقدات والأفكار والصور لأنه من غير الممكن الفصل بين أفكار الفرد والمكونات الاجتماعية المحيطة به<sup>(٢)</sup>.

تقوم البنائية الاجتماعية علي عدة أسس من أهمها<sup>(٣)</sup>:

١. أن التعلم الاجتماعي أكثر نشاطاً من التعلم الفردي، فالفرد يتعلم بشكل ايجابي وسط، مجموعه من الأفراد مثل زملائه – المدرس- الوالدين.
٢. أن التعلم الاجتماعي يساعد على بناء المعرفة، فالتعلم الفردي يكون أقل في اكتساب المعرفة والمهارة من التعلم المبني على التفاعل الاجتماعي الذي يساعد بدوره في بناء المعرفة.

(١) محمد عبد الله البيبي وآخرون: علم النفس التربوي وتطبيقاته، (بيروت، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، ١٩٩٧) ص٧٤-٧٧.  
 (٢) أحمد النجدي وآخرون: اتجاهات حديثة لتعليم العلوم في ضوء المعايير العالمية وتنمية التفكير والنظرية البنائية، ط٤: (القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٧) ص٣٧٦-٣٧٩.  
 (٣) سليم ابو عودة: اثر استخدام النموذج البنائي في تدريس الرياضيات على تنمية التفكير المنظومي والاحتفاظ بها لدى طلاب السابع الأساسي، (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة غزة، فلسطين، ٢٠٠٦) ص١٨-١٩.

٣. يجب أن يتعلم الفرد كيف يكون متعلماً اجتماعياً، فالفرد لا يتعلم فقط معرفة ولغة بل يكتسب أيضاً مهارة حول تعليم نفسه كيف يستفيد من البيئة الاجتماعية المحيطة به.
٤. تجعل الطلاب كمبدعين وتجعل التعلم كعملية مستمرة اذ تشجع البحث والاستقصاء للطلاب.
٥. تركز على الدور الناقد للخبرة في التعلم وتؤكد حب الاستطلاع.
٦. تعمل على استعمال المصطلحات المعرفية مثل (التنبؤ، الإبداع، التحليل).
٧. تشجع الطلاب على الاشتراك في المناقشة مع المدرس أو في ما بينهم.
٨. تركز على التعلم التعاوني.
٩. تأخذ بالاعتبار المعتقدات والاتجاهات للطلاب.
١٠. تزود الطلاب بالفرص لبناء المعرفة الجديدة والفهم من الخبرات الواقعية.

### ٢-١-٣ التآزر البصري - الحركي:

يفهم التآزر البصري الحركي بانه من القدرات الحركية المهمة التي لا يخلو منها أي نشاط رياضي، وتختلف الأنشطة فيما بينها بمدى احتياجها له حسب المتطلبات مهارية والخطية لكل نشاط ، وتظهر أهميته في كثير من الألعاب التي تتميز بطبيعة الأداء غير الثابت والتغيير السريع لظروف المنافسة<sup>(١)</sup>.

ويذكر (نبيل محمود شاكر، ٢٠٠٩) " ان المهارات اليدوية الحركية للمتعلم تلعب دوراً هاماً في تحسن التآزر اذا ما تم اعتماد تمرينات تتضمن التنسيق ما بين العين والمهارات الحركية من خلال ما تقع عليه أعينهم، وهذا التآزر بين حركة العينين واليدين يقود هؤلاء المتعلمين إلى تعلم مختلف المهارات الحركية بسرعة لاحقاً وتنمي التمرينات التآزر البصري الحرك مما يجعل المتعلم اكثر تحكماً في حركته، لا سيما حركة اليدين من خلال التحكم في البيئة التي يظهر فيها المثير البصري والظروف التي يظهر بها"<sup>(٢)</sup>

(١) عمار عباس فاخر: تأثير تمرينات وفق تعميم البرامج الحركية ومستويات المهارة في تعلم بعض المهارات الأساسية والتآزر البصري الحركي لحراس مرمى كرة القدم بأعمار ١٣ - ١٥ سنة، (اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ٢٠١٦) ص ٥٢.

(٢) نبيل محمود شاكر: تأثير برنامج مقترح للعلاقات المكانية في تطوير الإدراك الحس حركي لأطفال الرياض، جامعة ديالى / كلية التربية الأساسية، مجلة الفتح، العدد ٣٨ ، ٢٠٠٩، ص ٤٨٥.

وقد اختلفت الآراء حول تعريف التآزر البصري الحركي فقد عرفه (فتحي الزيات، ١٩٩٨) بأنه " هو مفهوم يشير الى قدرة الفرد للقيام بأنشطة تتطلب الانسجام ما بين حركة العين مع اليد وباقي اجزاء الجسم في التعامل مع المثيرات الخارجية" (١).

كما عُرفه (جمال الخطيب، ٢٠٠١) بأنه " هو القدرة على التنسيق ما بين البصر وحركات الجسم أو أجزاء منه ويسمى أيضاً بالتطابق الإدراكي - الحركي أو التكامل البصري - الحركي" (٢).

وكذلك عرفه (Barry Seiller ، 2004) بأنه " هو ضبط حركة العضلات الذي يتيح لأطراف جسم الانسان أن تقوم بالمهمة وفق الطريقة التي تراها العين" (٣).

اما (عمرو صابر، ٢٠٠٦) فقد عرفه " بأنه الكيفية التي تستجيب بها كل من اليدين والرجلين والجسم للمعلومات التي يتم جمعها من خلال العينين، ويعتبر مكون هام في اغلب الألعاب الرياضية لأنها تؤثر على التوقيت والتحكم الجسمي" (٤).

فيما عرفته (شرفية مونييه، ٢٠١٠) بأنه " قدرة الفرد على تنسيق العمل ما بين العين واليدين والتنسيق بينهما لأداء واجب حركي معين" (٥).

ويعرفه كل من (Gagne & Driscoll ,1988): " هو تنفيذ الاداءات التي تتطلب استخدام العضلات بطريقة محددة، ببسر وسهولة ضمن توقيت محدد بكل دقة" (٦).

ومن خلال ما تقدم فان الباحث يعرف التآزر البصري الحركي بأنه " هو القدرة على التنسيق والانسجام ما بين المدخلات البصرية (مدخلات حاسة البصر) وعضلات الجسم المختلفة للتعامل مع مثير بصري يظهر في زمان ومكان معينين " .

(١) فتحي الزيات: صعوبات التعلم الأسس النظرية والشخصية والعلاجية، ط١: (القاهرة، دار النشر للجامعات، ١٩٩٨) ص٥٨.

(٢) جمال محمد الخطيب: الدليل الموحد لمصطلحات الإعاقة والتربية الخاصة والتأهيل، ط١: (بدون مدينة، ٢٠٠١) ص٧٧.

(3) Barry Seiller : Positive Effects of a Visual Skills Development Program, Optometry & Vision Science, 79 (5), 2004, p 280.

(٤) عمرو صابر حمزة: التدريبات البصرية في المجال الرياضي، الاكاديمية الرياضية العراقية، مقالة، ٢٠٠٦.

(٥) شرفية مونييه: تأثير العبء الادراكي على الانتباه الانتقائي البصري، (رسالة ماجستير، جامعة الاخوة منتوري / كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، الجزائر، ٢٠١٠) ص ٢٥.

(٦) صالح محمد ابو جادو: علم النفس التربوي، ط٨: (عمان، دار المسيرة، ٢٠١١) ص ١٣٠.

## ٢-١-٣-١ أهمية التأزر البصري الحركي في الرياضة:

إن أهمية التأزر البصري الحركي تمتد لتشمل جوانب كثيرة في الحياة العامة للفرد، فركوب الدراجة وقيادة السيارة والكتابة على الآلة الطابعة والعزف على البيانو والكثير من الفعاليات الأخرى المشابهة تتطلب قدراً معيناً من التوافق والانسجام ما بين العينين وحركة اليدين والرجلين<sup>(١)</sup>.

فالتأزر " البصري الحركي يحتل مكانة مهمة في مجال التربية الرياضية بصورة عامة، واللعبة الرياضية الممارسة بصورة خاصة لكونه يؤثر بشكل مباشر في خصوصية كل لعبة أو فعالية رياضية، كما إن فهم الحركة وإدراكها وتكوين صورة واضحة لمفهومها وماهيتها له تأثير كبير في التعلم، وإن تنمية القدرات البصرية والانسجام ما بينها وبين حركة المجاميع العضلية المختلفة يؤثر في القابلية الحركية للمتعلم ويعمل على تحسينها وتطويرها ويساعد في فهم الواجبات الحركية الأخرى ويسهل عملية الربط بين الحركات"<sup>(٢)</sup>.

ويؤدي التناسق والانسجام في العمل ما بين البصر واليدين والرجلين دوراً أساسياً فعلاً في مختلف حركات الفرد، لذلك فإن الحاجة له تكون مهمة في أداء المهارات الرياضية، ويمكن أن تتحسن حاسة البصر فيما يخص وضع الجسم وأجزاء الحركة وكذلك أماكن لاعبي الفريق المنافس ووضع الكرة<sup>(٣)</sup>.

ذلك إن للانسجام ما بين البصر والذراعين والرجلين أهمية كبيرة ودور بارز في تحقيق الأداء الجيد فهو أساس تكتيك الأداء بعد انعكاس المستلزمات النفسية والحركية العالية والتي تنعكس على مستوى الأداء للمهارة مرة أخرى<sup>(٤)</sup>.

ويرتبط التأزر البصري الحركي "بإمكانية الجهاز الحركي والجهاز العصبي المركزي والذي تتم فيه عملية فهم واستيعاب وتحليل وإدراك الحركة واستدعاء البرنامج الحركي المناسب، فالجهاز العصبي هو المركز الأساسي للتنسيق ما بين حاسة البصر والعضلات لأنه ينظم الجهد من خلال تنظيم عمل القوة المسلطة من قبل العضلات لكي

(١) عبد الله حسين اللامي: إساسيات التعلم الحركي، ط١: (الديوانية، دار مؤيد، ٢٠١٨) ص٣٨.

(٢) وجيه محجوب: علم الحركة التعلم الحركي، (الموصل، جامعة الموصل، ١٩٨٩) ص٣٢.

(٣) عقيل الكاتب: الكرة الطائرة التدريب والخطط الجماعية واللياقة البدنية، ج١: (بغداد، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٨) ص١٦٨.

(٤) سعد محمد قطب ولؤي غانم الصميدعي: الكرة الطائرة بين النظرية والتطبيق، ط١: (الموصل، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٥)

تتطابق مع المهارة المراد أدائها لتتقي مع متطلبات المثير البصري المطلوب التعامل معه، كما يرتبط التأزر بعمل الأجهزة الداخلية ومدى قدرتها على تنظيم وتنسيق الجهد المبذول طبقاً للهدف".<sup>(١)</sup>

ويرى (محمود عبد المحسن ناجي، ٢٠٠٨) ضرورة تنمية القدرات البصرية ومن ضمنها التأزر وذلك من خلال تكرار الأحداث والمواقف والمتغيرات والتدريب عليها<sup>(٢)</sup>.  
ويذكر (نبيل شاكر، ٢٠٠٧) " ان التأزر يظهر في سلسلة الحركات الدقيقة والسريعة التي تتطلب توافقاً بين حركة العين وحركة اليد او تأزر بين مجموعات عضلية مختلفة كحركة اليد مع الرجل او اليدين مع الرجلين ومثال على ذلك حركات تأزر الذراعين والرجلين في السباحة".<sup>(٣)</sup>

وفي إطار الاهتمام بالعلاقة بين الجانب الحركي والجانب الإدراكي في الاداء الرياضي، ظهرت بعض النظريات التي حاولت تفسير العلاقة بين نمو القدرات الإدراكية - الحركية وعملية التعلم، وتتركز معظم هذه النظريات على الفرض القائل بأن جميع أنواع التعلم تبدأ من الحركة، وأن الأنشطة الحركية تمثل القاعدة الأساسية للنمو المعرف اللاحق، وهو الفرض الذي أيده كل من بياجيه، وبرونر، وجيتمان، وبارش، وديلاكاتو، وكيهارت، وفروستج.<sup>(٤)</sup>

وفي إطار هذه النظريات ظهرت برامج لتنمية القدرات البصرية استهدفت تنمية القدرات الإدراكية - الحركية ، وتنمية الاستعدادات الأساسية للتعلم ، ومن هذه البرامج برنامج كيهارت Kephart، وبرنامج جيتمان وكين Getman & Kan وبرنامج فروستج Frostig ، وقد نالت هذه البرامج شهرة كبيرة في مجال التربية ، كما اتجه عدد من الباحثين

(١) ناهدة عبد زيد الدليمي: أساسيات في التعلم الحركي، (النجف الاشرف، دار الضياء، ٢٠٠٨) ص ٤٠.  
(٢) محمود عبد المحسن ناجي: تأثير تدريب الرؤية البصرية على اللاعب المدافع الحر في الكرة الطائرة، (أطروحة دكتوراه، جامعة المنيا، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٨) ص ٢٣.  
(٣) نبيل محمود شاكر: معالم الحركة الرياضية والنفسية والمعرفية، (جامعة ديالى، مطبعة جامعة ديالى، ٢٠٠٧) ص ١١٤.  
(٤) أحمد عمر سليمان روبي: قياس القدرات الإدراكية - الحركية للأطفال في اطار نظرية نيويل كيفارت، جامعة قطر، مركز البحوث التربوية، ١٩٩١، ص ١٧٣.

لدراسة فاعلية هذه البرامج، ومدى تأثيرها على استعدادات التعلم، والجوانب المختلفة للنمو الحركي والمعرفي (Gallahue 1996،<sup>(١)</sup>)

## ٢-١-٤ الاداء الفني في السباحة الحرة (٢):

رياضة السباحة إحدى أنواع الرياضات المائية، والتي تستعمل الوسط المائي كوسيلة للتحرك من خلاله، وذلك عن طريق حركات الذراعين والجذع بغرض الارتقاء بكفاءة الإنسان بدنيا ومهاريا وعقليا واجتماعيا ونفسيا، وتعتبر بأنها أساس لا غنى عنه لممارسة الرياضات المائية المختلفة<sup>(٣)</sup>.

والسباحة الحرة تعني ان السباح له الحق في السباحة بأي طريقة يرغب فيها، فيما عدا فعاليات المنوع الفردي والتتابع المنوع، التي تعني اختيار أي طريقة سباحة ماعدا سباحة الظهر او الفراشة او الصدر<sup>(٤)</sup>.

تؤدي السباحة الحرة من الوضع الافقي (على البطن) باستقامة كل من الجذع والرجلين بالقرب من سطح الماء والكتفين أعلى قليلا من مستوى الحوض والوجه بالكامل في الماء بحيث يكون مستوى الماء أعلى الجبهة (بداية مفرق الشعر) والتطور الجديد في ميكانيكية السباحة الحرة في السنوات الاخيرة يرجع إلى تقليل المقاومة التي يواجهها السباح. ويتفق العلماء المختصون في هذا المجال على ان الذراع تمر أثناء السباحة الحرة بمرحلتين أحدهما خارج الماء وتسمى (الحركة الرجوعية) والأخرى داخل الماء وتمر بمراحل (الدخول، المسك، الشد، الدفع) حيث تؤدي ضربات الذراعين بانتظام وتتابع بدون توقف في أي من مراحل الاداء، داخل أو خارج الماء، في حين تؤدي ضربات الرجلين باستمرار وبالتناوب للأعلى وللأسفل وبدون توقف، ويتم التنفس في نهاية دورة احدى الذراعين (اليمنى أو اليسرى) داخل الماء بلف الرأس الى الجانب جهة الذراع بما يسمح للفم بالوصول فوق سطح الماء وسوف نشرح عمل كل جزء بالتفصيل.

(1)Gallahue, D: **Developmental physical education for today's elementary school children**, Macmillan Pub Com, New York,1996, P.56

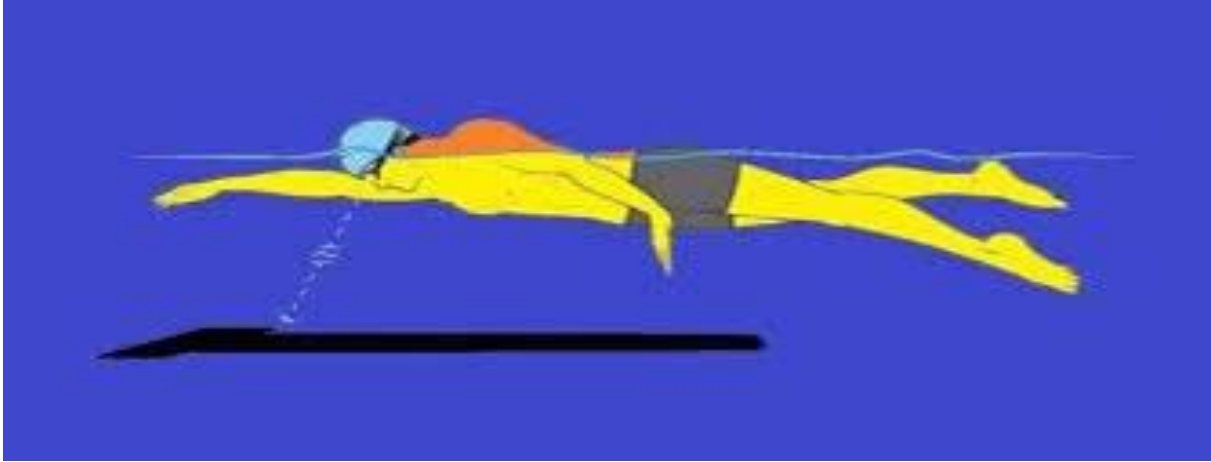
(٢) فيصل رشيد عياش: **المهارات الأساسية لرياضة السباحة (السباحة-كرة الماء-الغطس)**، (الموصل، دار الحكمة للطباعة والنشر، ١٩٩١) ص ١١

(٣) اسامة كامل راتب: **تعليم السباحة**، ط٣: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٧) ص ٢٢.

(٤) ماهر احمد عاصي، مصطفى حميد محمد: **الأسس العلمية لتعليم السباحة والتدريب عليها**، ط١: (بغداد، دار الشؤون الثقافية العامة للطباعة والنشر، ٢٠٠٩) ص ٩.



١-٤-١-٢ وضع الجسم: تؤدي السباحة الحرة من الوضع الافقي (على البطن) باستقامة كل من الجذع والرجلين بالقرب من سطح الماء والكتفين أعلى قليلاً من مستوى الحوض والوجه بالكامل في الماء بحيث يكون سطح الماء أعلى الجبهة ( عند منبت الشعر)<sup>(١)</sup>.



شكل (٢)

يوضح وضع الجسم داخل الماء

١-٤-٢ حركات الذراعين في السباحة الحرة<sup>(٢)</sup>: تمر حركة الذراع داخل الماء

بمراحل وهي:

١.الدخول:

يدخل الذراع الماء في نقطة أمام الكتف بأطراف أصابع اليد والكف مواجهاً الى الاسفل يليها الرسغ، فالمرفق ثم تمتد الذراع للأمام و الاسفل قليلاً استعداداً لمسك الماء  
٢.المسك:

تبدأ مرحلة المسك في الوقت الذي تنتهي الذراع الأخرى ضغط الماء للخلف، حيث يقوم السباح بثني الرسغ للأسفل وللخارج، عندها يبدأ المرفق بالانثناء لتحقيق أولى مراحل القوى الدافعة Down sweep phase تحت الماء وهي مرحلة السحب للأسفل.

(١) ابو العلا احمد عبد الفتاح: تدريب السباحة للمستويات العليا: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٤)، ص٧-١٢.  
(٢) بيتر مورغان: الموسوعة الرياضية (قوانين. قواعد. تقنيات. تمارين)، ترجمة: عماد أبو السيد، (لبنان، الدار العربية للعلوم، ١٩٩٧) ص ٣٣٣.

٣. الشد (السحب):

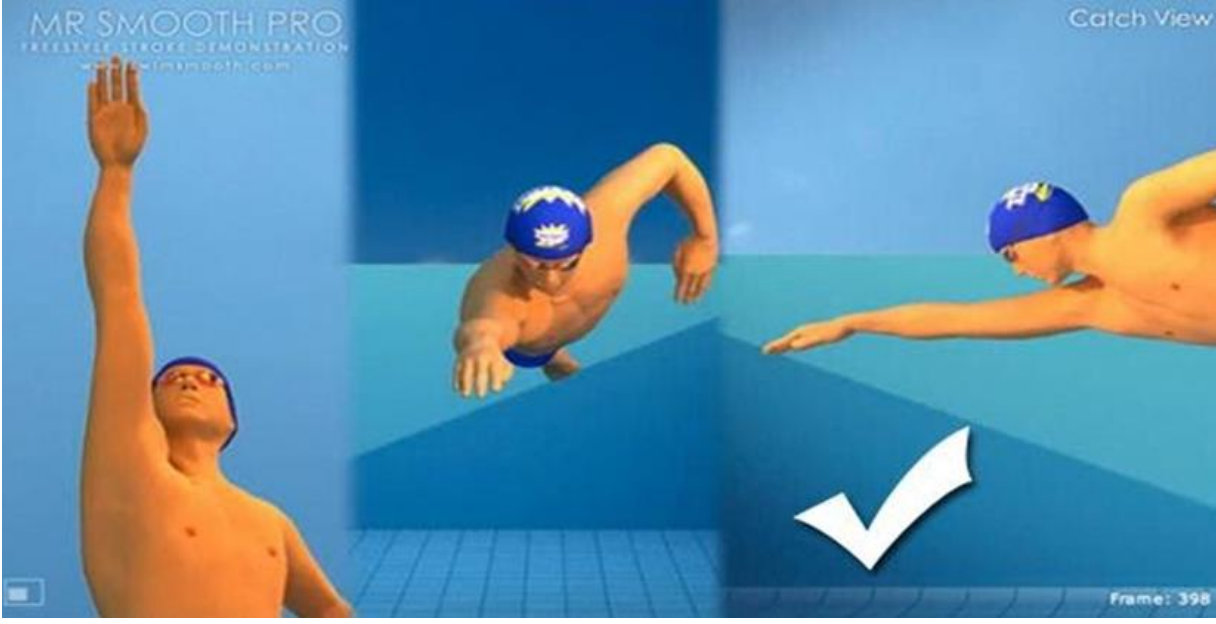
يتم شد الماء بثني مفصل المرفق بحيث يمر الكف بمسار منحني أسفل الخط الوهمي المنصف للجسم حتى تصل زاوية المرفق (٩٠) درجة ويلاحظ أنه أثناء عملية الشد يكون المرفق أعلى من الكف ويشير الى الجانب في حين يشير الكف دائماً للخلف عكس اتجاه تقدم السباح وتمر عملية السحب بمرحلتين وهي<sup>(١)</sup>:-

أ. مرحلة السحب للأسفل : تبدأ هذه المرحلة وذلك بحركة الذراع من الأمام بعد اتمام مرحلة المسك، حيث سحب الذراع للأسفل وللخارج بمسار منحنى، وذلك بفعل ثني مرفق الذراع، كف الذراع تميل باتجاه الأسفل ومن ثم للخارج ومن ثم للخلف خلال مرحلة السحب للأسفل والتي تسبب بجزيئات الماء الانحراف للخلف عند مرور الكف تحت الماء، وفي لحظة بدء هذه المرحلة نلاحظ بأن الذراع ليس لها تأثير على زيادة القوى الدافعة، وإنما تعمل على رفع الجسم وجعله متوازياً مع سطح الماء وهي مرحلة تهيئة السباح لإنتاج القوى الدافعة وزيادتها في المراحل اللاحقة.

ب. مرحلة السحب للداخل<sup>(٢)</sup>: تبدأ هذه المرحلة عندما تصل الذراع إلى أقصى عمقها داخل الماء عند نهاية مرحلة السحب للأسفل، وهي تلعب دوراً مهماً في حركة الذراع تحت الماء، ويكون الاتجاه للداخل وللأعلى وللخلف، وتنتهي مرحلة السحب للداخل عندما تصل كف السباح الخط الوسطي للجسم، ويجب أن تأخذ كف السباح الشكل المجوف (شبيه بالكأس) وذلك لزيادة قوى الدفع إلى أقصاها ودفع أكبر كمية من الماء للأسفل والخلف لتقدم الجسم للأمام.

(١) حسين حمزه نجم: تأثير التصور العقلي في خفض التوتر النفسي وتعلم السباحة الحرة لطلاب المرحلة الاولى - كلية التربية الرياضية، (رسالة ماجستير، جامعة بابل، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ٢٠١٤) ص ٥٢.

(٢) بيتر مورغان: مصدر سيق ذكره: ص ٣٣٣



الشكل (٣)

يوضح عملية مسك الماء وبدء انثناء المرفق

٤. الدفع<sup>(١)</sup> :

يتم دفع الماء بالذراع بقوة بمد مفصل المرفق والكف يشير الى الخلف حتى يمتد الذراع بكامله بجوار الفخذ، وحينما يكون الكتف في موضع اعلى تماماً من الكف أي متعامدين، تبدأ حركة الدفع بزيادة ثني المرفق وذلك بتوجيه الكف للأعلى باتجاه البطن، وتنتهي قرب مفصل الورك.

وتعد عملية الشد والدفع هما الجزء الاساسي لانتقال الجسم للأمام، اذ تقوم الكف والساعد بدفع الماء للخلف بقوة، وذلك على وفق قانون رد الفعل وفي هذه المرحلة يكون هناك انثناء في مرفق الذراع وتكون افضل قوة للشد عندما تكون زاوية المرفق ٩٠ درجة وتنتهي حركة الشد عندما يكون الكتف في موضع اعلى تماماً من الكف متعامدين وعندها حركة الدفع بزيادة ثني المرفق وذلك بتوجيه الكف لأعلى اتجاه البطن، وتنتهي حركة الدفع قرب مفصل الفخذ، ثم تبدأ مرحلة التخلص حينما يبدأ المرفق في الخروج من الماء أولاً ويليه الكف وهو جزء في المرحلة الاساسية.<sup>(٢)</sup>

(١) بيتر مورغان: مصدر سبق ذكره :ص ٣٣٤

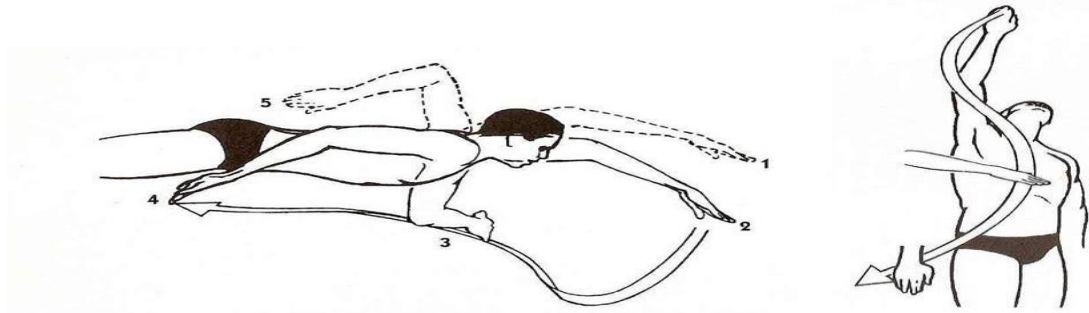
(٢) مجدي زكي ابراهيم سويحة : موسوعة السباحة الدولية، (القاهرة، مؤسسة عالم الرياضة، دار الوفاء للطباعة والنشر ، ٢٠١٥) ص ١١٣.

**٣-٤-١-٢ حركة الذراع خارج الماء<sup>(١)</sup> :**

تبدأ حركة الذراع خارج الماء بسحب المرفق من الماء للأعلى ثم الساعد فرسغ اليد (الكف يشير لخلف) ثم يتم لف المرفق ربع دورة للداخل بحركة بندولية بحيث يكون المرفق أعلى من مستوى الكف.

**٤-٤-١-٢ تتابع حركة الذراعين<sup>(٢)</sup> :**

تعمل الذراعان بالتناوب داخل الماء وخارجه فعندما تؤدي إحدى الذراعين الحركة داخل الماء تقوم الذراع الأخرى بالحركة خارج الماء.



الشكل (٤)

يوضح مراحل حركة الذراع في السباحة الحرة.

**٥-٤-١-٢ حركات الرجلين في السباحة الحرة<sup>(٣)</sup>**

تبدأ حركة الرجل بضغط الفخذ على الماء وعلى أثر حركة الفخذ يتحرك الساق والقدم بانثناء خفيف من مفصل الركبة لتتمكن القدم من إداء الضربة الكراباجية عند نهاية ضرب الماء بالقدم يصل الفخذ للأسفل نقطة ثم يبدأ في الانطلاق بسرعة للأعلى والرجل ممتدة وعند بداية إداء الضربة الكراباجية بالقدم لإحدى الرجلين تتحرك الرجل الأخرى ممتدة، تكون حركة الرجلين في السباحة الحرة تبادلية (أعلى أسفل) عندما يتم تحريك إحدى الرجلين باتجاه الأسفل تتحرك الرجل الثانية باتجاه الأعلى وباستمرار هذه الحركة يكتسب جسم

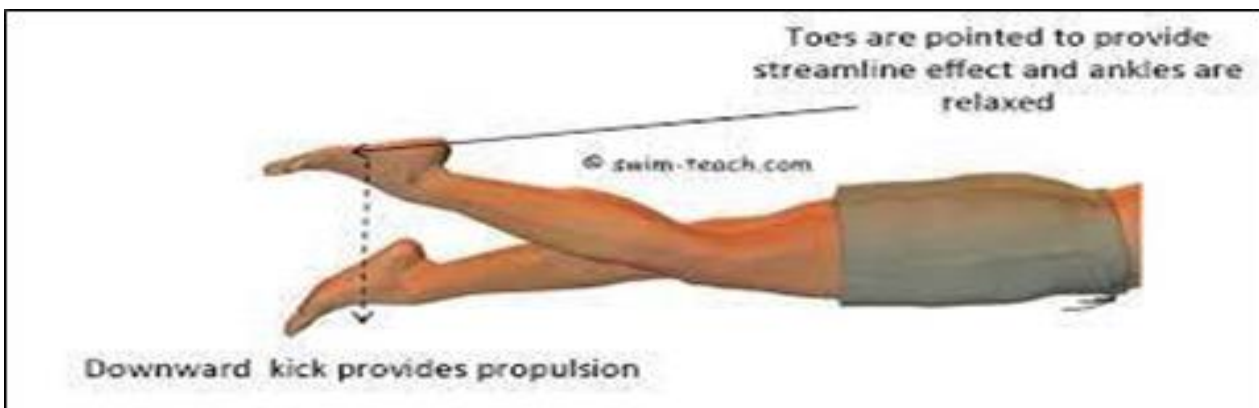
(١) مجدي زكي ابراهيم سويحة: مصدر سبق ذكره: ص ١١٣

(٢) مجدي زكي ابراهيم سويحة: المصدر السابق ص ١١٤

(٣) مقداد وحسن السيد جعفر: السياحة الأولمبية الحديثة، (بغداد، مطبعة زاكي، ٢٠٠٦) ص ٤٩-٥٠.

السباح الاتزان والانسياب الجيد داخل الماء، وتنشأ الحركة من مفصل الورك مع انثناء في مفصل الركبة في اثناء الضرب، تكون اصابع القدمين متقاربة فيما بينهما ومؤشرة والكعبين متباعدين وتكون الرجلان متقاربين في اثناء العمل لتقليل الدوامات (المقاومة)، و تمر الرجلين بمرحلتين الاولى تسمى الاساسية وتكون للاسفل والثانية تسمى الرجوعية وتكون للأعلى ، ويتم دفع الماء بالرجلين الى الخلف والاسفل.

وتؤدي حركات الرجلين من "مفصل الورك، ويعتبر هو محور ارتكاز حركة الرجلين، وتؤدي بشكل مستمر وتبادلي مع وجود حركة أوسع في مفصل الركبة، إذ تكون الحركة سوطية أي تبدأ الحركة من مفصل الورك ثم تنتقل الموجة السوطية إلى مفصل الركبة إذ تحدث عملية نقل حركي من الورك إلى الركبة ثم القدمين، لكي تعطي لها مجال أوسع في الحركة لكي تنتهي على شكل ضربة في أمشاط القدم التي تكون مؤشرة إلى الخلف، وتشارك الرجلين في السباحة الحرة بقدر اقل من الذراعين في القوة الدافعة والمحركة للجسم إلى الأمام، ولكنها مهمة في المحافظة على استقامة الجسم وعدم سقوط الرجلين في الماء مما يزيد من احتكاك الجسم مع الماء، إذ تكون نسبة مساهمة ضربات الرجلين (١٥%) من القوة الدافعة تقريباً، يختلف توقيت ضربات الرجلين تبعاً للدورة الواحدة بالذراعين، حيث يلاحظ ثلاثة أنواع هي (٦) ضربات و(٤) ضربات وضربتان للرجلين مع كل دورة كاملة بالذراعين، وهذا التوافق يعتمد على مسافة السباق، فإذا كان السباق هو (٥٠) متر فان السباح يميل إلى أداء (٦) ضربات مع كل دورة ذراع، والعكس إذا كان السباق مسافات طويلة فيقل عدد حركات الرجلين"<sup>(١)</sup>.



الشكل (٥)

يوضح حركات الرجلين بالسباحة الحرة.

(١) محمد علي القط (وآخرون): المبادئ العلمية للسباحة: (الإسكندرية، منشأة المعارف، ٢٠٠٠)، ص ١٠٨.

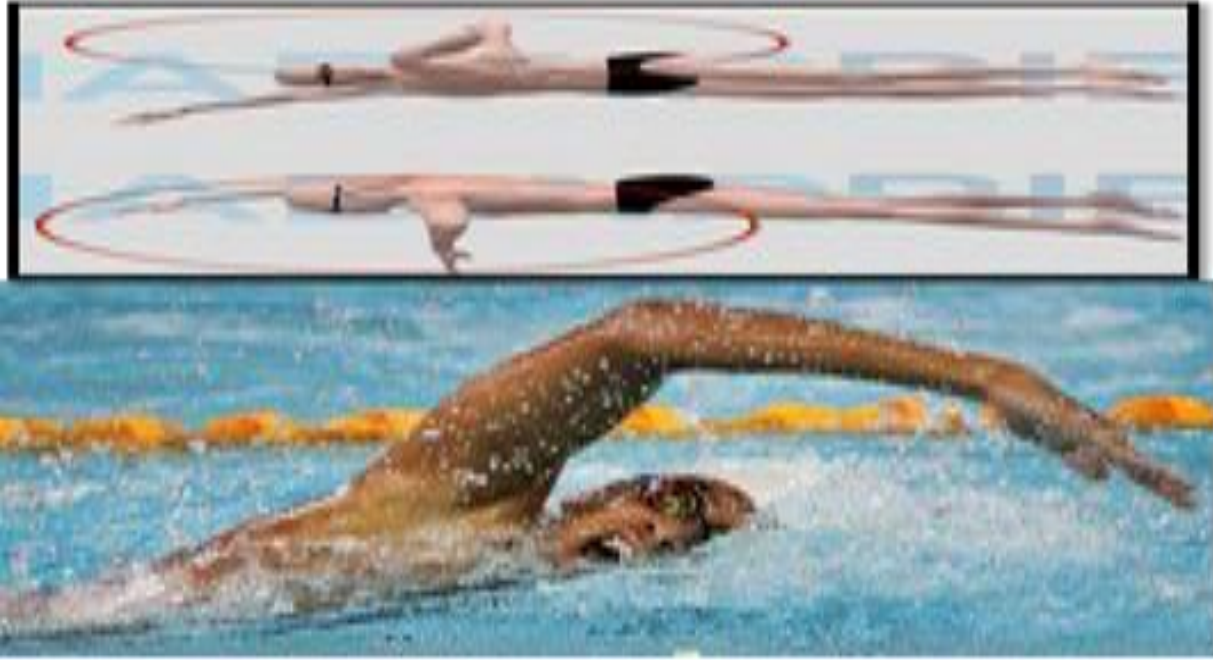
## ٢-١-٤-٦-٤-١-٢ التنفس (١):

يتم التنفس عن طريق ضبط الإيقاع بين الرأس وإحدى الذراعين (اليمنى أو اليسرى) بدوران الرأس للجانب جهة هذا الذراع للسماح بالفم للوصول فوق سطح الماء لأداء الشهيق وبدخول الذراع الماء تنتهي حركة الرأس من الدوران للداخل لأداء الزفير، وتبدأ الرأس في الدوران للجانب عند نهاية دورة الذراع داخل الماء ( أثناء الدفع) ويستمر أخذ الشهيق حتى خروج الذراع من الماء ، وأثناء حركة الذراع خارج الماء يتم دوران الرأس للداخل حتى دخول الذراع الماء وإخراج الزفير.

يتم إخراج الرأس من احد الجانبين عند دخول اليد المقابلة للماء بحيث تظهر إحدى العينين والفم عن طريق قتل الرأس إلى الجانب، ويؤخذ الشهيق من الفم مع تكويره لمنع دخول الماء مع الهواء، وتتم عملية الزفير عن طريق الفم والأنف معاً داخل الماء أثناء أداء دورات الذراعين، ويفضل تعويد السباح للتنفس على الجهتين أثناء التدريب وهذا يساعد على توازن دوران الجسم على الجانبين، ويقترح معظم المدربين التنفس كل دورتين أو ثلاث دورات بالذراعين في المسافات القصيرة مثل (٥٠ و ١٠٠) متر حيث تقل قوة السحب عند الدوران لأخذ التنفس غير إن قلة التنفس أيضاً تزيد من سرعة إحساس السباح بالتعب مبكراً، ولذلك يجب الموازنة بين كلا العاملين<sup>(٢)</sup>.

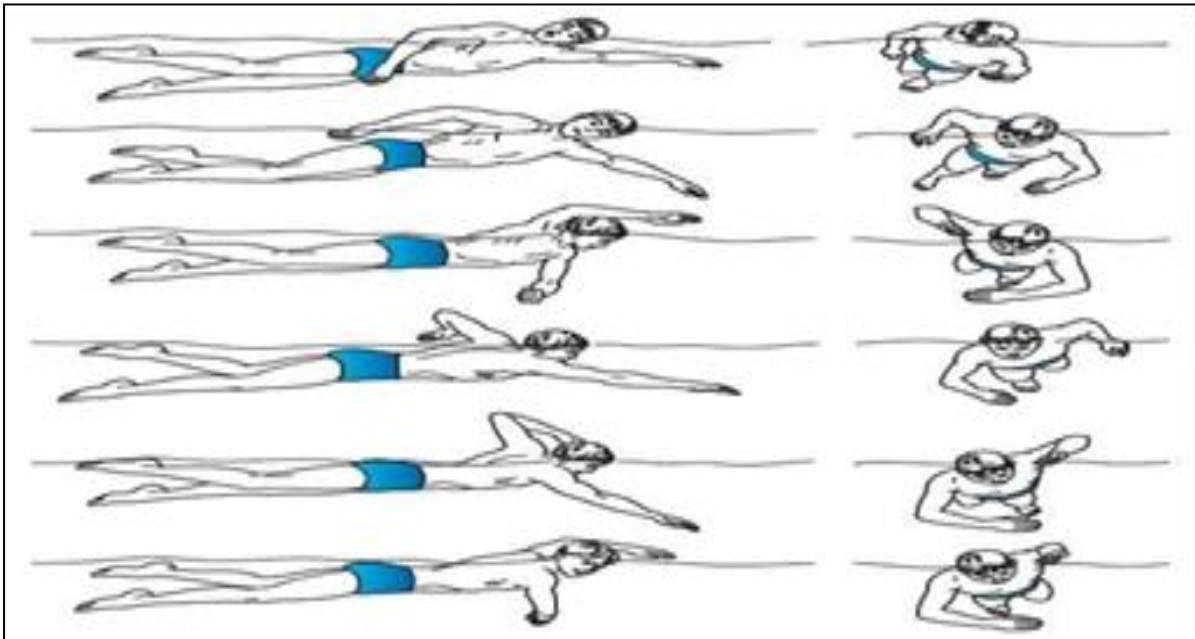
(١) قصي عبد اللطيف و وهبي علوان ألبياتي: التكنيك الحديث في السباحة، (بغداد، مكتب احمد، ٢٠٠٥) ص ١٦٢.  
 (٢) محمد علي الفظ (وآخرون): المصدر السابق، ٢٠٠٠، ص ١٠٨.





الشكل (٦)

يوضح وضع التنفس في السباحة الحر.



الشكل (٧)

يوضح حركة السباحة الحرة ومراحل عمل الذراعين والرجلين من الجانب والامام.

## ٢-٢ الدراسات السابقة:

١-٢-٢ دراسة علاء احسان علي (٢٠٢٠)<sup>(١)</sup>:

" تأثير منهج تعليمي بأنموذج تسريع التفكير في المعرفة القانونية والاداء التحكيمي للطلاب بكرة اليد "

هدفت الدراسة الى:-

١- إعداد منهج تعليمي بأنموذج تسريع التفكير في المعرفة القانونية والاداء التحكيمي للطلاب بكرة اليد.

٢- التعرف على تأثير المنهج التعليمي بأنموذج تسريع التفكير في المعرفة القانونية والاداء التحكيمي للطلاب بكرة اليد.

٣- التعرف على أفضلية التأثير بين المنهج التعليمي بأنموذج تسريع التفكير والمنهج المتبع في المعرفة القانونية والاداء التحكيمي في الأختبارات البعدية.

واوصت بضرورة اعتماد مقياس المعرفة القانونية الذي تم اعداده لقياس المعرفة القانونية بكرة اليد للطلاب و اعتماد الاستمارة التي تم تصميمها لتقييم الاداء التحكيمي بكرة اليد للطلاب فضلا عن التأكيد على استخدام انموذج تسريع التفكير في تدريس المواد الدراسية التطبيقية لما له من دور في تطوير التعلم والتعليم الفعال واسباغ الجو المحبب إلى نفوس الطلاب وخلق دافعيتهم إلى عملية التعلم و اجراء بحوث ودراسات أخرى مشابهة باستخدام انموذج تسريع التفكير لتطوير المعرفة القانونية والاداء التحكيمي لباقي الدروس التطبيقية للألعاب الرياضية في كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة.

(١) علاء احسان علي: تأثير منهج تعليمي بأنموذج تسريع التفكير في المعرفة القانونية والاداء التحكيمي للطلاب بكرة اليد: (رسالة ماجستير، جامعة كربلاء، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ٢٠٢٠).



٢-٢-٢ دراسة نور عدنان محمد جواد دبش (٢٠٢١)<sup>(١)</sup>.

" أثر ألعاب حركية مركبة وفق تسلسل معكوس في التأزر البصري العضلي وبعض الحركات الأساسية لرياض الأطفال " هدفت الدراسة الى:

١. إعداد مجموعة ألعاب حركية فكرية بتسلسل حركي معكوس في التأزر البصري العضلي وبعض الحركات الأساسية لرياض الأطفال.
٢. التعرف على تأثير تلك الألعاب الحركية الفكرية في التأزر البصري العضلي وبعض الحركات الأساسية لرياض الأطفال.

استخدم الباحث المنهج التجريبي ( وبتصميم المجموعة الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي ) لملائمته لطبيعة مشكلة البحث إذ تكونت عينة البحث من (٢٠) طفلاً وطفلة لرياض الأطفال بعمر (٥-٦) سنوات ولجأت الباحثة إلى التحقق من تجانس عينة بحثه في متغيري حدة النظر وعمى الألوان ، تم اختيار وتحديد المهارات الأساسية الخاصة برياض الأطفال بناءً على أهميتها والبدء في تعلمها وهي(الجري والوثب و الجري والرمي و الجري وركل الكرة و اللقف والرمي ، اما التأزر البصر فكان التأزر البصري بين العين والذراع والتأزر البصري بين العين والرجل) وتم اجراء الاختبار القبلي لهم بعد تحديد الاختبارات المناسبة ، وبعدها تم تصميم مجموعة من الالعاب الحركية الفكرية بواقع ٢٢ لعبة بعد ما تم عرضها على الخبراء واجراء الصلاحية ، موزعة على ١٨ وحدة تعليمية لمدة ستة اسابيع وبمعدل ثلاث وحدات تعليمية في الاسبوع ، ثم اجراء الاختبار البعدي بعد انتهاء المنهج ، و استخدم الباحث بعض القوانين الإحصائية الملائمة للبحث لمعالجة النتائج . وتم عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها لاستخراج النتائج البحث في الباب الرابع بعد إتمام المعالجات الإحصائية ومن ثم عرض هذه النتائج في جداول، وتحليلها، وتمت مناقشة تلك النتائج بالأسلوب العلمي مع الاعتماد على المصادر العلمية ومن خلال النتائج والمناقشات استنتج الباحث في الباب الخامس ما يلي:

(١) نور عدنان محمد جواد دبش: أثر ألعاب حركية مركبة وفق تسلسل معكوس في التأزر البصري العضلي وبعض الحركات الأساسية لرياض الأطفال: (رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ٢٠٢١).

١. أظهرت النتائج البعدية تقدم المجموعة التجريبية في القياس البعدي في كافة اختبار القدرات الحركية وبالتسلسل التالي ( الجري المتعرج ، الجري ، الحجل ) خاصة بينما في رمي الكرة الطبية والشد على العقلة أظهروا تطوراً ضئيلاً.

٢. أدت الألعاب الحركية بالطريقة العكسية الدور المطلوب في التآزر البصري العضلي وبعض الحركات الأساسية لرياض الأطفال (٥-٦) سنوات.

في ضوء الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث يوصي بما يلي : توجيه الاهتمام نحو الأعداد المخطط لبرامج الأطفال وبأسلوب علمي مدروس وأعداد الكادر المتخصص لأهمية المرحلة كأرض خصبة للتعلم، و السعي إلى جعل التمرينات التعليمية تتماشى مع حاجات وقدراته المتعلم وان بعض الوسائل المساعدة يمكن أن تسهل عملية التعلم الحركي.

### ٢-٢-٣ دراسة ليث خليل جاسم (٢٠١٧)<sup>(١)</sup>

"تأثير تمرينات مقترحة لذوي المجازفة مقابل الحذر في تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة"

هدفت الدراسة الى:

١. تصنيف العينة الى مجموعتين مجازف وحذر .
  ٢. إعداد تمرينات مقترحة لذوي المجازفة مقابل الحذر في السباحة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .
  ٣. التعرف على تأثير تصنيف العينة ومدى استجابتها للتمرينات المقترحة في بعض القدرات الخاصة وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- إن استخدام منهج البحث الملائم والمناسب لبحث المشكلة يعتمد على نوعها وطبيعتها ، لذا اعتمد الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة لملائمته لطبيعة مشكلة البحث وأهدافه ( يعد المنهج التجريبي الاقتراب الأكثر صدقا لحل العديد من

(١) ليث خليل جاسم: تأثير تمرينات مقترحة لذوي المجازفة مقابل الحذر في تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة:(اطروحة دكتوراه ، جامعة ديالى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة،(٢٠١٧)

المشكلات العلمية بصورة فعالة ونظرية وإسهامه في تقدم البحث العلمي في العلوم الإنسانية والاجتماعية ومن بينها علم الرياضة ) أما التصميم التجريبي الذي اعتمده الباحث فهو تصميم المجموعات المتعددة . إن عملية اختيار العينة له ارتباط وثيق بطبيعة المجتمع الذي أخذت منه العينة لأنها (الجزء الذي يمثل المجتمع الأصلي أو الأنموذج الذي يجري الباحث مجمل عمله عليه) مجتمع وعينة البحث لذا تمثل مجتمع البحث بطلاب كلية التربية الرياضية في جامعة كرميان المرحلة الرابعة على شكل شعبتين ( أ ) و ( ب ) وبالغ عددهم (٤٥) طالب وطالبة ، تم استبعاد الطالبات وعددهن (١٠) طالبة، وتم استبعاد العينة الاستطلاعية وعددهم (٥) طلاب، وبعد لك تم تقسيم العينة بصورة عشوائيا بطريقة غير منتظمة وحسب الشعب الى مجموعتين أذ تمثلت شعبة ( أ ) بالتجريبية، وشعبة (ب) ضابطه ، وتم استبعاد (٢) من الطلبة المتعلمين الذين يجيدون السباحة و(٢) من الطلبة الغير منتظمين في الوحدات التعليمية ، ليبقى عدد الطلبة في كل شعبة ( ١٥ ) طالب ،وبعد توزيع المقياس المعرفي المجازف مقابل الحذر قسموا الى (٨) طلاب مجازفين(٧) طلاب حذرين للمجموعة التجريبية شعبة (أ) ، اما المجموعة الضابطة شعبة (ب) فقد قسموا بعد توزيع المقياس الى (٧) طلاب مجازفين و(٨) طلاب حذرين. احتوى الباب الرابع على نتائج الاختبارات المستخدمة قيد البحث وتحليلها ومناقشتها من خلال الجداول الإحصائية .

الباب الخامس :أحتوى هذا الباب على أهم الاستنتاجات وأهم التوصيات التي توصل اليها الباحث .

١. إن للتمرينات المقترحة كان لها الاثر الكبير في تطوير القدرات الخاصة (قوة مميزة بالسرعة للذراعين ، قوة مميزة بالسرعة للرجلين ، سرعة انتقالية ) .
٢. إن للتمرينات المقترحة كان لها الاثر الكبير في تعلم السباحة الحرة ومهاراتها .
٣. أن تصنيف العينة الى مجازف وحذر كان له الدور الإيجابي الكبير في سرعة تحقيق الاهداف التعليمية .

## ٤-٢-٢ أوجه التشابه والاختلاف في الدراسة الحالية والدراسات المرتبطة.

الجدول (١) يوضح أوجه التشابه والاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة

ت	الدراسة	المتغير المستقل	المتغير التابع	افراد العينة	أوجه الاختلاف
١	رسالة علاء احسان علي (٢٠٢٠)	منهج تعليمي بأنموذج تسريع التفكير	المعرفة القانونية واداء كرة السلة	طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية	اختلفت الدراسات السابقة عن الدراسة الحالية في اعداد برنامج تعليمي اضافة الى المتغير التابع ونوع اللعبة والعينة
٢	رسالة نور عدنان محمد (٢٠٢١)	اثر العاب حركية مركبة وفق تسلسل معكوس	التأزر البصري العضلي وبعض الحركات الأساسية	رياض الاطفال بأعمار ٥_٦ سنوات	
٣	رسالة ليث خليل جاسم (٢٠١٧)	تأثير تمارينات مقترحة لذوي المجازفة مقابل الحذر	تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة	طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية	
٤	رسالة عمر فالح عباس (٢٠٢٣)	تمارين تعليمي وفق تسريع التفكير	التأزر البصري واداء السباحة الحرة	طلاب المرحلة الاولى كلية التربية الرياضية	

## ٥-٢-٢ أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

١. الاطلاع على منهجية البحث المستخدمة.
٢. الاستفادة من الاطار النظري.
٣. الاستفادة من التصميم التجريبي للبحث.
٤. الاستفادة من المعالجة الاحصائية.
٥. الاستفادة من الية توظيف الانموذج وفق الاهداف المعرفية ومستويات التفكير العاملة

## الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.

٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

١-٣ منهج البحث:

٢-٣ مجتمع البحث وعينته:

٣-٣ وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة.

١-٣-٣ وسائل جمع المعلومات:

٢-٣-٣ الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث.

٤-٣ الاختبارات المستخدمة بالبحث:

١-٤-٣ اختبار قياس الطفو على البطن

٢-٤-٣ اختبار قياس التأزر بين اليدين والعينين

٣-٤-٣ تقويم الأداء الفني في السباحة الحرة:

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

٢-٣-٤-٣ درجات التقويم :

٣-٣-٤-٣ طريقة التقويم:

٤-٣-٤-٣ اختبار الاداء الفني في السباحة الحرة :

١-٤-٣-٤-٣ مواصفات الاختبار:

٢-٤-٣-٤-٣ الهدف من الاختبار:

٣-٤-٣-٤-٣ الادوات:

٤-٤-٣-٤-٣ طريقة الاداء :

٥-٤-٣-٤-٣ طريقة التسجيل:

٥-٣ التجارب الاستطلاعية:

٦-٣ إجراءات التجربة الرئيسية:

١-٦-٣ الاختبارات القبلية لعينة البحث:

٢-٦-٣ تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة:

٣-٦-٣ الاختبارات البعدية:

٧-٣ الوسائل الإحصائية:

## ٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

## ١-٣ منهج البحث:

إن طبيعة البحث التي يتطرق إليها الباحث و المنهج الملائم ضرورة من ضرورات البحث العلمي، إذ يجب أن ينسجم المنهج مع طبيعة المشكلة المراد حلها هي التي تحدد طبيعة المنهج المستخدم وأن الوصول إلى الحقائق العلمية من خلال البحث و الاستقصاء ، لهذا اعتمد الباحث المنهج التجريبي لملاءمة طبيعة المشكلة " لأنَّ البحث التجريبي يبحث عن السبب، ويتميز البحث التجريبي بأنَّه النشاط العلمي الدقيق والمضبوط إذ أنه يعمل مع الظاهرة المؤثرة ومسبباتها"<sup>(١)</sup> " وهو عملية تفسير لما يحدث من نتائج حول حالة معينة و التحقق من مسبباتها لأنه يتعامل مع الحقائق و التأكد من ذلك عن طريق مقارنة المجموعة الضابطة مع المجموعة التجريبية "<sup>(٢)</sup>.

استعمل الباحث "تصميم المجموعة الضابطة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي و البعدي"<sup>(٣)</sup> أو ما يسمى (أسلوب المجموعتين المتكافئتين) أنظر إلى الجدول (٢) " إذ اختار الباحث في هذا النوع مجموعتين متكافئتين في جميع المتغيرات ويخضع أحد المجموعتين للمتغير التجريبي ويترك المجموعة الثانية كما هي في الواقع ومن ثم يلاحظ الفرق في الأداء الذي يعزى إلى المتغير المستقل"<sup>(٤)</sup>.

(١) ظافر هاشم إسماعيل الكاظمي: التطبيقات العملية لكتابة الرسائل والاطاريح التربوية والنفسية، (بغداد، كلية التربية الرياضية، ٢٠١٢) ص١٣٦.

(2) Paul D. Leedy: Practical Research, Mac Milan Publishing Co-Inc New York, 1980, P.167.

(٣) ذوقان عبيدات وآخرون: البحث العلمي مفهومه وإدامته وأساليبه، ط١ (عمان، دار الفكر للنشر و التوزيع، ١٩٩٦) ص١٠٦.

(٤) أنور حسن وعزيز حنا: مناهج البحث التربوي، (مطابع التعليم العالي، بغداد - العراق، ١٩٩٠) ص٢٧٦.

## جدول رقم (٢)

يوضح تصميم المجموعة الضابطة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي و البعدي  
(المجموعتين المتكافئتين)

ت	المجموعات	الخطوة الاولى	الثانية	الثالثة	الخطوة	الخطوة
		الاختبار القبلي	المتغير المستقل	الاختبار البعدي	الرابعة	الخامسة
١	المجموعة التجريبية	التأزر البصري الحركي وتعلم الأداء الفني في السباحة الحرة	انموذج تسريع التفكير	الاختبار البعدي	الفروق بين الاختبارات القبليّة و البعديّة	الفروق بين نتائج الاختبارات البعديّة
٢	المجموعة الضابطة	التأزر البصري الحركي وتعلم الأداء الفني في السباحة الحرة	الأسلوب المتبع من قبل الكلية	الاختبار البعدي	الفروق بين الاختبارات القبليّة و البعديّة	الفروق بين نتائج الاختبارات البعديّة

## ٢-٣ مجتمع البحث وعينته:

تألف مجتمع البحث من (١٣٠) طالب من طلبة المرحلة الاولى كلية التربية البدنيه و علوم الرياضة -جامعة كرميان ،اما عينة البحث بلغت (٢٠) طالب من طلاب المرحلة الاولى حيث شكل نسبة ٦٠ % "وتم اختيارها بالطريقة العمدية من الذين يجيدون وضع الطفو"<sup>(١)</sup> ومن ثم تقسيمهم الى مجموعتين تجريبية وضابطة وكل مجموعة تحتوي على (١٠) طلاب

(١) ساهر محمد حميد : تأثير استخدام الحاسوب كوسيلة مساعدة في تعلم مهارة سباحة الحرة ،(رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة الانبار ،٢٠١١)،ص٧٩

جدول (٣) يبين النسب المئوية لمجتمع البحث

المتغيرات	العدد	النسبة المئوية
مجتمع البحث	70	%100
عينة البحث	20	%28.57
اللاعبون المستبعدون	2	%2.9
	1	%1.42
العينة الاستطلاعية	5	%7.14

ومن أجل تحقيق مستوى متقارب في الأداء لعينة البحث وللمنع المؤثرات التي تؤثر في نتائج التجربة من حيث الفروق الفردية الموجودة لدى عينة البحث قام الباحث بإجراء التجانس بأخذ متغيرات (الطول - الكتلة - العمر الزمني) وبعد استخدام المعالجات الإحصائية المناسبة تبين أن قيم (F) المحتسبة للمتغيرات الثلاثة اصغر من قيم (F) الجدولية دلالة على تجانس أفراد العينة وكما مبين في الجدول (٤).

جدول (٤)

يبين تجانس عينة البحث في متغيرات (العمر - الطول - الكتلة)

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		معنوية الفروق	(F) الجدولية	(F) المحتسبة
		س±	ع±	س±	ع±			
العمر الزمني	شهر	236.4	17.1	234	15.41	غير معنوية	3.18	1.10
الكتلة	كغم	69.6	2.01	69.01	2.43	غير معنوية		1.12
الطول	سم	169.5	2.73	170	2.32	غير معنوية		1.18
حجم العينة		10		10				

\*تحت مستوى دلالة 0.05 وبدرجة حرية 9



بعد أن تحقق تجانس عينة البحث قام الباحث بتقسيم عينة بحثه إلى مجموعتين بالطريقة العشوائية (القرعة) الأولى هي المجموعة التجريبية و الثانية هي المجموعة الضابطة وبواقع (١٠) طلاب لكل مجموعة ولمعرفة التكافؤ بين المجموعتين في سباحة الحرة والتأزر البصري الحركي قام الباحث باستخدام (اختبار T) ، حيث أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً (غير معنوي) بين المجموعتين. وبذلك يتحقق التكافؤ بين المجموعتين وكما مبين في الجدول (٥).

#### الجدول (٥)

يبين تكافؤ المجموعتين التجريبية و الضابطة في نتائج الاختبار القبلي

المتغيرات	الاختبار	وحدة القياس	الوسط	الانحراف	T	الدلالة
الطفو على البطن	التجريبية	متر	3.91	0.85	0.13	غير معنوي
	الضابطة		3.97	1.20		
التأزر البصري	التجريبية	درجة	51.2127	13.71444	.188-	غير معنوي
	الضابطة		52.4237	15.10975		
الاداء الفني	التجريبية	درجة	6.5000	.52705	.429-	غير معنوي
	الضابطة		6.6000	.51640		

\*تحت مستوى دلالة (0.05) درجة حرية 18.

### ٣-٣ وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة.

#### ١-٣-٣ وسائل جمع المعلومات:

استخدم الباحث الوسائل التي يمكن أن يحصل من خلالها على البيانات و المعلومات المطلوبة لحل مشكلته وتحقيق أهداف بحثه لأنها " الوسيلة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلته مهما كانت تلك الأدوات بيانات - عينات - أجهزة" (١).

- المصادر العربية والاجنبية.

(١) وجيه محجوب: طرائق البحث العلمي ومناهجه، (بغداد، دار الحكمة للطباعة و النشر، ١٩٩٣) ص١٧٩.

- المقابلات الشخصية.
- الاختبارات والمقاييس وشملت ( اختبار فيينا) (\*) واختبار للاداء الفني لسباحة الحرة (١)
- استمارة مقننة لتقويم الأداء الفني لسباحة الحرة (\*\*).

### ٢-٣-٣ الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث.

- ❖ منظومة اختبارات فيينا.
- ❖ كاميرا تصوير نوع ( gopro ) امريكية الصنع عدد (٢)
- ❖ جهاز عرض ( Data show ) منشأ ياباني مع سلايت عرض مع مكبر صوت عدد (١)
- ❖ ذراع حامل للكاميرات قابل للتقصير والتطويل صيني الصنع عدد ٢
- ❖ جهاز كومبيوتر نوع ( hp ) منشأ صيني عدد (4) .
- ❖ جهاز iPad pro ١٢ امريكي الصنع عدد ٤
- ❖ صبورة ماجك بورد عدد (٤) مع ستاند عدد (٤).
- ❖ اقلام مختلفة ( ماجك، رصاص، جاف ) .
- ❖ أقراص CD من نوع (SKC) كورية الصنع عدد (٢٠).
- ❖ شريط قياس صيني الصنع عدد ٢ .
- ❖ شريط لاصق ملون عدد ٢ صيني الصنع
- ❖ ميزان طبي مع مسطرة لقياس الطول و الوزن إيطالي الصنع.
- ❖ علم لتحديد المسافة.
- ❖ نظارات سباحة نوع (Speedo) صينية الصنع.
- ❖ زعانف ذات لونين اصفر واحمر صينية الصنع عدد ١٠
- ❖ نظارات سباحة عدد ١٠ صينية الصنع
- ❖ اطواق ملونة ذات اثقال صينية الصنع عدده

(\*) ينظر الملحق رقم (٥).

(١) الخطاط سلام محمد حسين :تأثير استخدام التمرين المتداخل في تعليم نوعين من أنواع السباحة ، (رسالة ماجستير، جامعه بغداد، كلية التربية الرياضية، ١٩٩٩). ص ٩١.

(\*\*) ينظر الملحق رقم (٣).

- ❖ طوافات معكرونية عدد ٢٠ صينية الصنع
- ❖ احذية غوص ومسابع عدد ١٠ صينية الصنع
- ❖ حزام طفو عدد ١٠ صينية الصنع
- ❖ Kick board عدد ٢٠ مختلفة الاحجام صينية الصنع عدد ٢٠
- ❖ اشربة واطواق قابلة للطي والاتصاق عدد ٢٠ صينية الصنع
- ❖ اهداف صغيرة عدد ٢ صينية الصنع
- ❖ كرة ماء عدد (١) صينية الصنع
- ❖ منصات عمل يد عراقية المنشاء عدد ١٠
- ❖ كرات لياقة بدنية عدد ١٠ صينية الصنع
- ❖ طوافات ذات ثقوب واحجام مختلفة عدد ٢٠ صينية الصنع
- ❖ جهاز محاكي للاداء الفني لسباحة الحرة حاصل على براءة اختراع عراقي المنشأ عدد ١

### ٤-٣ الاختبارات المستخدمة بالبحث:

#### ٣-٤-١ اختبار قياس الطفو على البطن (١):

الغرض من الاختبار : قياس مهارة الطفوا على البطن

الغرض من الاختبار :الاختبار العمدي للطلاب الذين لديهم قابلية الطفو على البطن اي تجاوز مرحلة التكيف مع الماء تم اجراء في يوم الخميس ٢٠٢٣/٣/٩ في مسبح كلية التربية الرياضية /جامعة كرميان.

#### مواصفات الاداء :

- حوض سباحة
- صافرة
- كراسة تسجيل
- شريط قياس

-اعلام لتحديد مناطق التوقف

**طريقة الاداء :**

- يقف المؤدي في الماء بمستوى الصدر والذراعين اماما وعند سماع اليعازي يقوم المؤدي باخذ الشهيق وكتمه ويقرب وجهه من الماء ويدفع حافة الحوض للوصول الى وضع الطفو الامامي مع الانزلاق لابعد مسافة ثم العودة الى وضع الوقوف  
-قياس المسافة من لحظة التحرك وحتى نقطة التوقف بالماء  
وحدة القياس : المتر

### ٣-٤-٢ اختبار قياس التأزر بين اليدين والعينين :

توفر منظومة الاختبار فيينا (Vienna Test System) عرض وافر من الاختبارات المتخصصة في مجال علم النفس القياسات السيكومترية والنفسية(\*) هذا الاختبار يقيس التأزر العضلي العصبي:-

١. بين العين و اليد.

٢. التعاون بين اليدين بالاعتماد على البصر .

لابد أن نعرف أن التنسيق بين اليد والعين (التأزر البصري الحركي) هو القدرة على السيطرة على حركة اليد بدقة وهو ضبط حركة العضلات الذي يتيح لليد أن تقوم بالمهمة وفق الطريقة التي تراها العين، والبصر دور هام في تعلم الإنسان فهو الحاسة الأقوى والنفادة نحو المثيرات ومن خلالها يستطيع الفرد اكتساب مهارات كثيرة، تمكنه من ترجمة ما يبصره إلى أفعال حركية لتنمية مهاراته، والاتجاهات المكانية وتحديد المسافات، وعن طريقها يتصل الفرد بالبيئة المحيطة.

- يقيس هذا الاختبار قدرة التأزر بين العين واليد من خلال بعض المحاولات التي تبدأ بأمتلة تجريبية ثم محاولات خاصة بأداء الاختبار.

**- مواصفات الاداء**

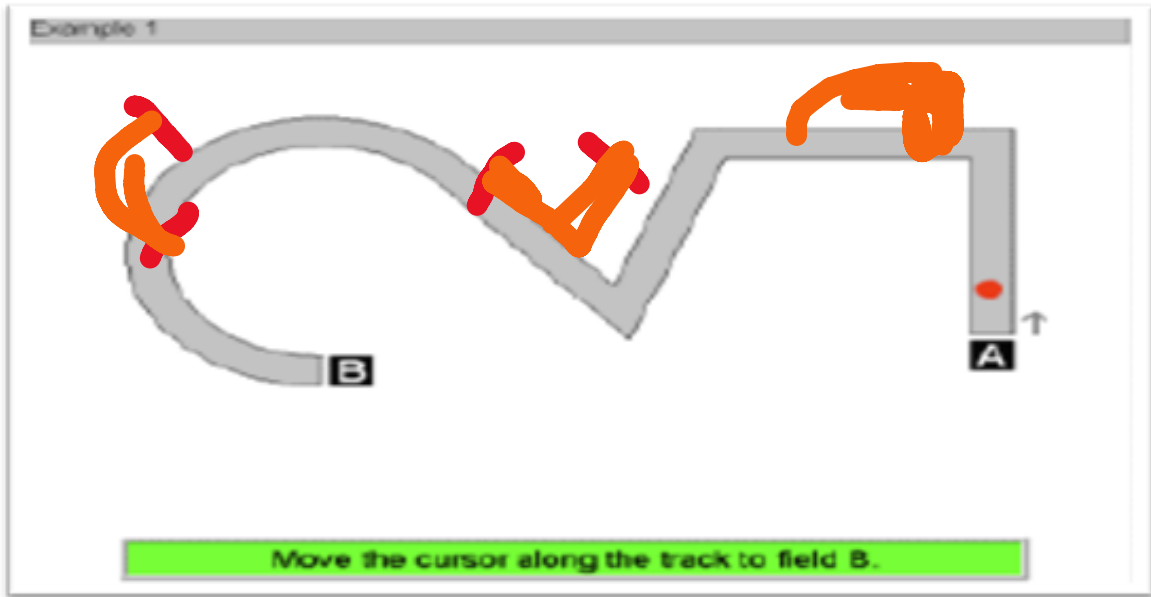
- طريقة القياس: زمن الاختبار (٤) دقائق ويتكون من اربع دورات رئيسة تسبقها دورتان لغرض التدريب على آلية الاستخدام وبعد الانتهاء منها تعطي المنظومة اشارة البدء للاختبار وهناك ثلاثة مؤشرات تدخل لاحتساب الدرجة النهائية السرعة في انهاء الدورة وقلة الاخطاء اثناء ادائها ومناطق الخطأ ، علما ان الدرجة في هذا الاختبار تكون (0 - 100) .

- **طريقة الاداء** : التحكم يكون بواسطة لوحة مفاتيح تتكون من مفاتيح على شكل مقود القيادة يحتمك اليمين بمسار النقطة المتحركة بشكل افقي واليسر بالحركة العمودية لها وفي المنطقة ذات الشكل (V) - (L) والتي تعدان اصعب المراحل يتطلب الامر من المستجيب التآزر باعلى درجاته بين الحركة الافقية والعمودية باستخدام المفاتيح معا بنفس الوقت من قبل المختبر وهو احد المؤشرات الاساسية لاحتساب درجة التآزر النهائية بين العين واليد وفق هذا الاختبار ويشار للخطأ بايعاز صوتي في حالة تجاوز النقطة المتحكم بها المسار المرسوم لها وهو المؤشر الثاني لاحتساب الدرجة النهائية ويبقى الوقت المستغرق لاتمام المحاولات الاربع كاملة هو العنصر الثالث لاحتساب الدرجة وكما يظهر جليا من الاشكال (٨) و(٩)



الشكل (٨)

يوضح شكل المنظومة ولوحة المفاتيح الخاصة بالاختبار



الشكل (٩)

يوضح شكل الاختبار الخاص بالتآزر البصري باستخدام منظومة اختبارات فيينا

**٣-٤-٣ تقييم الأداء الفني في السباحة الحرة:****١-٣-٤-٢ استمارة التقييم**

بهدف الوصول إلى نتائج دقيقة يمكن التعامل معها إحصائياً في تقييم الأداء الفني لسباحة الحرة أستعان الباحث باستمارة تقييم مقنن<sup>(١)</sup> ، احتوت على ستة أبعاد وهي كالآتي<sup>(\*)</sup>:

**البعد الأول:** ويمثل الأوضاع و الاسم و الدرجة ويتألف من عشرة حقول.

**البعد الثاني:** ويمثل وضع الجسم (Body Position) ويتألف من ثلاثة أعمدة.

**البعد الثالث:** ويمثل حركة الذراعين (Arms action) ويتألف من ستة أعمدة.

**البعد الرابع:** ويمثل ضربات الرجلين (Legs action) ويتألف من أربعة أعمدة.

**البعد الخامس:** ويمثل التنفس (Breathing) ويتألف من ثلاثة أعمدة.

**البعد السادس:** ويمثل التوافق (Coordination) ويتألف من ثلاثة أعمدة.

**٢-٣-٤-٣ درجات التقييم:**

تكون الدرجة العليا للبعد الواحد (3) درجات و الدرجة الدنيا (1) درجة واحدة وبذلك يكون أعلى تقييم (18) درجة وأوطأ تقييم (6) درجات.

**٣-٣-٤-٣ طريقة التقييم:**

وتتم عن طريق الملاحظة العلمية الدقيقة من قبل الخبراء بواسطة (التصوير الفيديوي).

**٤-٣-٤-٣ اختبار الاداء الفني في السباحة الحرة :**

(١) عبد الرزاق جبار الرمحي و سلام محمد الخطاط: السباحة العالم الفريد - تعليم - تدريب - تحكيم، الامارات العربية المتحدة، الشيماء للطباعة، ٢٠١٥، ص ٢٥٧.  
(\*) انظر ملحق رقم (٣).

**٣-٤-٣-٤-١ مواصفات الاختبار<sup>(١)</sup>:****٣-٤-٣-٤-٢ الهدف من الاختبار:**

قياس مستوى الأداء الفني للمتعلم في السباحة الحرة للطلاب.

**٣-٤-٣-٤-٣ الأدوات:**

- حوض سباحة.
- شريط قياس.
- أعلام لتحديد المسافة.
- كاميرا تصوير فديوي.

**٣-٤-٣-٤-٤ طريقة الأداء:**

يقف المختبر داخل حوض السباحة عند بدايته وفي منطقة المياه الضحلة الجانبية للحوض وعند اعطاء إشارة البدء يقوم المتعلم بدفع الحافة بالرجلين والانسحاب والسباحة لقطع المسافة المحددة وهي (١٥) متر.

**٣-٤-٣-٤-٥ طريقة التسجيل:**

يكون التقويم عن طريق الملاحظة غير المباشرة (التصوير الفيديوي فوق وتحت الماء) وباستخدام كامرة نوع gopro4-6 امريكية الصنع واستمارة مقننة لتقويم الأداء<sup>(\*)</sup> ، ولغرض التقويم الدقيق للأداء الحركي للسباحة الحرة فقد تم تصوير الاداء الفني لأفراد عينة البحث عند ادائهم السباحة الحرة الكاملة فوق وتحت الماء بواسطة الكاميرات سألفة الذكر ثم عرضها على الخبراء والمختصين في مجال السباحة<sup>(\*\*)</sup> وذلك بالاعتماد على استمارة تقويم خاصة<sup>(\*\*\*)</sup>، وبهذا يكون لكل مختبر مجموعة من قيم من الدرجات ولاستخراج قيمة

(١) الخطاط سلام محمد حسين: مصدر سبق ذكره ص ٩١

(\*) انظر الملحق (٣).

(\*\*) انظر الملحق (٤).

(\*\*\*) انظر الملحق (٣).



الدرجة النهائية تم جمع القيم وتقسيم على الخبراء ليمثل الوسط الحسابي لها القيمة النهائية للدرجة المعطاة لأداء المختبر اذ تم الحصول على درجات تقويم الاداء الحركي وبعدها تم معالجتها احصائياً لاستخراج النتائج النهائية.

الأسس العلمية للاختبار: استعان الباحث باختبار مقنن على البيئة العراقية<sup>(١)</sup> بمعدل صدق (0.90) ومعامل ثبات (0.81).

### ٣-٥ التجارب الاستطلاعية:

أولاً: التجربة الاستطلاعية الأولى الخاصة باختبار الاداء الفني

لغرض التعرف على المعوقات كافة التي من الممكن أن تصادف الباحث عند تنفيذ التجربة الرئيسية، قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية "لتجنب الأخطاء و الصعوبات التي قد تظهر خلال إجراء التجربة الاستطلاعية للوقوف على الإيجابيات و السلبيات التي قد تقابل الباحث أثناء إجراء الاختبار لتلافيها مستقبلاً"<sup>(٢)</sup>، وللتعرف على ملائمة الاختبارات لمستوى إمكانية الأداء، أجرى الباحث تجربته الاستطلاعية في يوم الثلاثاء ١٤ /٣/ ٢٠٢٣ في الساعة (١٢) الثانية عشر صباحاً على عينة من طلبة المرحلة الأولى تألفت من (٥) طلاب من خارج عينة البحث في مسبح كلية التربية الرياضية في جامعة كرميان وكان الغرض من إجراء التجربة الاستطلاعية التعرف على ما يأتي :-

وذلك من أجل معرفة ما يلي:

١. الوقت المستغرق لإجراء الاختبار.
٢. مدى استعداد المختبرين لإجراء الاختبار.
٣. التعرف على المعوقات التي قد ترافق عملية إجراء الاختبار.
٤. مدى صلاحية استخدام التصوير الفديوي داخل وخارج الماء لغرض تقويم مستوى الأداء الفني بواسطة الخبراء من خلال الملاحظة غير المباشرة.

(١) الخطاط سلام محمد حسين: مصدر سبق ذكره: ص ٩١

(٢) قاسم المنذلاوي وآخرون: الاختبارات والقياس و التقويم في التربية الرياضية، (الموصل، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٩) ص ١٠٧.

٥. معرفة الصعوبات، والمعوقات كافة التي قد تواجه الباحث، وإيجاد الحلول لها.
٦. معرفة الوقت المستغرق في أداء لاختبارات لمراعاة ذلك في التجربة الرئيسية.
٧. معرفة مدى ملائمة الاختبارات لمستوى العينة.
٨. تنظيم عمل الفريق المساعد، وتوضيح التعليمات، والإرشادات المتعلقة بإجراء الاختبارات من حيث اطلاق البداية، وقياس مسافة السباحة حسب الوقت.
٩. تدريب فريق العمل على كيفية تنفيذ الاختبار و الاستخدام الصحيح للأجهزة و الأدوات.

### ثانياً: التجربة الاستطلاعية الثانية الخاصة بمنظومة فيينا Vienna :

قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية الثانية الخاصة باختبار منظومة اختبارات فيينا Vienna Test System من اجل التعرف على الية الاختبار وكيفية اداء الاختبار والتعليمات ومدى تفهم فريق العمل المساعد، وكذلك التعرف على الصعوبات التي تواجه عملية التطبيق النهائي بغية تلافيها وتجنب الوقوع بها ومعرفة الوقت اللازم للاختبار، وقد أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية على العينة المكونة من (٥) طلاب من غير عينة البحث في مختبر الابحاث النفسية / كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى وذلك يوم الاحد المصادف ٢٠٢٣/ ٣/ ١٩.

### ٣-٦ إجراءات التجربة الرئيسية:

واشرف الباحث على تطبيق الوحدات التعليمية لتسريع التفكير للمجموعتين من قبل فريق العمل واستمرت فترة تنفيذهما من الفترة ٢٠٢٣/٣/٢٣ الموافق ليوم الخميس ولغاية ٢٠٢٣/٥/٢٦ الموافق ليوم الخميس حيث تم اجراء الاختبار و التصوير القبلي للمجموعتين بعد مرور اسبوعين على تطبيق الوحدات التعليمية ومرور وحدتين تعليمية كنقطة شروع لقياس الاثر وتم عرض التصوير الفديوي على الخبراء<sup>(\*)</sup>، لأجل تقويم الأداء وذلك بواسطة استمارة تقويم الاداء<sup>(\*\*)</sup>، ومن ثم تم اجراء الاختبار و التصوير البعدي للمجموعتين بعد

(\*) ينظر الملحق رقم (٤).

(\*\*) ينظر الملحق رقم (٣).

الانتهاء من تنفيذ الوحدات حيث حرص الباحث على اتباع السياق نفسه من حيث اجراءات الاختبار وتقويم الأداء.

### ٣-٦-١ الاختبارات القبليّة لعينة البحث:

بعد تحديد الاختبارات المستخدمة في البحث، تم إجراء الاختبارات القبليّة للمهارات قيد البحث، وللمجموعتين التجريبيّة والضابطة، بالنسبة للتأزر البصري الحركي في المختبر النفسي لكلية التربية الاساسية -جامعة ديالى في يوم الاثنين الموافق ل ٢٠٢٣/٣/٢٠ باستخدام منظومة فيينا<sup>(\*)</sup> في حين تم اجراء الاختبار للاداء الفني لسباحة الحرة في المسبح المغلق في كلية التربية الرياضية/جامعة كرميان، بتاريخ (٦|٤|٢٠٢٣) من يوم (الخميس) وبعد وحدتين تعليمية وذلك لتوفير الاثر الاول لحصول التعلم كنقطة شروع للمقارنة بالاختبار البعدي وقد تم التنفيذ بمساعدة فريق العمل المساعد<sup>(\*\*)</sup>، وبإشراف مباشر من الباحث.

واتبع الباحث عند تنفيذ الاختبارات الخطوات الآتية:

- تهيئة مستلزمات تنفيذ الاختبارات كافة.
- تهيئة فريق العمل المساعد، وتزويدهم باستمارات خاصة بالاختبارات، لتسجيل النتائج.
- الشرح والإيضاح الوافي، لكيفية إجراء كل اختبار لأفراد العينة، وعرضها قبل تنفيذها.
- إعطاء مدة مناسبة لإحماء عينة الاستطلاع قبل البدء بتنفيذ الاختبارات.
- تسجيل نتائج الاختبارات.

وتم اجراء الاختبار القبلي للمجموعتين الضابطة و التجريبيّة في مسبح كلية التربية الرياضية في جامعة كرميان واستمر لمدة (٢) ساعتين وتم تنفيذه بالاستعانة باختبار مقنن<sup>(١)</sup> لاختبار الأداء الفني لسباحة الحرة للمجموعتين ولقد التزم الباحث بتثبيت الظروف المتعلقة بالاختبار من حيث الزمان و المكان و الأدوات المستخدمة وطريقة التنفيذ وفريق العمل<sup>(\*\*\*)</sup> وذلك من أجل العمل على توافرها في الاختبار البعدي، فضلاً عن تصوير الاختبار بكامرة

(\*) ينظر الملحق رقم (٥).

(\*\*) ينظر الملحق رقم (٨).

(١) سلام محمد حسين كريم الخطاط: مصدر سيق ذكره، ص ٩٢.

(\*\*\*) ينظر الملحق رقم (٨).

رقمية نوع GOPRO 4-6، فوق وتحت سطح الماء بواسطة ذراع محمولة ثم تحويلها الى اقراص (CD) ثم عُرضت على الخبراء باختصاص السباحة<sup>(\*)</sup>.

### ٢-٦-٣ تطبيق الوحدات التعليمية:

"اذن الوحدة التعليمية عبارة عن مواقف تعليمية تكون في مجموعها وحدة متكاملة لها

غرض محدد ويمكن الوصول لها عن طريق هذه المواقف".<sup>(١)</sup>

بعد اطلاع الباحث على أغلب المصادر العربية و الأجنبية العلمية المتوفرة و البحوث المنشورة على الشبكة العالمية (الأنترنت) وخاصةً المناهج التعليمية التي تتعلق بالسباحة.

قام الباحث باعداد تمرينات تعليمية قائمة على استخدام حاسة البصر كعنصر اساسي لبناء التآزر الحركي التي تتطلبه السباحة الحرة داخل وخارج الماء وفق انموذج قائم على تسريع التفكير حيث تم عرضه على الخبراء<sup>(\*\*)</sup> من ذوي الاختصاص وذلك بغية الوقوف على ما قد يعترضه من نقص من حيث الهيكلية التنظيمية ومحاولة تلافيتها وكذلك فاعلية التمارين و الأدوات التي يتضمنها.

ولتحقيق اهداف البحث قام الباحث باعداد (١٢) وحدة تعليمية وبواقع وحدة تعليمية في الاسبوع في الشهر الاول من التنفيذ ماعدا الاسبوع الرابع في الشهر الخامس حيث تم تنفيذ وحدتين تعليمية وذلك لتعويض الوحدات التي صادف تاريخ تنفيذها ايام العيد وهو ٢٠ و ٢٧ والذي استمرت عطلته لمدة اسبوع كامل حيث جرى نقل وقت تنفيذ الوحدات الى الاسبوع اللاحقة وهو الشهر الخامس وبالضبط يومي الثلاثاء والخميس منه والموافق ٢ و ٤ والاسبوع الثالث ايضا وحدتين ١٦ و ١٨ والاسبوع الرابع والاخير منه والموافق بتاريخ ٢٣ و ٢٥ تم تطبيقها الوحدة التعليمية من ثلاثة أقسام:

١- القسم الإعدادي: تبلغ مدته (١٠) دقائق ويتكون من:

\_ المقدمة: مدتها (٢ دقيقة) يقوم المعلم بتسجيل الحضور وتهيئة الأدوات اللازمة.

(\*) ينظر الملحق رقم (٤).

(١) طلال نجم: اثر استخدام طريقة للوحدات التعليمية في تعلم المهارات الحركية لتلاميذ الصف الاول، رسالة

ماجستير، الموصل، ١٩٩٢م، ص ٨

(\*\*) ينظر الملحق رقم (٦).

الإحماء العام والتمرينات البدنية الخاصة : تهيئة عامة (٣دقائق) وخاصة (٥ دقائق) لأجزاء الجسم لخدمة تعليم مهارات السباحة في الدرس.

٢- **القسم الرئيسي:** تبلغ مدته (٧٥) دقيقة، ويتكون من:

- **الجانب التعليمي:** تبلغ مدته (٢٠) دقيقة: وتم فيه شرح، وتوضيح المهارات التعليمية بالاستعانة بالنماذج المحاكية والمشابهة والموضحة لألية اتمام الواجب الحركي المبتغى والهدف التعليمي ، و يقوم المدرس بتقديم أفكار وأمثلة عن رياضة السباحة، وتوضيح المفاهيم الأساس والمصطلحات الخاصة بالسباحة بالاستعانة بنموذج تسريع التفكير في مخاطبة الانماط الحسية لبناء التآزر الحركي للسباحة الحرة وبالاخص النمط البصري واعتماد خطوات تنفيذه على المستوى المعرفي و يقوم المدرس بعرض جميع محاور الدرس بعد ذلك يتم طرح مجموعة من الاسئلة يتم الاجابة عنها خلال سير الدرس، ويتم تقسيم الطلبة الى مجموعات وذلك من خلال وضع لكل مجموعة منسق للعمل، و يقوم المدرس بالتحرك بين المجموعات، ويطلب من جميع المجموعات المشاركة والمساهمة في النقاش، كما يقوم المدرس بتذكير الطلاب بما تحدثوا به من خلال الخطوتين السابقتين لمساعدتهم على استعمال تسريع التفكير والأفكار الجديدة التي توصلوا إليها في مواقف ومواضيع الوحدة التعليمية اعتمادا على التجسير بين ما قدمه المعلم والاستجابة المتوقعة بالاعتماد على الخبرات السابقة.

-**الجانب التطبيقي:** مدته (٥٥) دقيقة: ويتم فيه تطبيق المواقف التعليمية القائمة على انموذج تسريع التفكير وفق اهداف سلوكية نفس معرفية تستهدف بناء التآزر الحركي اعتمادا على النظر وإعطاء تغذية راجعة تصحيحية لجميع المتعلمين ، وذلك من خلال تمرينات خارج الماء وداخله محاكية للاداء الفني لسباحة الحرة وتقسيمها الى جزئيات تبدا ببناء التآزر لوضع الجسم وتنتهي بالاداء الكلي للسباحة وحسب علاقات ديناميكية طردية وعكسية للاسس الزمانية والمكانية لحدوثها وتحويلها الى اهداف تعليمية تعتمد انموذج التسريع للاستجابات الحركية القائمة على مستويات التفكير العاملة يمكن ملاحظتها وقياسها مع ذكر أهم الأخطاء الحاصلة بالأداء، وكيفية تلافيها فضلاً عن تعزيز الأداء الأمثل، وذلك وفق مجموعة من التمارين الخاصة المعدة باستخدام ادوات ووسائل واجهزة محاكية للسباحة

الحررة واستراتيجية تفكير لتوليد سريع للاستجابات الحركية المبتغاة من كل تمرين منها مما يصب في صالح تحقيق الهدف التعليمي للوحدة انتهاءً بتعلم الاداء الكلي للسباحة الحررة .

٣-القسم الختامي: تبلغ مدته (٥) دقائق، وسيتم فيه :

مناقشة وتحديد نقاط القوة والضعف في الأداء ثم اداء التحية والانصراف.

وقد اشتملت الوحدات التعليمية على (١٢) وحدة طبقت خلال فترة (١٠) أسابيع وبواقع وحدة تعليمية واحدة في الأسبوع ما عدا الاسبوعين الاخيرين من الشهر الخامس وهي الايام الموافقة لهذه التواريخ ١٧ و١٩ و٢٤ و٢٦ من العام الدراسي ٢٠٢٣ وحسب الجدول الخاص بالكلية لمادة السباحة وبلغ وقت الوحدة التعليمية الواحدة (٩٠) دقيقة قسمت إلى (١٠) دقائق قسم تحضيري و (٧٥) دقيقة قسم رئيسي و (٥) دقائق للقسم الختامي حيث بلغ الوقت الكلي المخصص للمنهج التعليمي المقترح (٢٥٨٠) دقيقة وبواقع (١٢٠) دقيقة قسم اعدادي و (٢٤٠٠) دقيقة قسم رئيسي و (٦٠) دقيقة للقسم الختامي وتضمنت الوحدات التعليمية المقترح المحاور الآتية:

**الوحدة التعليمية الاولى :** بناء التأزر البصري الحركي لوضع الجسم الافقي بواسطة العلاقة بين الورك والقدمين

**الوحدة التعليمية الثانية :** بناء التأزر البصري الحركي لوضع الانسياب على البطن الجسم الافقي .

**الوحدة التعليمية الثالثة :** بناء التأزر البصري الحركي للذراع اليمين

**الوحدة التعليمية الرابعة :** بناء التأزر البصري الحركي للذراع اليسار

**الوحدة التعليمية الخامسة :** بناء التأزر البصري الحركي للرجلين

**الوحدة التعليمية السادسة :** بناء التأزر البصري الحركي للرجلين

**الوحدة التعليمية السابعة :** بناء التأزر البصري الحركي لذراع اليمين ورجل اليسار

**الوحدة التعليمية الثامنة :** بناء التأزر البصري الحركي لذراع اليسار ورجل اليمين

**الوحدة التعليمية التاسعة :** بناء التأزر البصري الحركي لذراع اليمين والتنفس

**الوحدة التعليمية العاشرة :** بناء التأزر البصري الحركي لذراع اليسار والتنفس

**الوحدة التعليمية الحادية عشرة :** بناء التأزر البصري الحركي للسباحة ككل

الوحدة التعليمية الثانية عشرة : بناء التآزر البصري الحركي للسباحة ككل  
والجدول (٦) يوضح ذلك .

### جدول (٦)

يوضح أقسام الوحدات التعليمية و الوقت و النسبة المئوية لكل قسم خلال مدة التطبيق .

النسبة المئوية	الزمن الكلي	الوقت خلال شهر	الوقت خلال أسبوع	الوقت خلال الوحدة التعليمية الواحدة	أقسام الوحدة التعليمية	
11.12%	120M	40M	10M	10M	القسم التحضيري	أولاً
	24M	8M	2M	2M	المقدمة	
	36M	12M	3M	3M	الاحماء	
	60M	20M	5M	5M	التمرينات البدنية	
83.33%	3600M	1200M	75M	75M	القسم الرئيسي	ثانياً
	240M	80M	20M	20M	الجزء التعليمي	
	660M	220M	55M	55M	الجزء التطبيقي	
5.55%	60M	20M	5M	5M	القسم الختامي	ثالثاً
	48M	16M	4M	4M	لعبة صغيرة	
	12 M	4M	1M	1M	الانصراف	
	4860M				المجموع النهائي	

### ٣-٦-٢ الاختبارات البعدية:

بعد ان تم الانتهاء من تنفيذ الوحدات التعليمية أجرى الباحث الاختبار البعدي على عينة البحث و للمجموعتين التجريبيية و الضابطة في تمام الساعة (١٠) العاشرة صباحاً في يومي الاثنين للتآزر البصري الحركي و الثلاثاء للاداء الفني لسباحة الحرة الموافق ٣٠ ٢٠٢٣/٥/٢٠ للتآزر البصري الحركي وفق منظومة فيينا في المختبر النفسي لكلية التربية الاساسية -جامعة ديالى ليوم الاثنين و ٢٠٢٣/٥/٣١ للاختبار الادائي المقنن على البيئة العراقية<sup>(١)</sup> لسباحة الحرة لمسافة (١٥) متر في المسبح المغلق لكلية التربية الرياضية -

(١) سلام محمد حسين كريم الخطاط: مصدر سيق ذكره، ص ٩٢.

جامعة كرميان الموافق ليوم الثلاثاء واستمر لمدة ساعتين، إذ تضمن حرص الباحث على ايجاد جميع المتطلبات و الظروف التي تم فيها الاختبار القبلي من حيث التنفيذ وتقييم الأداء.

### ٧-٣ الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث البرنامج الإحصائي (SPSS) في معالجة واستخراج البيانات الخاصة بالبحث باستعمال القوانين الإحصائية الآتية:

١. النسبة المئوية.
٢. الوسط الحسابي.
٣. الانحراف المعياري.
٤. قانون النسبة الفائية ف= التباين الاكبر/التباين الاصغر
٥. (t-test) للعينات المستقلة (غير المرتبطة) متساوية العدد.
٦. (t-test) للعينات غير المستقلة (المرتبطة).



## الفصل الرابع

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

١-٤ عرض نتائج الاختبارات (القبلية – البعدية) للمجموعة

التجريبية وتحليلها.

٢-٤ عرض نتائج الاختبارات (القبلية – البعدية) للمجموعة الضابطة

وتحليلها.

٣-٤ عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية

والضابطة لمتغيرات البحث وتحليلها.

٤-٤ مناقشة نتائج عينة البحث في اختبار التأزر البصري.

٥-٤ مناقشة نتائج عينة البحث الخاصة باختبار الأداء الفني في

السباحة الحرة.

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٤-١ عرض نتائج الاختبارات (القبلية – البعدية) للمجموعة التجريبية

وتحليلها.

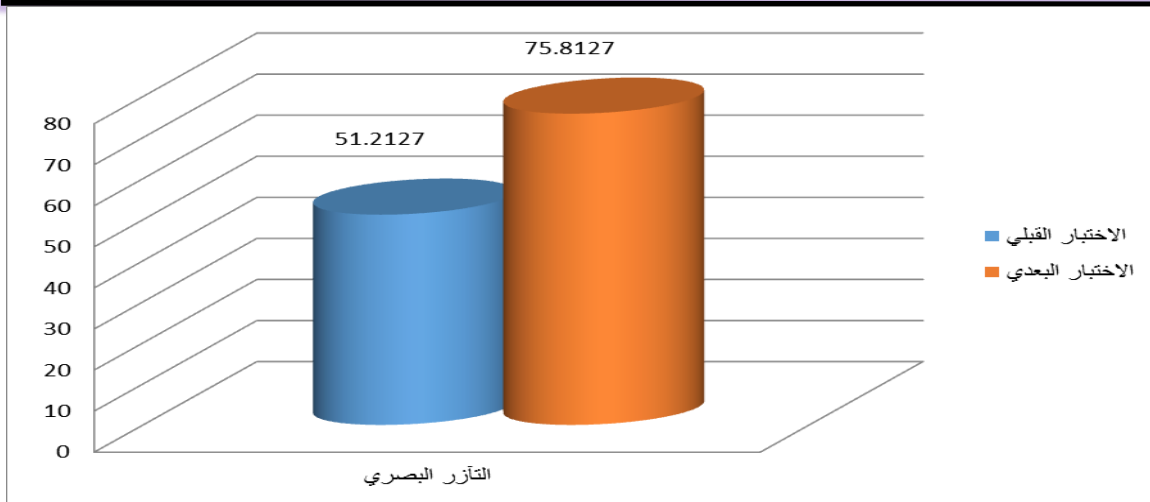
الجدول (7)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t.test) ونسبة الخطأ بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية.

الاختبارات	وحدة القياس	الأوساط الحسابية	س	ع±	س ف	ع	t-test	مستوى الخطأ	مستوى الفروق
التأزر البصري	درجة	قبلي	51.2127	13.714	24.600	8.140	9.556	.000	معنوي
		بعدي	75.8127	8.8817					
الاداء الفني	درجة	قبلي	6.5000	5.2705	9.700	1.337	22.934	.000	معنوي
		بعدي	16.2000	1.3165					

- عند مستوى دلالة  $0.05 \geq$  ودرجة حرية (9).

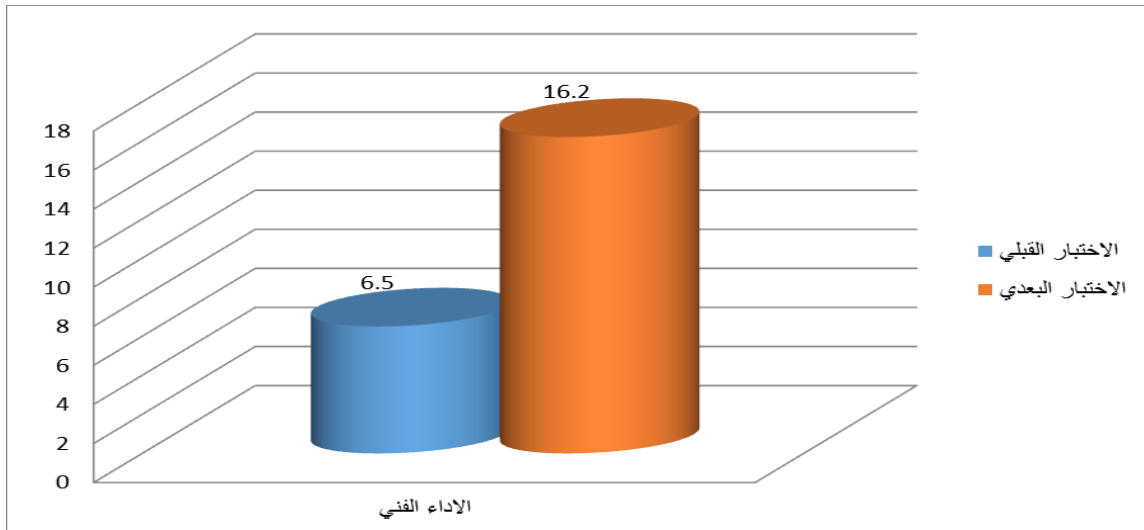
من خلال عرض النتائج الإحصائية أعلاه يبين الجدول رقم (7) لاختبار التأزر البصري تبين ان الوسط الحسابي و الانحراف المعياري للمجموعة التجريبية للاختبار القبلي و اللذان بلغا (51.2127) ، (13.71444) درجة أما في الاختبار البعدي فقد بلغا كوسط حسابي (16.2000) ، وبانحراف (1.31656) درجة أما قيمة (ت) المحسوبة فقد كانت (-22.934) وهي أكبر من (ت) الجدولية والبالغة (2.26) عند درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0.05) حيث تدل النتائج على معنوية الفروق لصالح الاختبار البعدي له كما ويعزز ذلك ان مستوى الخطأ والبالغ (0.000) هو اقل من مستوى الخطأ (0.05) والشكل (10) يوضح ذلك



الشكل (10)

يوضح الاوساط الحسابية للاختبارات القبلية والبعدي للاختبار التأزر البصري للمجموعة التجريبية

اما الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعة التجريبية للاختبار القبلي للأداء الفني لسباحة الحرة واللذان بلغا على التوالي في الاختبار القبلي (6.5000)، (52705) درجة أما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (16.2000) ، وبانحراف (1.31656) درجة أما قيمة (ت) المحسوبة فقد كانت (-22.934) وهي أكبر من (ت) الجدولية والبالغة (2.26) و عند درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0.05) حيث تدل النتائج على معنوية الفرق في التأزر البصري الحركي لديهم ويعزز ذلك ايضا مستوى الخطأ الذي هو اقل من 0.05 . والشكل (11) يوضح ذلك



الشكل (11)

يوضح الاوساط الحسابية للاختبارات القبلية والبعدي للاختبار الاداء الفني للمجموعة التجريبية

## ٢-٤ عرض نتائج الاختبارات (القبلية – البعدية) للمجموعة الضابطة وتحليلها.

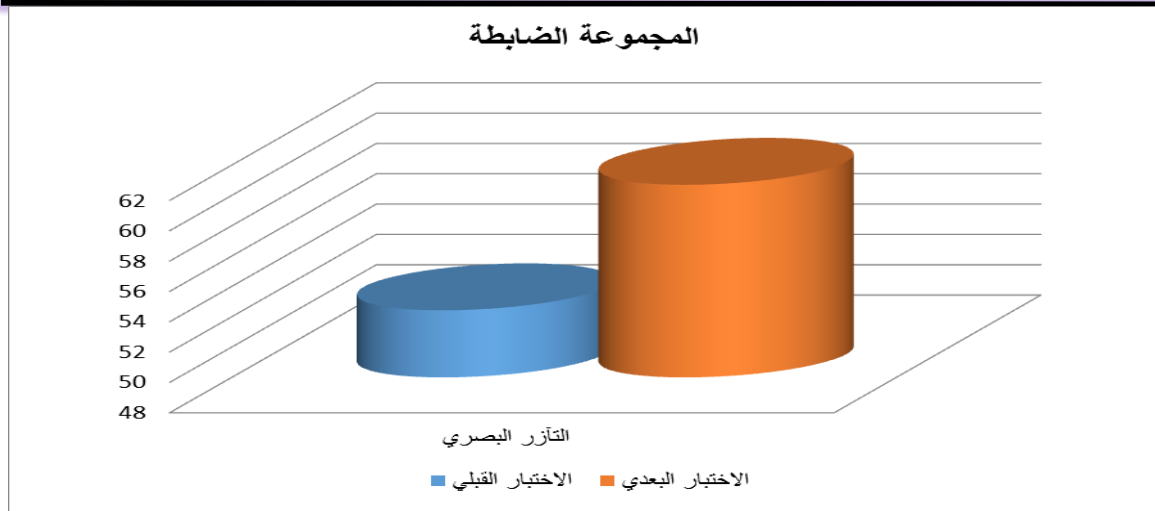
## الجدول (8)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t.test) ونسبة الخطأ بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة.

الاختبارات	وحدة القياس	الأوساط الحسابية	س	ع ±	س ف	ع	t-test	مستوى الخطأ	دلالة الفرق
التأزر البصري	درجة	قبلي	52.4237	15.109	8.274	16.608	1.575	.000	غير معنوي
		بعدى	60.6979	8.1668					
الاداء الفني	درجة	قبلي	6.6000	.51640	6.800	2.2509	9.553	.000	معنوي
		بعدى	13.4000	2.5033					

- عند مستوى دلالة  $0.05 \geq$  ودرجة حرية (9).

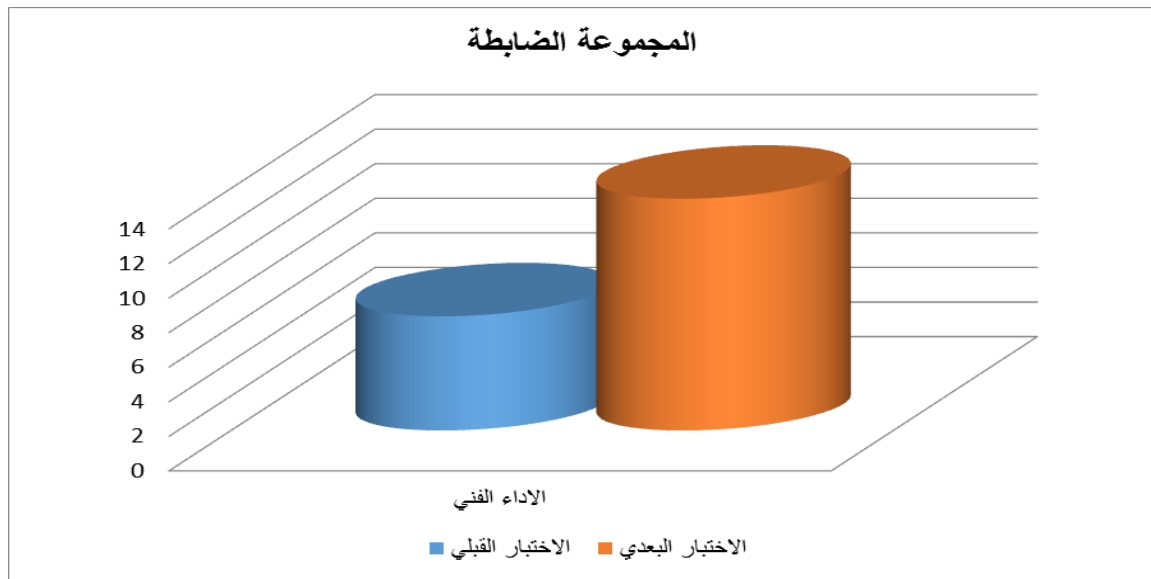
يوضح الجدول (8) الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية للعينة الضابطة لكل من الاداء الفني والتأزر البصري، حيث بلغ الوسط الحسابي للاختبار القبلي للتأزر البصري (52.4237) وبانحراف معياري (15.109) في حين بلغ الوسط الحسابي للاختبار البعدى (60.6979) وبانحراف معياري (8.1668) ولغرض التعرف على معنوية الفرق في نتائج الاختبار القبلي و البعدى استخدم الباحث اختبار (T) للعينات المرتبطة حيث اظهرت النتائج أن قيمة (ت) المحسوبة بلغت (1.575) في حين بلغت قيمة (ت) الجدولية (2.26) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9) وبمقارنة مستوى الخطأ والبالغة (0.000) هي اقل من مستوى الخطأ (0.05) وهذا يعني أن هناك فروق معنوية بين الاختبارين و لصالح الاختبار البعدى. والشكل (12) يوضح ذلك .



الشكل (12)

يوضح الاوساط الحسابية للاختبارات القبلية والبعدي للاختبار التآزر البصري للمجموعة الضابطة

في حين بلغ الوسط الحسابي للاختبار القبلي للأداء الفني (6.6000) وبانحراف معياري (51640) والوسط الحسابي للاختبار البعدي (13.4000) وبانحراف معياري (2.50333) ولغرض التعرف على معنوية الفروق في نتائج الاختبار القبلي و البعدي استخدم الباحث اختبار (T) للعينات المرتبطة حيث اظهرت النتائج أن قيمة (ت) المحسوبة بلغت (9.553) في حين بلغت قيمة (ت) الجدولية (2.26) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9) وبمقارنتها بنسبة الخطأ المتحققة نجدها هي اقل من نسبة الخطأ (0.05) وهذا يعني أن هناك فروق معنوية بين الاختبارين و لصالح الاختبار البعدي. والشكل (13) يوضح ذلك



الشكل (13)

يوضح الاوساط الحسابية للاختبارات القبلية والبعدي لاختبار تقييم الاداء الفني للمجموعة الضابطة

## ٣-٤ عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لتغيرات

## البحث وتحليلها:

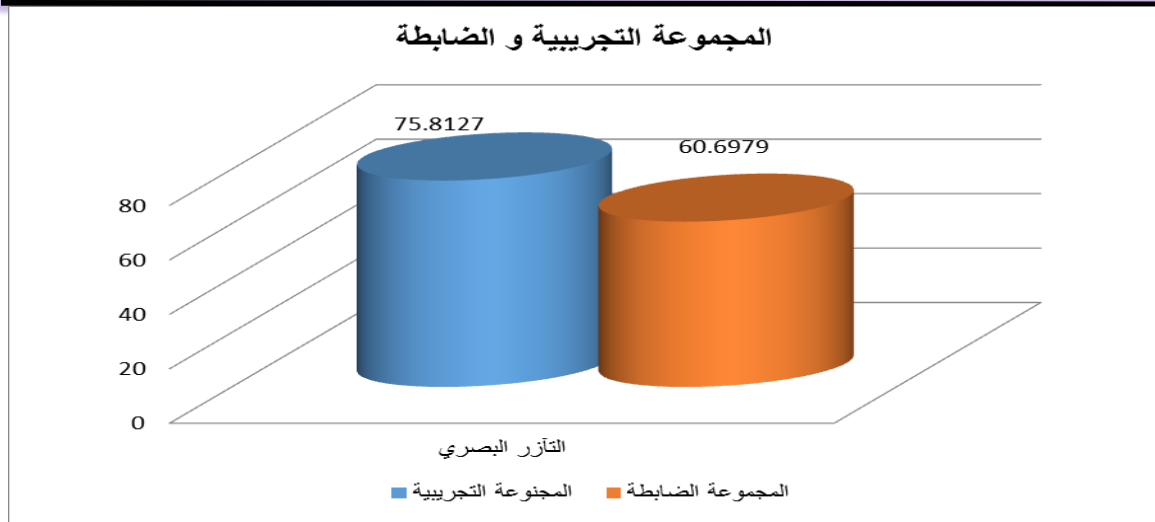
## الجدول (9)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t-test) ومستوى الخطأ لها بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي.

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة	س	ع ±	t-test	مستوى الخطأ	دلالة الفرق
التأزر البصري	درجة	التجريبية	75.8127	8.88174	3.961	.001	معنوي
		الضابطة	60.6979	8.16680			
الاداء الفني	درجة	التجريبية	16.2000	1.31656	3.130	.006	معنوي
		الضابطة	13.4000	2.50333			

\* تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (18).

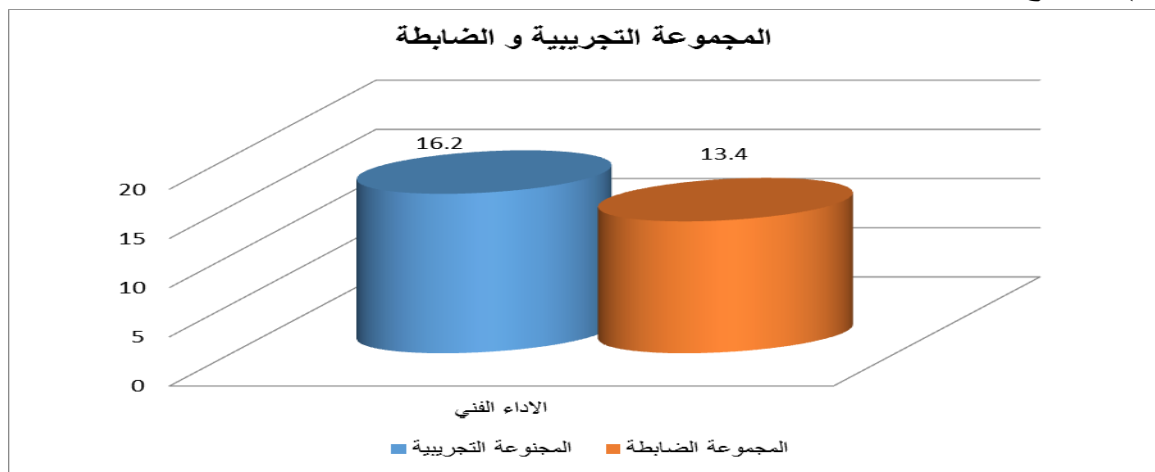
يتبين من الجدول (9) في اختبار التأزر البصري أنّ قيمة الوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية بلغت (75.8127) وبانحراف معياري بلغ (8.88174)، في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة (60.6979) وبانحراف معياري بلغ (8.16680)، ولغرض اختبار الفرضية المتعلقة بدلالة الفرق بين الاختبارين فقد عولجت النتائج إحصائياً بوساطة اختبار (ت) للعينات المستقلة، إذ تبين أنّ قيمة (ت) المحسوبة قد بلغت (3.961) تحت مستوى خطأ بلغ (0.001)، وعند مقارنتها بمستوى دلالة (0.05) تبين وجود فروق معنوية ولمصلحة المجموعة التجريبية في اختبار التأزر البصري، والشكل (14) يوضح ذلك.



الشكل (14)

يوضح الاوساط الحسابية للاختبارات البعدية لاختبار التأزر البصري للمجموعة التجريبية والضابطة

اما قيمة الوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية لاختبار الاداء الفني بلغت (16.2000)، وبانحراف معياري بلغ (1.31656)، في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة (13.4000) وبانحراف معياري بلغ (2.50333)، ولغرض اختبار الفرضية المتعلقة بدلالة الفروق بين الاختبارين فقد عولجت النتائج إحصائياً بوساطة اختبار (ت) للعينات المستقلة، إذ تبين أنّ قيمة (ت) المحسوبة قد بلغت (3.130) تحت مستوى خطأ بلغ (0.006)، وعند مقارنتها بمستوى الدلالة (0.05) تبين وجود فروق معنوية ولمصلحة المجموعة التجريبية في اختبار الاداء الفني ، والشكل (15) يوضح ذلك.



الشكل (15)

يوضح الاوساط الحسابية للاختبارات البعدية لاختبار تقييم الاداء الفني للمجموعة التجريبية والضابطة

من النتائج الإحصائية واختبار الفرضيات تظهر نتائج الدراسة إلى وجود فروق إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية وهذا يدل على اثر انموذج تسريع التفكير في تعلم الاداء الفني وتطوير التأزر البصري الحركي، ويعزو الباحث هذه الفروق إلى أثر انموذج تسريع التفكير في تنوع نشاط الطلاب في كُلاً وحدة تعليمية، وكذلك أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق إحصائية بين متوسط المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي، ويرى الباحث تطبيق خطوات انموذج تسريع التفكير في الوحدات التعليمية والتمرينات المعدة أحدثت تغييراً ملحوظاً في مستوى طلاب المجموعة التجريبية عند التطبيق.

#### ٤-٤ مناقشة نتائج عينة البحث في اختبار التأزر البصري:

بعد النتائج التي ظهرت لعينتي البحث التجريبية والضابطة والتعرف على الفروق الاحصائية التي بينت الى معنوية ايجابية لصالح عينتي البحث ولكل من التجريبية والضابطة وفروق اعلى ايجابية لصالح التجريبية، والجدير بالذكر ان هناك دلالة معنوية للمنهج التعليمي المتبع وهو ذو فاعلية وتأثيراً ايجابياً حاضرا في تعلم السباحة الحرة والتي لا يمكن بخس حقها في تحقيق اهداف التعليم والتعلم وهذا المناهج متبعة منذ سنين في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة ويظهر ذلك جلياً من خلال ملاحظة مستوى تعلم المجموعة الضابطة ومقارنته بمستوى تعلم المجموعة التجريبية و الذي وضحته الجداول السابقة. ولكن هنا يجب توضيح نقطة جوهرية يجب الاشارة اليها في موضوع هذا البحث وهي انه من المعروف عند تعلم السباحة هو عدم التاكيد على النمط البصري وجعله عماد بناء التمارين الارضية المصاحبة للتمارين داخل الماء او تحقيق ممارسة الحركة والنظر اليها كأساس لتوليد الاحساس الحركي بالأداء خارج وداخل الماء من خلال توفير الوسائل والاجهزة والادوات القائمة على النمط البصري ورسم الاستراتيجية الذهنية التي تحقق ذلك مما يؤدي الى سرعة توليد الافكار وعمل الربط المستهدف بين ما يتم تعلمه وما تم تعلمه سابقا وفق مواقف تعليمية يخضع لها المتعلم ساعد في اداء وتعلم سباحة الحرة وفق قيم رقمية اعلى مما هو معتمد ، حيث إن" من أهم المبادئ التي تجعل من المواقف التعليمية ذات آثار ايجابية هو الإعلاء من شأن الحواس، فالتعلم الحركي يرتبط بالبيئة الخارجية، وعن طريق



قدرة الحواس وقابليتها يتعلق رد الفعل الحركي لاسيما حاسة البصر، إذ لها الاثر الكبير في تطور السلوك الحركي للإنسان<sup>(١)</sup>.

ومن هنا كانت النتائج معنوية لصالح العينة التجريبية مقارنة بمعنويتها لدى الضابطة وهذا يدل على امكانية استخدام الوحدات والتمرينات القائمة على التفكير واستراتيجياته في تعلم السباحة الحرة بواسطة اداء الحركات خارج الوسط المائي ومن ثم تطبيقها عند الدخول في الوسط المائي، وهذا يؤكد الى ان التأزر البصري الحاصل بين العينين واليدين باستخدام التمرينات قد ساعد في تفوق نتائج عينة البحث التجريبية.

إن أهمية التأزر البصري الحركي تمتد لتشمل جوانب كثيرة في الحياة العامة للفرد، فركوب الدراجة وقيادة السيارة والكتابة على الآلة الطابعة والعزف على البيانو والكثير من الفعاليات الأخرى المشابهة تتطلب قدراً معيناً من التوافق والانسجام ما بين العينين وحركة اليدين والرجلين<sup>(٢)</sup>، ويؤدي التناسق والانسجام في العمل ما بين البصر واليدين والرجلين دوراً أساسياً فعالاً في مختلف حركات الفرد، لذلك فإن الحاجة له تكون مهمة في اداء المهارات الرياضية، ويمكن ان تتحسن حاسة البصر فيما يخص وضع الجسم واجزاء الحركة وكذلك اماكن لاعبي الفريق المنافس ووضع الكرة<sup>(٣)</sup>، كما ان التحسن في التأزر البصري الحركي يساعد على اكتساب مهارات وحركات جديدة تسهم في تعلم مهارات اكثر تعقيداً في المرحلة اللاحقة<sup>(٤)</sup>.

ويرى الباحث أن تطبيق انموذج تسريع التفكير في الوحدات التعليمية قد عزز من مستوى التعلم لافراد المجموعة التجريبية من خلال تسريع عملية التفكير وطرح الاستجابات الحركية المتنوعة فالتفكير يشير إلى نشاط داخلي، وعلى الرغم من ذلك فان طبيعة الأنشطة التفكيرية تختلف من حيث نوعيتها وطبيعتها فمنها ما هو بسيط ومباشر ومنها ما هو معقد،

(١) مروان عبد المجيد ابراهيم: النمو البدني والتعلم الحركي، ط١: (عمان، الدار العلمية ودار الثقافة للنشر والتوزيع، ٢٠٠٢) ص٩٥.

(٢) عبد الله حسين اللامي: اساسيات التعلم الحركي، ط١: (الديوانية، دار مؤيد، ٢٠١٨) ص٣٨.

(٣) عقيل الكاتب: الكرة الطائرة التدريب والخطط الجماعية واللياقة البدنية، ج١: (بغداد، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٨) ص١٦٨.

(٤) يوسف عبد الرسول بوعباس: دراسة مقارنة للقدرة الإدراكية الحركية بين عينة من تلاميذ الحلقة الأولى في التعليم الأساسي في سلطنة عمان ودولة الكويت: (كلية التربية، جامعة السلطان قابوس، ٢٠٠٧) ص١٠٦.

لذا فان الأفراد يختلفون فيما بينهم بأساليبهم في التفكير ، و إن التفكير مفهوم افتراضي يشير إلى عملية داخلية تعزى إلى نشاط ذهني معرفي تفاعلي انتقائي قصدي موجه نحو مسألة ما، أو اتخاذ قرار معين، أو إشباع رغبة في الفهم أو إيجاد معنى أو إجابة عن سؤال ما ويتطور التفكير لدى الفرد تبعاً لظروفه البيئية المحيطة<sup>(١)</sup>.

إن من أهم وظائف التفكير هو إيجاد الحلول للمشاكل والعوائق التي تحول دون تلبية حاجات ودوافع الفرد الفطرية والمكتسبة الفسلجية والنفسية بدون تدخل التفكير وإذ لم يتم إشباع تلك الحاجات فسيختل التوازن النفسي وتفشل عملية التكيف<sup>(٢)</sup>.

#### ٤-٥ مناقشة نتائج عينة البحث الخاصة باختبار الأداء الفني في السباحة الحرة:

يتبين من خلال الجداول السابقة ان قيم الدلالة والبالغة (0.000) اصغر من مستوى الدلالة عند (0.05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي لاختبار الاداء الفني ويعزو الباحث سبب هذه الفروق الى تطبيق نموذج تسريع التفكير الذي مكن الطلبة من استيعاب المعلومات التي تمكنهم من فهم حيثيات المهارة وشكلها الحركي وألية اتمامها بشكل أسرع وأكثر فعالية ، مما يقلل من الوقت المستغرق للتعلم والجهد المبذول، كما يعزز عاملي التركيز والانتباه على العناصر الحركية الرئيسية للمهارة محور البحث في التركيز بشكل أفضل ويحافظوا على انتباههم أثناء عملية التعلم. وبالتالي يتمكنون من استيعاب المعلومات بشكل أفضل مما يحقق الاستفادة القصوى من الوقت الذي يقضونه في التعلم، كما يساعد في تنمية مهارات التحليل والتركيب وحل المشكلات.

فمن خلال الجداول التي تم عرض النتائج المستحصلة ودلالة الفروق ومستواها مقارنة بنسبة الخطأ والبالغة (0.05) والخاصة بالاداء الفني للسباحة الحرة لعينتي البحث الضابطة والتجريبية اتجاها كفتها لصالح العينة التجريبية التي تعلمت بواسطة الوحدات

(١) نافذة قطامي: تعليم التفكير للمرحلة الأساسية، ط١: (عمان، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع، ٢٠٠١) ص١٥.

(٢) علي الأمير: فسلجة النفس، (بغداد، دار الشؤون الثقافية العامة، ٢٠٠٢) ص٢٩٣.

التعليمية وما تضمنت من تمرينات وظفت بأسلوب تسريع التفكير قد ساعدة في بناء برنامج حركي صحيح وتوقيت سليم للتوافق بين أجزاء الجسم وخاصة آلية التنفس الصحيح والتوافق الكلي للسباحة الحرة والذي يعد من أهم الأسس الحركية التي يجب على متعلم السباحة اكتسابها لكونها تساعد في ضبط الايقاع الحركي والتوقيت السليم الذي يستخدم بين اطراف الجسم عند السباحة.

ويذكر (شلش وصدقي، ١٩٩٤) " أن الوسائل البصرية يعمل على إكساب المتعلم التصور البصري للمهارة الحركية الجديدة، وعلى تطور قابليته على الملاحظة الذاتية الضرورية لعملية المقارنة بين ما يجب أن يتم وما تم فعلاً و التي تضع الأساس لكل نظام توجيهي عقلي تصحيحي عند المتعلم ويفيد المتعلمين بمختلف مراحلهم"<sup>(١)</sup>، وبالإضافة إلى ذلك فإن لاستخدام الوسائل العملية المتمثلة بالأدوات المساعدة و الاجهزة والادوات والتمارين الأرضية خصوصية في تسهيل عملية التعلم كونها ناجحة في توفير الظروف النفسية و العقلية و الحركية الملائمة وهذا ما يشير إليه (مصطفى كاظم وآخرون، ١٩٨٢) " إن الأدوات المساعدة تجعل المتعلم أكثر تركيزاً على المهارات المراد تعلمها كما أنها تساعد المتعلم في التغلب على الخوف لذلك فهي من العوامل التربوية المهمة بالإضافة إلى دورها في مساعدة المعلم على تنويع التعليم واستشارته"<sup>(٢)</sup>، وتعطى التمارين الأرضية للمبتدأ كعامل مساعد في عملية التعلم ويقوم المعلم بإجراء التمارين المراد تطبيقها على اليابسة لأجل اتقانها أو التعود عليها قبل تطبيقها داخل الماء"<sup>(٣)</sup>.

ويرى الباحث ان تطبيق الوحدات التعليمية بأنموذج تسريع التفكير وما يتضمنه من مواقف تعليمية تفاعلية من قبل المجموعة التجريبية ساعدت المتعلمين باداء التمرينات المعدة وبشكل إيجابي ومريح، وخالي من التوتر والقلق والرغبة من المدرس، والانسجام بين أفراد المجموعة وتبادل الخبرات والتغذية الراجعة وتصحيح الأخطاء بين المتعلمين، كما ان التمرينات المعدة القائمة على التفكير ومهاراته ومنها التسريع وفق بيئة اجتماعية قائمة على بناء التعلم من خلال التأمل والتدبر بحوثيات الموقف التعليمي الذي يخضع له المتعلم مع

(١) نجاح شلش، أكرم صدقي: **التعلم الحركي**، (جامعة البصرة، دار الكتب للطباعة و النشر، ١٩٩٤) ص١٢٠.

(٢) مصطفى كاظم (وآخرون): **رياضة السباحة، تعليم وتدريب وقياس**، (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٢) ص٧٣.

(٣) علي توفيق: **السباحة**، (مصر، مطبعة عيسى البابي الحلبي وشركاؤه، ١٩٨٠) ص٥٣.

مجموعته في الوحدات التعليمية بهدف تحسين مستوى الأداء المهاري للمهارات قيد البحث وبما يتلائم مع القابليات والإمكانات المتاحة لكل طالب لغرض اكتساب التعلم والوصول إلى مستوى جيد لأداء المهارات وتعلمها فمن الخطوات الأساسية للتعلم " أن يتم تصميم الوحدات التعليمية على ضوء قابليات واحتياجات الطلبة"<sup>(١)</sup>.

كما يعزو الباحث الفروق التي ظهرت في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة وميل كفتها نحو التجريبية إلى فاعلية نموذج تسريع التفكير وكذلك التمرينات المعدة و التي كان لها أثر واضح في تطور مستوى تعلم عينة البحث التجريبية لما وفرته من إمكانات جديدة يمكن للمتعلم الاستفادة منها، إذ أظهرت النتائج الموضحة في الجداول السابقة أنَّ هناك فروقاً معنوية في مستوى التآزر البصري الحركي ومستوى تقييم الاداء الفني للسباحة الحرة بين المجموعة التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية وكذلك كان للتمرينات مردود إيجابي وأثر فعال في تعلم الاداء الفني للسباحة الحرة لدى أفراد العينة، إذ إنَّ "المرحلة الأخيرة من مراحل التعلم للمهارة وعن طريق التعليم والتدريب على أداء مهارة حركية مع الاقتصاد بالجهد والتناسق بين الحركات"<sup>(٢)</sup>.

كما يعزو الباحث أيضاً سبب الفروق ذلك الى اعطاء تغذية راجعة، إذ تكون عاملاً أساسياً وقوياً في تحسين عملية التعلم وهذا ما اشارت اليه (ناهد عبد زيد، ٢٠٠٨) إذ إن "استخدام التغذية الراجعة في المجال الرياضي من المواضيع التي اجمع العلماء على أهميتها في هذا المجال لخدمتها العملية التعليمية لما لها من تأثير فعال وكبير في عملية تعلم المهارات وخاصة عند المبتدئين، إذ تشير اغلب نتائج البحوث والدراسات إلى أن أهميتها تزداد لدى المتعلم المبتدئ عند تعلمه المهارات الحركية، لأنه يواجه صعوبة في ادائه لأية مهارة حركية لذلك فإن الحاجة تكون ضرورية لاستخدام التغذية الراجعة"<sup>(٣)</sup>.

(١) ظافر هاشم إسماعيل الكاظمي: الأسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة، (اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٢)، ص ١٥.

(٢) صلاح الدين محمود علام: التقويم التربوي البديل: أسسه النظرية والمنهجية وتطبيقاته الميدانية. (مصر، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٧) ص ١١٢.

(٣) ناهده عبد زيد: أساسيات في التعلم الحركي: (النجف، دار الضياء للطباعة والنشر، 2008 م) ص 89.

فضلاً عن عملية التكرار المقننة في تعلم المهارة في كل وحده تعليمية تساعد على ترسيخ الاداء الصحيح في ذهن المتعلم وهذا ما اكده موستن "ان عملية تعلم اي مهارة يعتمد على تقسيم المهارة الى سلسله مترابطة من الاستجابات تتضمن الاجابة

عليها تعلم المهارة وبشكل متسلسل وبالتالي يدرك تفاصيل كل جزء من اجزاء المهارة" (١).

واظهرت النتائج ان هناك فروقاً معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة ويعزو الباحث التعلم الحاصل لدى المجموعة الضابطة الى الاسلوب الذي اعتمده المدرس داخل إطار الوحدة التعليمية اليومية طوال مدة تنفيذ مفردات المنهج مع المجموعة الضابطة، مع التركيز على إعطاء التكرارات المناسبة وبشكل دقيق يتناسب مع قدرات وقابليات الطلبة في هذه المرحلة العمرية، والتوجيهات المستمرة التي تحفيز الطلبة لتنفيذ هذه التمرينات مع العمل على تصحيح الأخطاء عن طريق الإعادة بالتكرارات الموضوعه أصلاً في الوحدة التعليمية لتنفيذها من قبل العينة ساهمت بالتأثيرات الايجابية على مستوى تعلم الطلاب اذ إن تواجد الطلبة في بيئة تعليمية مناسبة وبإشراف بعض التدريسين الاختصاص، ادى الى حدوث عملية التعلم لديهم ، ويشير (ممدوح عبد الفتاح، ١٩٩٧) ان اتباع الخطوات العلمية في التخطيط والتنظيم والتطبيق ومعززا بأراء الخبراء والذي تبنى عليه المناهج التعليمية يؤدي حتما الى احداث عملية التعلم. "ان الهدف الاساس من المنهاج التعليمي هو اكتساب المهارات الجديدة واتقانها وتطورها مستقبلا لان التعلم هو الطريقة التي يتم فيها اكتساب المعلومات او المهارات سواء كان ذلك نتيجة الممارسة او التكرار" (٢).

(١) موستن: تدريس التربية الرياضية، ترجمه جمال صالح وآخرون(الموصل، دار الكتاب للنشر، ١٩٩١) ص٢٧٣.  
(٢) ممدوح عبد الفتاح: سيكولوجية التربية النظرية والتطبيق الميداني، (القاهرة، مركز الكتاب والنشر، ١٩٩٧) ص٤٧٩.

# الفصل الخامس

٥- الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

٢-٥ التوصيات

**١-٥ الاستنتاجات**

بحسب ما أظهرته نتائج البحث في ضوء أهدافه وفروضه فقد توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية.

١. كان للوحدات التعليمية بانموذج تسريع التفكير تأثير إيجابي في تنمية التآزر البصري الحركي و تعلم سباحة الحرة للطلاب.

٢. أثر الوحدات التعليمية وما تضمنت من تمارينات وفق انموذج تسريع التفكير بشكل أفضل من الاسلوب التعليمي المعتمد في الكلية في بناء وتطوير التآزر البصري الحركي وتعلم الاداء الفني في السباحة الحرة.

٣. ان المنهج التعليمي المعتمد في الكلية (المنهج المتبع) ساعد في تنمية التآزر البصري الحركي والاداء الفني في السباحة الحرة

**٢-٥ التوصيات**

١. اعتماد نموذج تسريع التفكير في تعليم سباحة الحرة للمراحل الأولى- كلية التربية الرياضية- لفاعليته وإمكانية تطبيقه.
٢. يوصي الباحث على استخدام التمرينات الأرضية والاجهزة المحاكية للحركة ضمن مفردات الوحدات التعليمية .
٣. حث مدرسين السباحة على ضرورة تنويع الاساليب والطرائق المستخدمة في تعلم مهارة السباحة الحرة وتبني النماذج التعليمية القائمة على مهارات التفكير لنجاحها في تحقيق الاهداف التعليمية وسقل المهارة مستقبلا .
٤. يوصي الباحث على استخدام التمرينات المرتبطة بالنظر من خلال الاداء الحركي وكذلك استخدام الوسائل التي تساعد في تسريع التعلم للسباحة الحرة.
٥. اتباع الجانب العلمي المسند بالمصادر الموثوقة والحديثة عند وضع مناهج تعليمية مع مراعاة طبيعة وخصائص الطلبة ومراعاة الفروق الفردية عند المتعلم .
٦. اتباع الاسلوب العلمي عند اختيار التمرينات للوحدات التعليمية مع مراعاة المرحلة العمرية للطلاب.



قَامَ الْمَصْرُوفُ وَأَمَّا الْجَعْدَةُ

## المصادر العربية:

## القرآن الكريم.

- ❖ ابراهيم احمد مسلم الحارثي: تعليم التفكير، (دار الرواد، السعودية، ١٩٩٩).
- ❖ إبراهيم وجيه محمود: دراسة تجريبية للعوامل المساهمة في تحسين التفكير الناقد، (أطروحة دكتوراه، مصر، جامعة عين شمس، كلية التربية، ١٩٦٦).
- ❖ ابو العلا احمد عبد الفتاح: تدريب السباحة للمستويات العليا: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٤).
- ❖ ابو الفضل جمال الدين بن مكرم: لسان العرب (برنامج للحاسب الالى)، (بيروت، المستقبل للنشر الالكتروني، ١٩٩٥).
- ❖ أحمد النجدي وآخرون: اتجاهات حديثة لتعليم العلوم في ضوء المعايير العالمية وتنمية التفكير والنظرية البنائية، ط٤: (القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٧).
- ❖ ابراهيم الفقي: قوة التفكير، ط١: (القاهرة، شركات الدكتور ابراهيم الفقي، ٢٠٠٧).
- ❖ أحمد عمر سليمان روبي: قياس القدرات الإدراكية - الحركية للأطفال في اطار نظرية نيويل كيفارت، جامعة قطر، مركز البحوث التربوية، ١٩٩١.
- ❖ أحمد يحيى الزق: علم النفس، (عمان، دار وائل للنشر والتوزيع، ٢٠٠٩).
- ❖ اسامة كامل راتب: تعليم السباحة، ط٣: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٧).
- ❖ أسماء ضيف الله صالح العبد اللات: أثر البرنامج التدريبي ادوات التفكير والانتباه المباشر على التفكير الابداعي كقدرات وسمات ابداعية لدى عينة من طالبات الصف الأول الثانوي في كل من الفرعين الادبي والعلمي، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، الجامعة الاردنية، ٢٠٠٠.
- ❖ أكرم محمد صبحي ونجاح شلش: التعلم الحركي، (العراق، جامعة البصرة، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٩٤).

- ❖ امل حمد شريف ابو حجله: أثر أنموذج تسريع تعليم العلوم على التحصيل ودافع الإنجاز ومفهوم الذات وقلق الاختبار لدى طلبة الصف السابع في محافظة قلقلة، (فلسطين، ٢٠٠٧).
- ❖ أنور حسن وعزيز حنا: مناهج البحث التربوي، (مطابع التعليم العالي، بغداد – العراق، ١٩٩٠).
- ❖ بدرية شوقي عبد الوهاب: التعليم في القرن الحادي والعشرين، (مركز دراسات المستقبل، جامعة أسيوط، ١٩٩٦).
- ❖ بيتر مورغان: الموسوعة الرياضية (قوانين. قواعد. تقنيات. تمارين)، ترجمة: عماد أبو السيد، (لبنان، الدار العربية للعلوم، ١٩٩٧).
- ❖ جابر عبد الحميد وهندام يحيى هندام، اختبار التفكير الناقد، (كراسة التعليمات، القاهرة، دار النهضة العربية، ٢٠٠٠)..
- ❖ جمال محمد الخطيب: الدليل الموحد لمصطلحات الإعاقة والتربية الخاصة والتأهيل، ط ١: (بدون مدينة، ٢٠٠١).
- ❖ حسين حمزه نجم: تأثير التصور العقلي في خفض التوتر النفسي وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية المرحلة الاولى – كلية التربية الرياضية، (رسالة ماجستير، جامعة بابل، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ٢٠١٤).
- ❖ خديجة بن فليس: أنماط السيادة النصفية للمخ والادراك والذاكرة البصرية، (اطروحة دكتوراه، جامعة القسنطينة / كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، الجزائر، ٢٠٠٩).
- ❖ دافيد وف وليندال، مدخل علم النفس، ترجمة: سيد الطواب وآخرون، ط ٣: (منشورات مكتبة التحرير، دار ما كجر وهيل، القاهرة، ١٩٨٣).
- ❖ ذوقان عبيدات وآخرون: البحث العلمي مفهومه وإدامته وأساليبه، ط ١ (عمان، دار الفكر للنشر و التوزيع، ١٩٩٦).

- ❖ رافد بحر احمد المعيوف: اثر التدريس وفق نظرية فيجو تسكي في اكتساب طلبة المتوسطة للمفاهيم الرياضية، مجلة القادسية في الآداب والعلوم التربوية، المجلد (٨) العدد (٢)، ٢٠٠٩.
- ❖ رسل عبد الناصر عبد الرزاق المشهداني: تأثير برنامج تعليمي باستخدام استراتيجية دورة التعلم السباعية في بعض القدرات الحركية والمهارات الهجومية بكرة السلة، (رسالة ماجستير، الجامعة المستنصرية، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ٢٠٢٠).
- ❖ رشيد البكر: معوقات الإبداع لدى طلاب مراحل التعليم، (مجلة مستقبل التربية، المجلد (٨) العدد (٢٥)، ٢٠٠٢).
- ❖ سعد محمد قطب ولؤي غانم الصميدعي: الكرة الطائرة بين النظرية والتطبيق، ط ١: (الموصل، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٥).
- ❖ سلام محمد حسين الخطاط: تأثير استخدام التمرين المتداخل في تعليم نوعين من أنواع السباحة، (رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ١٩٩٩).
- ❖ سليم ابو عودة: اثر استخدام النموذج البنائي في تدريس الرياضيات على تنمية التفكير المنظومي والاحتفاظ بها لدى طلاب السابع الأساسي، (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة غزة، فلسطين، ٢٠٠٦).
- ❖ ساهر محمد حميد: تأثير استخدام الحاسوب كوسيلة مساعدة في تعلم مهارة سباحة الحرة، (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الانبار، ٢٠١١).
- ❖ سناء مجهول الهزاع: أثر برنامج تدريبي لتنمية مهارات التفكير العلمية لطلبة المرحلة المتوسطة، (اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية الآداب، ١٩٩٩).
- ❖ سيد خير الله: المدخل إلى العلوم السلوكية، ط ٢: (القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٧٣).
- ❖ شرفية مونييه: تأثير العبء الادراكي على الانتباه الانتقائي البصري، (رسالة ماجستير، جامعة الاخوة منتوري / كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، الجزائر، ٢٠١٠).
- ❖ صالح محمد ابو جادو: علم النفس التربوي، ط ٨: (عمان، دار المسيرة، ٢٠١١).

- ❖ صالح محمد علي ابو جادو: علم النفس التربوي، ط٣: (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ٢٠٠٧).
- ❖ صادق، منير موسى: فعالية برنامج ادي شاير في تحصيل الفيزياء وتسريع النمو العقلي لطلاب الصف الاول الثانوي في سلطنة عمان، مؤتمر العلمي السادس، التربية العلمية وثقافة المجتمع، الجمعية المصرية للتربية العلمية، كلية التربية جامعة عين شمس، المجلد الاول.
- ❖ صلاح الدين محمود علام: التقويم التربوي البديل: أسسه النظرية والمنهجية وتطبيقاته الميدانية (مصر، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٧).
- ❖ طلال الزعبي، مصطفى جويفل: استخدام النماذج ونظم التأليف المحوسبة في التصميم المنظومي للتدريس، (عمان، المؤسسة العربية للعلوم والتكنولوجيا، ٢٠٠٨).
- ❖ ظفر هاشم إسماعيل الكاظمي: الأسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة، (اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٢).
- ❖ ظفر هاشم إسماعيل الكاظمي: التطبيقات العملية لكتابة الرسائل والاطاريح التربوية والنفسية، (بغداد، كلية التربية الرياضية، ٢٠١٢).
- ❖ عبد الحميد شرف، البرنامج في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق للأسوياء والمعاقين، (القاهرة، ٢٠٠٢).
- ❖ عبد الرحمن عدس و توقي محي الدين: المدخل الى علم النفس، ط٣: مركز الكتب الأردني، ١٩٩٣).
- ❖ عبد الله الموسوي و (آخرون): التفكير و مهارات التفكير، (الكتاب الجامعي، العدد الثاني، مركز التطوير و التعليم المستمر، جامعة بغداد، ٢٠٠٤).
- ❖ عبد الله حسين اللامي: اساسيات التعلم الحركي، ط١: (الديوانية، دار مؤيد، ٢٠١٨).
- ❖ عبد الرحمن شبيب حميدان، سيف اسماعيل ابراهيم: فاعلية أنموذج تسريع التفكير في تنمية التفكير الاستقرائي لدى طلاب الصف الرابع الإعدادي في مادة اللغة العربية، حاث كلية التربية الأساسية، المجلد ١٩، العدد (١)، لسنة ٢٠٢٣ College of Basic

Education Researchers Journal. ISSN: 7452-1992 Vol. (19) No.(1),  
((2023).

- ❖ عدنان يوسف العتوم و(آخرون): تنمية مهارات التفكير نماذج نظرية وتطبيقات عملية، ط٣: (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ٢٠١١).
- ❖ عدنان يوسف العتوم: علم النفس المعرفي النظرية والتطبيق، ط١: (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ٢٠٠٤).
- ❖ عزو إسماعيل عفانة ويوسف إبراهيم الجيش: التدريس والتعلم بالدماغ ذي الجانبين، ط١: (عمان — الاردن، دار الثقافة للنشر و التوزيع، ٢٠٠٩).
- ❖ عفاف عبد الكريم: التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية، (أساليب، استراتيجيات، تقويم)، (الاسكندرية، منشأة المعارف، ١٩٩٤).
- ❖ عقيل الكاتب: الكرة الطائرة التدريب والخطط الجماعية واللياقة البدنية، ج ١: (بغداد، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٨).
- ❖ علاء احسان علي: تأثير منهج تعليمي بأ نموذج تسريع التفكير في المعرفة القانونية والاداء التحكيمي للطلاب بكرة اليد: (رسالة ماجستير، جامعة كربلاء، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ٢٠٢٠).
- ❖ علي الأمير: فسلجة النفس، (بغداد، دار الشؤون الثقافية العامة، ٢٠٠٢).
- ❖ علي الديري واحمد بطاينة: أساليب تدريس التربية الرياضية، (اربء، دار الامل للنشر والتوزيع، ١٩٨٧).
- ❖ علي توفيق: السباحة، (مصر، مطبعة عيسى البابي الحلبي وشركاؤه، ١٩٨٠).
- ❖ عمار عباس فاخر: تأثير تمرينات وفق تعميم البرامج الحركية ومستويات المهارة في تعلم بعض المهارات الأساسية والتآزر البصري الحركي لحراس مرمى كرة القدم بأعمار ١٣ - ١٥ سنة، (اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ٢٠١٦).
- ❖ عمرو صابر حمزة: التدريبات البصرية في المجال الرياضي، الاكاديمية الرياضية العراقية، مقالة، ٢٠٠٦.

- ❖ فتحي الزييات: صعوبات التعلم الأسس النظرية والشخصية والعلاجية، ط ١: (القاهرة، دار النشر للجامعات، ١٩٩٨).
- ❖ فيصل رشيد عياش: المهارات الأساسية لرياضة السباحة (السباحة-كرة الماء-الغطس)، (الموصل، دار الحكمة للطباعة والنشر، ١٩٩١).
- ❖ قاسم المندلأوي وآخرون: الاختبارات والقياس و التقويم في التربية الرياضية، (الموصل، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٩).
- ❖ قصي عبد اللطيف و وهبي علوان ألبياتي: التكنيك الحديث في السباحة، (بغداد، مكتب احمد، ٢٠٠٥).
- ❖ كريم كوكز ناصر: أثر برنامج مهارات الإدراك والأبداع في تنمية التفكير الإبداعي حسب مستويات الذكاء والتحصيل لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، (رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية، ابن رشد، ٢٠٠٣).
- ❖ ليندا ل. دافيدون: التعلم وعملياته الأساسية، ترجمة ، سيد الصواب ومحمود عمر، ط ١: (القاهرة ، دار الدولة للاستثمار الثقافية ، ٢٠٠٠).
- ❖ ليث خليل جاسم: تأثير تمرينات مقترحة لذوي المجازفة مقابل الحذر في تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة وتعلم السباحة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة: (اطروحة دكتوراه ، جامعة ديالى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ٢٠١٧).
- ❖ ماهر احمد عاصي، مصطفى حميد محمد: الأسس العلمية لتعليم السباحة والتدريب عليها، ط ١: (بغداد، دار الشؤون الثقافية العامة للطباعة والنشر، ٢٠٠٩).
- ❖ مجدي زكي ابراهيم سويحة، موسوعة السباحة الدولية، (القاهرة، مؤسسة عالم الرياضة، دار الوفاء للطباعة والنشر، ٢٠١٥).
- ❖ محمد الدريج: التدريس الهادف (من انموذج التدريس بالأهداف الى نموذج التدريس بالكفايات)، (الامات، العين، دار الكتاب الجامعي، ٢٠٠٤).
- ❖ محمد جاسم محمد: المدخل الى علم النفس العام، (عمان، دار الثقافة للنشر والتوزيع، ٢٠٠٤).
- ❖ محمد خليفة بركات : علم النفس التعليمي، ط ٣: (الكويت، دار العلم، ١٩٧٩).

- ❖ محمد عبد الله النبيلي وآخرون: علم النفس التربوي وتطبيقاته، (بيروت، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، ١٩٩٧).
- ❖ محمد علي القط (وآخرون): المبادئ العلمية للسباحة: (الإسكندرية، منشأة المعارف، ٢٠٠٠).
- ❖ محمد محمود الحيلة: التصميم التعليمي نظرية وممارسة، (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة والنشر، ١٩٩١).
- ❖ محمود داود الربيعي: طرائق واساليب التدريس المعاصرة، (عمان، عالم الكتب الحديث، ٢٠٠٦).
- ❖ محمود عبد المحسن ناجي: تأثير تدريب الرؤية البصرية على اللاعب المدافع الحر في الكرة الطائرة، (أطروحة دكتوراه، جامعة المنيا، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٨).
- ❖ مروان عبد المجيد ابراهيم: النمو البدني والتعلم الحركي، ط١: (عمان، الدار العلمية ودار الثقافة للنشر والتوزيع، ٢٠٠٢).
- ❖ مصطفى كاظم (وآخرون): رياضة السباحة، تعليم وتدريب وقياس، (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٢).
- ❖ مقداد وحسن السيد جعفر: السباحة الأولمبية الحديثة، (بغداد، مطبعة زاكي، ٢٠٠٦).
- ❖ ممدوح عبد الفتاح: سيكولوجية التربية النظرية والتطبيق الميداني، (القاهرة، مركز الكتاب والنشر، ١٩٩٧) ص ٤٧٩.
- ❖ موستن: تدريس التربية الرياضية، ترجمه جمال صالح وآخرون (الموصل، دار الكتاب للنشر، ١٩٩١).
- ❖ ناديا هائل السرور: تربية المتميزين والموهوبين، ط١: (عمان، دار الكتب للطباعة والنشر والتوزيع، ١٩٩٨).
- ❖ ناهدة عبد زيد الدليمي: أساسيات في التعلم الحركي، (النجف الاشرف، دار الضياء، ٢٠٠٨).
- ❖ نايف قطامي: تعليم التفكير للمرحلة الاساسية، ط١: (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ٢٠٠١).



- ❖ نبيل عبد الهادي واخرون: مهارات في اللغة والتفكير، (عمان، دار المسيرة، ٢٠١٦).
- ❖ نبيل محمود شاكر: تأثير برنامج مقترح للعلاقات المكانية في تطوير الإدراك الحس حركي لأطفال الرياض، جامعة ديالى / كلية التربية الأساسية، مجلة الفتح، العدد ٣٨، ٢٠٠٩.
- ❖ نبيل محمود شاكر: معالم الحركة الرياضية والنفسية والمعرفية، (جامعة ديالى، مطبعة جامعة ديالى، ٢٠٠٧).
- ❖ نجاح شلش، أكرم صدقي: التعلم الحركي، (جامعة البصرة، دار الكتب للطباعة و النشر، ١٩٩٤).
- ❖ نزار الطالب وكامل لويس: علم النفس الرياضي، ط٢، (جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر والتوزيع، ٢٠٠٠).
- ❖ نور عدنان محمد جواد دبش: أثر ألعاب حركية مركبة وفق تسلسل معكوس في التآزر البصري العضلي وبعض الحركات الأساسية لرياض الأطفال: (رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ٢٠٢١).
- ❖ وجيه محجوب (واخرون): نظريات التعلم والتطور الحركي، ط٢: (بغداد، دار الكتب والوثائق، ٢٠٠٠).
- ❖ وجيه محجوب: طرائق البحث العلمي ومناهجه، (بغداد، دار الحكمة للطباعة و النشر، ١٩٩٣).
- ❖ وجيه محجوب: علم الحركة التعلم الحركي، (الموصل، جامعة الموصل، ١٩٨٩).
- ❖ وسام صلاح وآخرون: انماط التعلم وتطبيقاته بين المعلم والمتعلم، ط١ دار الرضوان للنشر والتوزيع ٢٠١٩.
- ❖ ياسين علوان التميمي واخرون: علم النفس التربوي الرياضي، ط١: (بغداد، مؤسسة دار الصادق الثقافية، ٢٠١٧).
- ❖ يعرب خيون: التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، ط2 (بغداد، الكلمة الطيبة، 2010).

❖ يوسف عبد الرسول بوعباس: دراسة مقارنة للقدرات الإدراكية الحركية بين عينة من تلاميذ الحلقة الأولى في التعليم الأساسي في سلطنة عمان ودولة الكويت: (كلية التربية، جامعة السلطان قابوس، ٢٠٠٧).

### المصادر الأجنبية:

- ❖ Barry Seiller : **Positive Effects of a Visual Skills Development Program**, Optometry & Vision Science, 79 (5), 2004.
- ❖ Clary, J.V.( 1992 ) "A content Analysis of Commercially Prepared Thinking Skills Programs " . Dissertation Abstracts International. 53 , N. 6 : 1198 A.
- ❖ Gallahue, D: **Developmental physical education for today's elementary school children**, Macmillan Pub Com, New York,1996.
- ❖ Paul D. Leedy: **Practical Research**, Mac Milan Publishing Co-Inc New York, 1980.
- ❖ Schmidt A.Richard and Graig A.Wrisberg : **Motor Learning and performance** ، Human Kentics , (2000) .
- ❖ Smith ,E,E .Concept and Indication .In; **Foundations of Cognitive Science**; (Posner ,M ,Ed)MA;MIT Press, Cambridge.1989.
- ❖ Dan Millman:Dan MillMan:**Body mind mastery:new word Library**;1999.
- ❖ Dr. Gernot: **Schuhfried GmbH, Hyrtlstrasse 45**, 2340 Moedling, Austria, Tel: +43 (0) 2236 – 423 15, Fax: +43 (0) 2236 – 465 97,.

الملاحق

## ملحق (١)

## كتاب تسهيل المهمة الى جامعة كرميان - كلية التربية الرياضية

Ministry of Higher Education  
and Scientific Research  
Diyala of University  
College of Basic Education

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة ديالى  
كلية التربية الرياضية

COLLEGE OF BASIC EDUCATION

No:  
Data:

العدد / ٩ / ٣  
التاريخ / ١٠ / ٢٠٢٢

إلى / جامعة كرميان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

م/تعاون بحثي

تحية طيبة....

يرجى التفضل بأجراء التعاون البحثي بين كليتنا وكليتكم من خلال تسهيل مهمة طالب الدراسات العليا / الماجستير ( عمر فالح عباس ) تخصص ( ط.ت التربية البدنية وعلوم الرياضة ) لغرض الحصول على المعلومات الخاصة برسالته الموسومة ( اثر برنامج تعليمي على وفق نموذج تسريع التفكير في التأزر البصري الحركي وتعلم الاداء الفني للسباحة الحرة ) شاكرين تعاونكم معنا .

مع الاحترام

ا.م.د. حيدر عبد الباقي عباس  
معاون العميد للشؤون العلمية  
والدراسات العليا

٢٠٢٢ / ١٠ / ٢٠٢٢

University of Diyala

1414

نسخة منه الى:  
- الدراسات العليا  
- ملفه الطالب  
- قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

COLLEGE OF BASIC EDUCATION

Iraq-Diyala-Baquba  
E-Mail : basiceducation1@basicedu.uodiyala.edu.iq

العراق - ديالى - بعقوبة  
ارضي - ٥٢١٠٢٣

**الملحق (٢)****استمارة استبانة تقييم مستوى الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب**

الأستاذ الفاضل ..... المحترم

تحية طيبة ....

يروم الباحث إجراء بحثه في الموسم (أثر نموذج تسريع التفكير في التأزر البصري الحركي وتعلم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب) وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في طرائق تدريس التربية البدنية وعلوم الرياضية ونظراً لما تتمتعون به من خبرة علمية وعملية في مجال اختصاصكم يرجى تفضلكم بتقييم الاداء الفني للطلاب، وذلك من خلال مشاهدتكم للفيديو الخاص بكل طالب وحسب الاستمارة المرفقة رباطاً .

مع الشكر والتقدير

الاسم الثلاثي:

اللقب العلمي:

التخصص الدقيق:

مكان العمل:

التوقيع :

الباحث

ملحق (٣) استمارة تقويم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب (١).

اختلاف كبير	اختلاف قليل	توافق الذراعين مع الرجلين والتنفس	الشهيق والذراع الى الامام	الشهيق والذراع الى الراس	الشهيق والذراع ممدودة للخلف	حركة بطينة وانخفاض كبير وتوسع بين الكعبين	حركة سريعة مع انخفاض مستوى الورك	حركة تبادلية مع انثناء قليل في مفصل الركبة	عدم دخول الذراع بشكل متعاقب	اقل انسيابية	دخول الكف الساعد العضد بشكل متعاقب	صعوبة في الارجاع	اقل من ذلك	ارجاع الذراع الى الامام مع انثناء في المرفق	عدم المد وزاوية كبيرة	لف خفيف للجسم وزاوية صغيرة	افقي ممتد
١	٢	٣	١	٢	٣	١	٢	٣	١	٢	٣	١	٢	٣	١	٢	٣

## الملاحق (٤)

## خبراء تقويم مستوى الاداء الفني لعينة البحث

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
١	عارف محسن	أ.د	بايوميكانيك سباحة	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٢	عادل مهدي	أ.د	تدريب سباحة	جامعة الكوفة-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٣	مهند كامل شاكر	ا.م.د	تدريب رياضي سباحة	جامعة ديالى /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٤	احمد محمد فرحان	أ.م.د	تدريب سباحة	جامعة ديالى /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٥	يسار صبيح	أ.م.د	تدريب سباحة	جامعة بغداد /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٦	وسام عزيز صاحب	أ.م.د	تدريب سباحة	الجامعة المستنصرية /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٧	ليث خليل جاسم	أ.م.د	تدريب سباحة	جامعة ديالى /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



## الملاحق (٥)

## منظومة اختبارات فيينا

هي من أهم منظومات المختبر النفسي المعاصر والمختبر (الجوال)، وتعد أيضاً إحدى الإجراءات العالمية الرائدة في مجال (القياس والتقويم والتشخيص والتدريب النفسي) المدعم بالحواسب ويمكن عن طريقها تطبيق مختلف أنواع الفحوص والاختبارات عن طريق توظيف أحدث ما توصلت إليها التكنولوجيا ضمن هذه المنظومة.



الشكل (١٦)

يوضح منظومة اختبارات فيينا

تعدّ منظومة اختبارات فيينا Vienna Test System للفحص والتقويم النفسي إحدى منتجات شركة الدكتور شوفريد<sup>(١)</sup> Dr. Schuhfried، وتعدّ أيضاً من الإجراءات العالمية الرائدة في مجال الفحص والتقويم والتشخيص الطبي النفسي المدعم بالحواسب Computerized Psychological Assessment، ويطلق عليها اختصاراً منظومة (VTS)، إذ يعطينا استعمال الحاسوب هنا، ويوفّر لنا أعلى النسب الممكنة من الدقة والموضوعية، ويوفّر لنا أيضاً تقييماً لنتائج الاختبار خالٍ من الأخطاء، كما يمكنه قياس قيم لا يمكن قياسها بطريقة اختبار الورقة والقلم التقليدية. كما صنعت منظومة اختبارات فيينا وأعدت بطريقة تجعل من استعمال الاختبارات النفسية المعقّدة والمعقّدة بسيطاً ومريحاً وذلك

(1) Dr. Gernot Schuhfried GmbH, Hyrtlstrasse 45, 2340 Moedling, Austria, Tel: +43 (0) 2236 – 423 15, Fax: +43 (0) 2236 – 465 97,.



عن طريق تطوير وتوظيف أحدث ما توصلت إليها التكنولوجيا ضمن هذه المنظومة. ويمكن تشغيل هذه المنظومة وتطبيق مختلف الاختبارات والفحوص فيها بلغات عدّة، ومنها لغتنا العربية، إذ تواكب الشركة النمساوية المصنعة لهذه المنظومة على إضافة لغات جديدة يوماً بعد يوم (Schuhfried, /2008)، (Schuhfried, /2010) وتحتوي المنظومة على عدد كبير من الاختبارات والأجهزة المساعدة، فضلاً عن أدوات إدخال سهلة الاستعمال من المفحوصين.

وتتكون منظومة فيينا من المكونات الثلاثة التالية:

أولاً: الجهاز الرئيسي: الذي يتكون من الاجزاء والمكونات التالية:

١. شاشة خارجية محيطية (على شكل جناحين) تتكون من مصفوفة من الاضاءات الصغيرة LED Matrix، ذات ٨ صفوف و٦٤ عموداً على كل جانب (من الجناح الايسر والايمن).

٢. محفزات (مثيرات) ضوئية من المركز الى محيط مجال رؤيا المفحوصين.

٣. مقياس مسافة فوق صوتي Ultrasound يقوم بتسجيل موقع وبعد رأس المفحوص أمام شاشة الحاسوب، اذ ينبغي أن لا يتجاوز بعد رأس المفحوص عن المسافة المخصصة له التي تتراوح بين ٤٠-٦٠ سم).



الشكل (١٧)

توضيح الجهاز الرئيسي لاختبار إدراك المحيط

### ثانياً: لوحة الاستجابة الشاملة Response Panel, Universal:

وهي عبارة عن لوحة مفاتيح (لوحة إدخال) شاملة يستعملها المفحوص للاستجابة على منظومة اختبارات فيينا وجميع الاختبارات الموجودة في تلك المنظومة ومنها اختبار إدراك المحيط، وتتكون تلك اللوحة من الاجزاء والمكونات التالية:

١. سبعة مفاتيح ملونة ( الاحمر والازرق والاصفر والاخضر والابيض والرمادي والاسود).

٢. عشرة مفاتيح مرقمة (١, ٢, ٣, ٤, ٥, ٦, ٧, ٨, ٩, ١٠).

٣. مفتاح متحسس واحد (ذهبي اللون).

٤. مفتاحي معايرة دوارين (ابيض اللون).

٥. مقبضي تحكم (جوستك) قياسيين.

٦. أمكانية توصيل اللوحة مع دواسات للقدمين Foot Pedals.

٧. يتم توصيل تلك اللوحة بجهاز الحاسوب عن طريق مقبس من نوع UPS، وعلى تلك اللوحة بشكل تفصيلي.



الشكل (١٨)

يوضح لوحة الاستجابة الشاملة لمنظومة فيينا

### ثالثاً: دواسات القدم الرقمية **Digital Foot Pedals**:

يلزم الى جانب لوحة المفاتيح الشاملة أنفة الذكر دواسات رقمية (للقدم اليمنى تحمل الرمز R، وللقدم اليسرى تحمل الرمز L) وتوضع على الارض أمام المفحوص من أجل تسجيل الفعاليات وتطبيق المقياس. وعادة ما يتم ربط هذه الدواسات بمكبس خاص موجود بمكبس خاص موجود في الجانب الخافي من لوحة المفاتيح الشاملة أنفة الذكر.



الشكل (١٩)

يوضح دواسات القدم الرقمية لمنظومة فيينا

وتستعمل هذه الدواسات في الاختبارات التي تتطلب الضغط على موضعين: تشغيل On وإطفاء OFF ، وبمعنى آخر الاختبارات التي تتطلب ضغطتين Double – Click، ومنها اختبار إدراك المحيط ، وهناك الكثير من الاختبارات الأخرى التي تعمل ضمن منظومة اختبارات فيينا تتطلب مثل هذا النوع من الدواسات.

## نموذج لورقة الاختبار الواردة من منظومة فينا لأحد افراد العينة

Test results 2HAND for زكريا يحيى سعيد البرزنجي

زكريا يحيى سعيد البرزنجي

☆ Date of birth 4/1/2003

♂ male

🕒 19;11 Years

🎓 Education level 5

# 2HAND

Two-Hand Coordination

Test form S3 Short form with control knob

🕒 Start of testing 3/20/2023 11:50 AM End of testing 3/20/2023 11:54 AM

🕒 Duration 4 min.

🌐 Language of test presentation Arabic

### Test results

Representative norm sample

Test variable	Raw score	PR
<b>MAIN VARIABLE(S)</b>		
Eye-hand coordination	51.631	25 (12-42)
<b>SUBSIDIARY VARIABLE(S)</b>		
Percentage error duration	10.439	25 (8-50)
Mean error duration	5.877	11 (2-34)
<b>ADDITIONAL INFORMATION</b>		
Coordination difficulty	2.668	
🕒 Working time 0:03:54 <sup>1</sup>		

Note(s): Percentile rank (PR) results from a comparison with the sample 'Representative norm sample'. The confidence intervals given in parentheses next to the norm-referenced scores have a 5% error probability.

<sup>1</sup>Working time in hours:minutes:seconds

### Comments and explanations on the test variables

#### Eye-hand coordination

Eye-hand coordination describes the ability to coordinate the eyes and hands for fine, small-scale movements. The mean working time of all path runs is issued as the measure for eye-hand coordination. High percentile ranks reflect good eye-hand coordination.

#### Percentage error duration

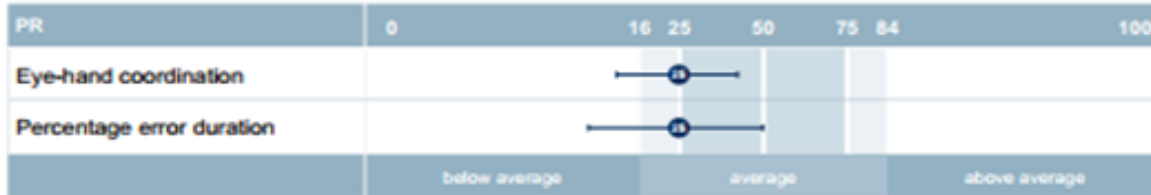
The variable "percentage error duration" is a measure for the accuracy of processing. This value is the ratio of error duration (dot outside of the path) and the total working time, meaned across all path runs. High percentile ranks indicate accurate working of the task.



نتائج اختبار ZHAND للسرعة-دقة اليد العين

### Profile

Representative norm sample

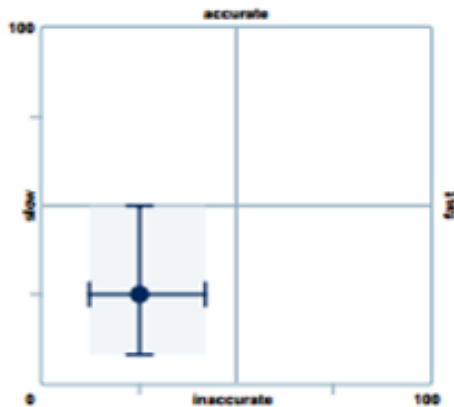


Note(s): The shaded area represents the usual average ranges on the norm-referenced score scale.

### Test protocol

Run	Duration (sec.)	Number of errors	Error duration (sec.)	Percentage error duration
1	69.95	18	13.62	19.47%
2	51.06	19	5.37	10.52%
3	50.45	5	1.29	2.55%
4	35.06	7	3.23	9.21%

### Test protocol speed/accuracy



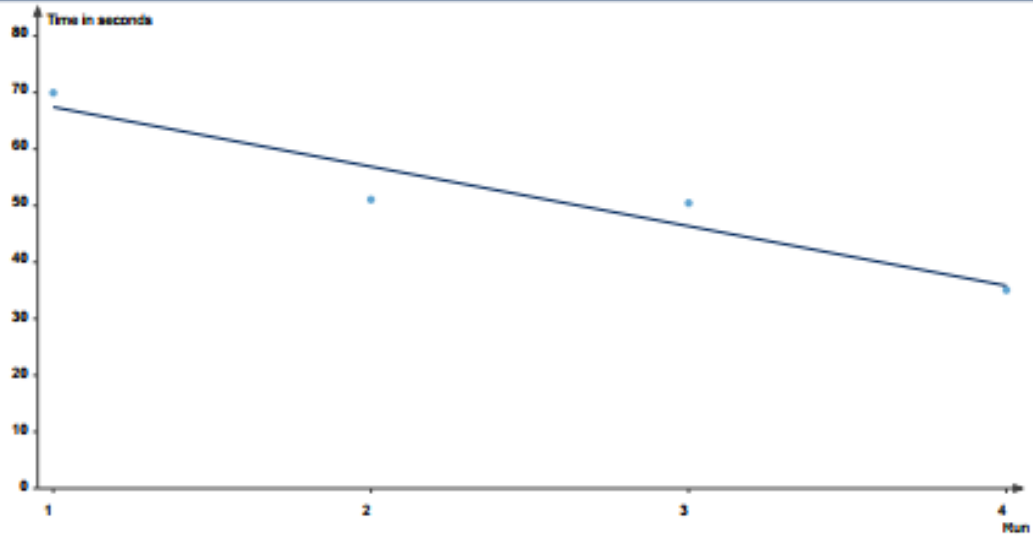
Note(s):

The respondent's position results from the PR scores of the test variables "eye-hand coordination" (speed) and "percentage error duration" (accuracy).

### Progress chart Eye-hand coordination

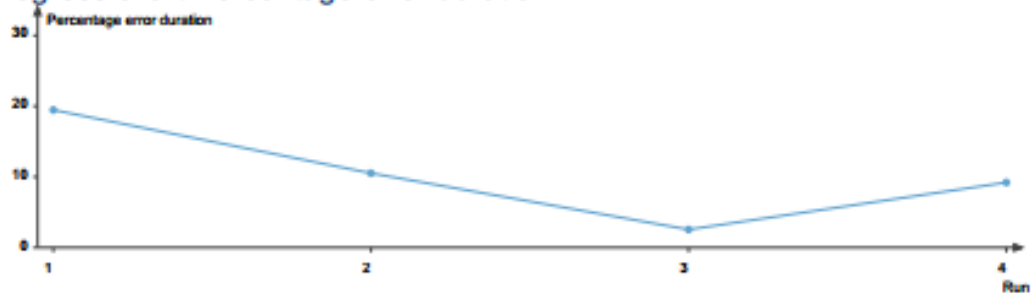


Test results ZHAND for زكريا يحيى محمد البرزنجي



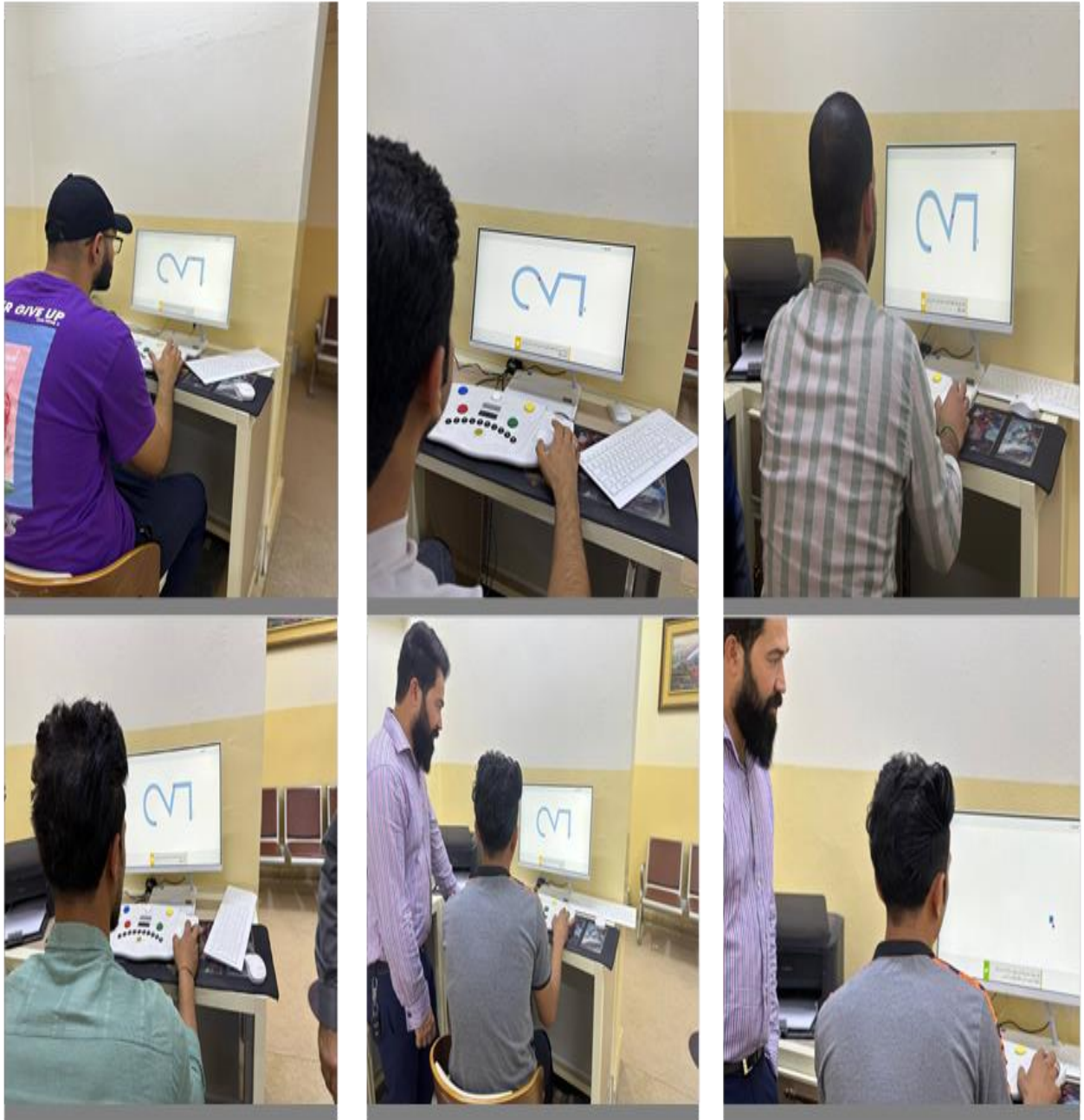
Note(s):  
• = Administration time per run  
• = Regression line

### Progress chart Percentage error duration



Note(s):  
• = Percentage error duration per run





الشكل (٢٠)

يوضح عينة البحث وهي تخضع لاختبار التآزر البصري الحركي وفق منظومة فيينا

**ملحق (٦)****استمارة بيان رأي الخبراء والمختصين لصلاحية التمرينات في الوحدات التعليمية .**

جامعة ديالى

كلية التربية الاساسية

الدراسات العليا – الماجستير - قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

م / بيان راي

السيد----- المحترم

تحية طيبة :

يروم الباحث إجراء بحثه العلمي الموسوم (أثر نموذج تسريع التفكير في التآزر البصري الحركي وتعلم الاداء الفني في السباحة الحرة للطلاب) ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية رصينة في تخصصكم العلمي ، يرجى التفضل في إبداء الرأي حول تحديد صلاحية التمارين التعليمية الموظفة ضمن الوحدات التعليمية المقترحة وتطابقها مع الاهداف التعليمية المبتغاة ومدى ملائمتها للفئة العمرية لعينة البحث

مع الشكر والتقدير

اسم الخبير /

اللقب العلمي /

الاختصاص /

مكان العمل /

التاريخ /



## الملحق (٧)

## المقابلات الشخصية مع ذوي الخبرة والاختصاص.

مكان العمل	التخصص	اللقب العلمي والاسم	ت
كلية التربية الاساسية / التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى	التعلم الحركي	أ. د نبيل محمود شاكر	١
جامعة بابل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم حركي سباحة	أ.د حمودي محمد اسماعيل الرماحي	٢
كلية التربية الاساسية / التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى	التعلم الحركي	أ. د فرات جبار سعد الله	٣
كلية التربية البنية وعلوم الرياضة /جامعة الموصل	طرائق تدريس /سباحة	أ.د صفاء ذنون اسماعيل	٤
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة بغداد	فلسفه تدريب /سباحة	أ.د علي احمد هادي	٥
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد	تدريب سباحة	أ.د سعيد احمد سعيد	٦
كلية التربية الاساسية /جامعة ديالى	طرائق تدريس التربية البدنية وعلوم الرياضة	أ.د بثينة عبد الخالق ابراهيم	٧
كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى	التعلم الحركي	أ. د رنا عبد الستار جاسم	٨
كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى	التدريب الرياضي	أ. د خالد خميس جابر	٩
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة ديالى	تدريب سباحة	أ.د احمد محمد فرحان	١٠
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة ديالى	تدريب رياضي /سباحة	أ.م.د مهند كامل شاكر	١١

## الملاحق (٨)

## أسماء فريق العمل المساعد ومكان عملهم.

مكان العمل	الاختصاص	اللقب العلمي والاسم	ت
جامعة كرميان -كلية التربية الرياضية – خائقين	تعلم حركي سباحة	م.طيف عزيز سامي	١
جامعة كرميان -كلية التربية الرياضية – خائقين	تدريب رياضي سباحة	م.سيف جاسم خطاب	٢
جامعة كرميان -كلية التربية الرياضية – خائقين	تعلم حركي سباحة	م.سيروان خليل عزو	٣

## ملحق (٩)


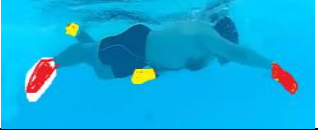
## التمارين المستخدمة داخل وخارج الماء

الشكل	التمرين داخل الماء	ت
	يقف الطلاب داخل حوض السباحة قرب الجدار عند الإشارة يبدأ بالانبطاح والذراعين جانباً ودفع الجدار بالرجلين والانسياب مع مد الذراع اليمين اماما باستخدام الطوافة المعكرونية ... ٣ عدة	١.
	يقف الطلاب داخل حوض السباحة بالتقابل عند الإشارة اخذ الشهيق ومد الذراعين اماما بمساعدة الزميل والانسياب على البطن بواسطة الطوافة المعكرونية والاطواق الاسفنجية ... ٣ عدة	٢.
	يقف الطلاب داخل حوض السباحة قرب الجدار عند الإشارة يقوم الطالب بالانبطاح ومد الذراعين جانباً ودفع الجدار بالرجلين والانسياب مع مد الذراع اليمين اماما	٣.
	يقف الطلاب داخل حوض السباحة قرب الجدار عند الإشارة يقوم الطالب بالانبطاح ومد الذراعين جانباً ودفع الجدار والانسياب مع موازنة افقية الجسم بواسطة النظر امام اسفل	٤.
	يقف الطلاب داخل حوض السباحة عند الإشارة مع ثني الركبتين واخذ الشهيق مد الذراعين اماما تقريبا الفم من الماء والانسياب على البطن.	٥.
	يقف الطلاب داخل حوض السباحة قرب الجدار عند الإشارة يقوم الطالب بالانبطاح ومد الذراعين جانباً ودفع الجدار بالرجلين والانسياب مع مد الذراع اليسار اماما.	٦.
	يقف الطلاب داخل حوض السباحة مع ثني الجذع قريب السطح ومد الذراع اليسار ومرجحة ذراع اليمين امام اسفل خلف داخل الماء ... ٣ عدة.	٧.
	يقف الطلاب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطلاب بالانبطاح والذراعين اماماً ودفع الجدار بالرجلين والانسياب كتم النفس مع مد الذراع اليمين اماما واداء الدخول والسحب لمسافة ٥ م ... ٣ عدة	٨.

	<p>٩. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالانبطاح والذراعين جانباً ودفع الجدار بالرجلين والانسياب مع مدا ذراع اليمين واداء الدخول والسحب والدفع والتخلص ل ٥م ٣... عدة</p>
	<p>١٠. يقف الطالب داخل حوض السباحة عند الإشارة يقوم الطالب ثني الجذع قريب السطح والذراع اليمين اماماً، ومرجحة ذراع اليسار امام اسفل خلف داخل الماء ٣... عدة</p>
	<p>١١. يقف الطالب داخل حوض السباحة عند الإشارة يقوم الطالب بالانبطاح والذراعين اماماً، ودفع الجدار بالرجلين والانسياب كتم النفس مع مد الذراع اليسار اماماً واداء الدخول والسحب لمسافة ٥م ٣... عدة</p>
	<p>١٢. يقف الطالب داخل حوض السباحة عند الإشارة يقوم الطالب بالانبطاح والذراعين جانباً، ودفع الجدار بالرجلين والانسياب مع مدا ذراع اليسار واداء الدخول والسحب والدفع والتخلص ل ٥م ٣... عدة</p>
	<p>١٣. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالطفو على البطن ورفع وخفض الرجلين تبادلياً ٣... عدة</p>
	<p>١٤. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالطفو على البطن ورفع وخفض الرجلين تبادلياً ٣... عدة</p>
	<p>١٥. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالطفو على البطن مع مد الذراعين لمسك ال kick board اداء ضربات الرجلين التبادلية ٣... عدة.</p>
	<p>١٦. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالطفو على البطن مع مد الذراعين لمسك جسر الطفو اداء ضربات الرجلين التبادلية ٣... عدة</p>
	<p>١٧. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالطفو على البطن وتثبيت الرجل اليمين بحافة المسبح مرجحة الذراعين تبادلياً مع ركل الرجل اليسار الى الاسفل ال ٣... (عدة)</p>
	<p>١٨. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالطفو على البطن وتثبيت الرجل اليمين بحافة المسبح مرجحة الذراعين تبادلياً مع ركل الرجل اليسار الى الاسفل ال ٣... (عدة)</p>
	<p>١٩. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالطفو على البطن وتثبيت الرجل اليسار بحافة المسبح مرجحة الذراعين تبادلياً مع ركل الرجل اليمين الى الاسفل ال ٣... (عدة)</p>

	<p>٢٠. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالطفو على البطن وتثبيت الرجل اليسار بحافة المسبح مرجحة الذراعين تبادليا. مع ركل الرجل اليمين الى الاسفل ال...٣ (عدة)</p>
	<p>٢١. يقف الطالب داخل حوض السباحة عند الإشارة يبدأ الطالب بثني الجذع مع مد ذراع اليسار مرجحة ذراع اليمين مع تدوير الراس باتجاه الذراع العاملة ...٣ عدة</p>
	<p>٢٢. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالطفو على البطن والذراع اليسار مد مرجحة ذراع اليمين امام اسفل خلف مع تدوير الراس باتجاهها ...٣ عدة</p>
	<p>٢٣. يقف الطالب داخل حوض السباحة عند الإشارة يبدأ الطالب بثني الجذع مع مد ذراع اليمين مرجحة ذراع اليسار مع تدوير الراس باتجاه الذراع العاملة ...٣ عدة</p>
	<p>٢٤. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالطفو على البطن والذراع اليمين مد ومسك KICK BOARD مرجحة ذراع اليسار امام اسفل خلف مع تدوير الراس باتجاهها ...٣ عدة</p>
	<p>٢٥. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالطفو على البطن مع مرجحة الذراعين مع مرجحة الرجلين تبادليا وتدوير الراس باتجاه الذراع العاملة ...٣ عدة</p>
	<p>٢٦. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالطفو على البطن مع مرجحة الذراعين مع مرجحة الرجلين تبادليا وتدوير الراس باتجاه الذراع العاملة ...٣ عدة</p>
	<p>٢٧. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالطفو على البطن مع مرجحة الذراعين مع مرجحة الرجلين تبادليا وتدوير الراس باتجاه الذراع العاملة ...٣ عدة</p>
	<p>٢٨. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالطفو على البطن مع مرجحة الذراعين مع رفع وخفض الرجلين تبادليا ...٣ عدة</p>
	<p>٢٩. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالطفو على البطن مع مرجحة الذراعين مع رفع وخفض الرجلين تبادليا ...٣ عدة</p>



	٣٠. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالطفو على البطن مع مرجحة الذراعين مع رفع وخفض الرجلين تبادلياً ٣... عدة
	٣١. يقف الطالب داخل حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بالطفو على البطن مع مرجحة الذراعين مع رفع وخفض الرجلين تبادلياً ٣... عدة

الشكل	التمرين خارج الماء	ت
	٣٢. يقف الطالب خارج حوض السباحة عند الإشارة يبدأ الطالب بالاستناد مع رفع وخفض الورك ٣... عدة	
	٣٣. الانسياب خارج حوض السباحة عند الإشارة يبدأ الطالب برفع الذراعين مع الرجلين ... ٣ عدة	
	٣٤. الانسياب بجانب حافة حوض السباحة ومد الذراع اليسار اماماً مرجحة ذراع اليمين امام اسفل خلف بجانب حافة الحوض ٣... عدة	
	٣٥. الانسياب بجانب حافة حوض السباحة ومد الذراع اليمين اماماً مرجحة ذراع اليسار امام اسفل خلف بجانب حافة الحوض ٣... عدة	
	٣٦. الانسياب على الجهاز عالياً وعند الإشارة يقوم الطالب برفع وخفض الرجلين تبادلياً اعلى اسفل.. ٣ عدة	
	٣٧. الانسياب على الجهاز عالياً وعند الإشارة يقوم الطالب برفع وخفض الرجلين تبادلياً اعلى اسفل ... ٣ عدة	
	٣٨. يقف الطالب خارج حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ الطالب بأداء الاستناد الامامي مع رفع وخفض الرجلين تبادلياً ٣... عدة	
	٣٩. يقف الطالب خارج حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ بثني الجذع مع مرجحة الذراعين تبادلياً بواسطة شريط مطاطي مع مد الرجل المقابلة لليد العاملة خلفا ٣... (عدة)	
	٤٠. الاستلقاء عالياً مع مرجحة الذراعين بشكل تبادلي مع خفض الرجل المقابلة للذراع الداخلة ٣... (عدة)	
	٤١. يقف الطالب خارج حوض السباحة وعند الإشارة يبدأ بثني الجذع مع مرجحة الذراعين تبادلياً بواسطة شريط مطاطي مع مد الرجل المقابلة لليد العاملة خلفا ٣... (عدة)	




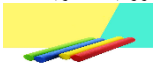


	<p>٤٢ . الاستلقاء عاليا مع مرجحة الذراعين بشكل تبادلي مع خفض الرجل المقابلة للذراع الداخلة ...٣(عدة</p>
	<p>٤٣ . يقف الطالب خارج حوض السباحة وعند الاشارة يبدأ بثني الجذع مع مد ذراع اليسار مرجحة ذراع اليمين مع تدوير الراس باتجاه الذراع العاملة ...٣ عدة</p>
	<p>٤٤ . الانسياب مع مرجحة ذراع اليمين امام اسفل خلف والعودة ...٣ عدة</p>
	<p>٤٥ . يقف الطالب خارج حوض السباحة وعند الاشارة يبدأ بثني الجذع مع مد ذراع اليمين مرجحة ذراع اليسار مع تدوير الراس باتجاه الذراع العاملة ...٣ عدة</p>
	<p>٤٦ . الانسياب مع مرجحة ذراع اليسار امام اسفل خلف والعودة ...٣ عدة</p>
	<p>٤٧ . الانسياب مع مرجحة الذراعين مع رفع وخفض الرجلين وتدوير الراس باتجاه الذراع العاملة يمين يسار ...٣عدة</p>

ملحق (10) الوحدات التعليمية وفق انموذج تسريع التفكير



الوحدات التعليمية للاداء الفني في السباحة الحرة



القسم	الجزء	الوقت	الهدف السلوكي	النشاط البدني والمهارية	التنظيم	الادوات	الملاحظات
الاعدادي ١٠	احماء عام	٥ د	التأكيد على النظام	تهيئة الأدوات وترديد التحية الرياضية السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصفرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصفرة. تمارين للذراعين • الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف • تمارين للذراعين : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . • تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين			التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
	احماء خاص	٥ د	<ul style="list-style-type: none"> <li>التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة</li> <li>وتصحيح الأداء مع الصفرة .</li> <li>التأكيد على دوران الذراعين ممدودة</li> <li>التأكيد على الضغط للأسفل فيما يخص الذراعين</li> <li>التأكيد على عدم ثني الركبة.</li> </ul>				
الرئيس ٧٥ د	التعليمي	٢٠ د	<ul style="list-style-type: none"> <li>ان يميز الطالب الاساس المكاني لتوازن الجسم داخل الماء اعتماد على قانون العتلات.</li> <li>-ان يدرك كل من المنسق والزملاء دوره في الادارة والتنفيذ.</li> </ul>	شرح الاسس المكانية لوضع الجسم الراس -الورك - القدمين		Data show -Computer ايباد برو	* تقسيم المجموعات وتحديد المنسق لهم. * التأكيد على الاسس الزماتية والمكانية للأداء الحركي . * التأكيد على العلاقات البيوميكانيكية للسلوك المراد تعلمه. * التأكيد على استحضار العصف الذهني في ادراك الأسس. * التأكيد على الأداء السليم للمهارات داخل الماء مع تصحيح الأخطاء حال حدوثها. * التأكيد على المساعدة الصحيحة من قبل الزميل وتبادل الأدوار.
	التطبيقي	٥٥ دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> <li>ان يحاكي الطالب النموذج المرافق للاداء.</li> <li>ان يؤدي الطالب المهارة بالاعتماد على المنسق البصري والعلاقة بينه وحركة اليدين.</li> <li>ان يميز الطالب الاجزاء المترامنة بالاداء طرديا وعكسيا.</li> <li>ان يعد الجسم بشكل مستقيم.</li> <li>ان يؤدي الحركة من مفصل الورك.</li> <li>ان يوتسر الاصابع سواء لليدين والرجلين تاي الداخل.</li> <li>ان يباعد الكاحلين ويلصق الاصابع للرجلين.</li> <li>ان يحصر الراس بين العضدين.</li> <li>ان ينظر امام اسفل جسمه.</li> </ul>	<b>تمارين خارج الماء:</b> التمرين (٣٢) الملحق (٩). التمرين (٣٣) الملحق (٩) <b>تمارين داخل الماء:</b> التمرين (١) الملحق (٩) التمرين (٢) الملحق (٩)		قفازات الوان مختلفة نظارات سباحة ذات تظليل مختلف ساعة توقيت صفرة - اطواق اسفنجية -طوافات معرونية -شريط مطاطي  طوافات معرونية  حزام الطفو	
الختامي ٥ د	لعبة صغيرة	٤ د	ان يميز المؤدي لون الطوق المطلوب ويجه نحوه ويخرجه باسرع وقت	لعبة الأطواق : ويتم بأن توضع الأطواق بالوان متباينة في مناطق مختلفة على بعد ٥م وبعد الابعاز الصوتي يتجه المتنافسون لاجراء الطوق المطلوب			التأكيد على الاداء الصحيح التعليمات للعبة
	انصراف	١ د	ان ينصرف المتعلم بانتظام ويخرج من المسبح بسلام	صيحة رياضية			التأكيد على النظام والانصراف بهدهوء .

الاهداف التعليمية

الاهداف التربوية

الاسبوع: | الاول  
عدد الطلاب: | ١٠  
متوسط العمر: | ١٨-٢٠ سنة  
المادة: | السباحة

الوحدة التعليمية: | الاولى  
الكلية: | التربية البدنية وعلوم الرياضة  
المرحلة: | الاولى  
الوقت: | ٩٠ دقيقة

اليوم: | الخميس  
التاريخ: | ٢٠٢٣/٣/٢٣  
المهارة: | السباحة الحرة

١. تعويدهم على التعاون.  
٢. تعويدهم على الثقة بالنفس.

١. بناء التأزر البصري الحركي لوضع الجسم  
الافقي بواسطة العلاقة بين الورك والقدمين

الاهداف التربوية	الاهداف التعليمية	الوحدة التعليمية: الكلية : التربية البدنية وعلوم الرياضة المرحلة: الاولى الوقت: ٩٠ دقيقة	الثانية	الاسبوع: الثاني	عدد الطلاب: ١٠	متوسط العمر: ١٨-٢٠ سنة	المادة: السباحة
١. بناء التأزر البصري الحركي لوضع الجسم الافقي بواسطة العلاقة بين الورك والقدمين	١. تعويدهم على التعاون. ٢. تعويدهم على الثقة بالنفس.	اليوم: الخميس التاريخ: ٢٠٢٣/٣/٣٠ المهارة: السباحة الحرة					

القسم	الجزء	الوقت	الهدف السلوكي	النشاط البدني والمهارة	التنظيم	الادوات	الملاحظات
الاعدادي ١٠	احماء عام	٥ د	التأكيد على النظام	تهيئة الأدوات وترديد التحية الرياضية السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة. تمارين للذراعين			التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
	احماء خاص	٥ د	<ul style="list-style-type: none"> <li>التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة وتصحيح الأداء مع الصافرة .</li> <li>التأكيد على دوران الذراعين ممدودة</li> <li>التأكيد على الضغط للأسفل فيما يخص الذراعين</li> <li>التأكيد على عدم ثني الركبة.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>الوقوف للذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف</li> <li>تمارين للذراعين للوقوف للذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى .</li> <li>تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين</li> </ul>			
الرئيس ٧٥ د	التعليمي	٢٠ د	<ul style="list-style-type: none"> <li>ان يميز الطالب الاساس المكاني لتوازن الجسم داخل الماء اعتماد على قانون العتلات.</li> </ul>	شرح الاسس المكانية لوضع الجسم الراس -الورك -القدمين		Data show -Computer ايبياد برو	
	التطبيقي	٥٥ دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> <li>ان يحاكي الطالب النموذج المرافق للاداء.</li> <li>ان يؤدي الطالب المهارة بالاعتماد على النمط البصري والعلاقة بينه وحركة اليدين.</li> <li>ان يميز الطالب الاجزاء المتزامنة بالاداء طرديا وعكسيا .</li> <li>ان يقرب الفم من الماء ويدخله الماء.</li> <li>ان يمد الجسم بشكل افقي.</li> <li>ان يوازن الجسم اثناء احساسه بالطفو.</li> <li>ان يوجه الجسم بواسطة راسه داخل الماء.</li> <li>ان يدفع الحائط بالرجلين مع مد ذراع اليمين امام.</li> <li>ان يدفع الحائط برجليه ويطفو مع مد ذراع اليسار امام.</li> </ul>	<p><b>تمارين خارج الماء:</b> التمرين (١) الملحق (١).</p> <p><b>تمارين داخل الماء:</b> التمرين (٣) الملحق (٩) التمرين (٤) الملحق (٩) التمرين (٥) الملحق (٩) التمرين (٦) الملحق (٩)</p>		قفازات الوان مختلفة نظارات سباحة ذات تظليل مختلف ساعة توقيت صافرة	التاكيد على الاسس الزمانية والمكانية للاداء الحركي . التاكيد على العلاقات البايوميكانيكية للسلوك المراد تعلمه. التاكيد على الاداء السليم للمهارات داخل الماء مع تصحيح الأخطاء حال حدوثها.
الختامي ٥ د	لعبة صغيرة	٤ د	ان يميز المؤدي لون الطوق المطلوب ويجه نحوه ويخرجه باسرع وقت	لعبة الأطواق : وتتم بأن توضع الأطواق بالوان متباينة في مناطق مختلفة على بعد ٥م وبعد الإيعاز الصوتي يتجه المتنافسون لاجراج الطوق المطلوب			التاكيد على الاداء الصحيح التعليمات للعبة
	انصراف	١ د	ان ينصرف المتعلم بانتظام ويخرج من المسبح بسلام	صيحة رياضية			التاكيد على النظام والانصراف بهدوء .

الاهداف التربوية	الاهداف التعليمية	الاسبوع: الثالث	الكلية: التربية البدنية وعلوم الرياضة	المرحلة: الاولى	الوقت: ٩٠ دقيقة
١. تعويدهم على التعاون.	١. بناء التأزر البصري الحركي لوضع الجسم الافقي بواسطة العلاقة بين الورك والقدمين	اليوم: الخميس ٢٠٢٣/٤/٦	عدد الطلاب: ١٠	متوسط العمر: ١٨-٢٠ سنة	المادة: السباحة
٢. تعويدهم على الثقة بالنفس.		المهارة: السباحة الحرة			

القسم	الجزء	الوقت	الهدف السلوكي	النشاط البدني والمهارة	التنظيم	الادوات	الملاحظات
الاعدادي ١٠	احماء عام	٥ د	التأكيد على النظام	تهيئة الأدوات وترديد التحية الرياضية السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة. تمارين للذراعين الوقوف للذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف تمارين للجزع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين			التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
	احماء خاص	٥ د	<ul style="list-style-type: none"> <li>التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة وتصحيح الأداء مع الصافرة .</li> <li>التأكيد على دوران الذراعين ممدودة</li> <li>التأكيد على الضغط للأسفل فيما يخص الذراعين</li> <li>التأكيد على عدم ثني الركبة.</li> </ul>				
الرئيس ٧٥ د	التعليمي	٢٠ د	<ul style="list-style-type: none"> <li>ان يميز الطالب الاساس المكاني لتوازن الجسم داخل الماء اعتماد على قانون العتلات.</li> <li>-ان يدرك كل من المنسق والزملاء دوره في الإدارة والتنفيذ.</li> </ul>	شرح الاسس المكانية لوضع الجسم الراس -الورك -القدمين		Data show -Computer ايباد برو	<ul style="list-style-type: none"> <li>* تقسيم المجموعات وتحديد المنسق لهم.</li> <li>* التأكيد على الاسس الزماتية والمكانية للأداء الحركي .</li> <li>* التأكيد على العلاقات الياوميكانية للسلوك المراد تعلمه.</li> <li>* التأكيد على استحضار العصف الذهني في ادراك الأسس.</li> <li>* التأكيد على الأداء السليم للمهارات داخل الماء مع تصحيح الأخطاء حال حدوثها.</li> <li>* التأكيد على المساعدة الصحيحة من قبل الزميل وتبادل الأدوار.</li> </ul>
	التطبيقي	٥٥ دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> <li>ان يحاكي الطالب النموذج المرافق للأداء.</li> <li>ان يؤدي الطالب المهارة بالاعتماد على النمط البصري والعلاقة بينه وحركة اليدين.</li> <li>ان يميز الطالب الاجزاء المترامنة بالأداء طرديا وعكسيا.</li> <li>ان يعد الجسم بشكل مستقيم.</li> <li>ان يؤدي الحركة من مفصل الورك.</li> <li>ان يوشر الاصابع سواء لليدين والرجلين تاي الداخل.</li> <li>ان يباعد الكاحلين ويلصق الاصابع للرجلين.</li> <li>ان يحصر الراس بين العضدين.</li> <li>ان ينظر امام اسفل جسمه.</li> </ul>	<p><b>تمارين خارج الماء:</b> التمرين (٣٤) الملحق (٩).</p> <p><b>تمارين داخل الماء:</b> التمرين (٧) الملحق (٩) التمرين (٨) الملحق (٩) التمرين (٩) الملحق (٩)</p>		قفازات الوان مختلفة نظارات سباحة ذات تظليل مختلف ساعة توقيت صافرة - اطواق اسفنجية -طوافات معكرونية -شريط مطاطي  طوافات معكرونية  حزام الطفو	
الختامي ٥ د	لعبة صغيرة	٤ د	ان يميز المؤدي لون الطوق المطلوب ويجه نحوه ويخرجه باسرع وقت	لعبة الأطواق : ويتم بأن توضع الأطواق بالوان متباينة في مناطق مختلفة على بعد ٥م وبعد الابعاز الصوتي يتجه المتنافسون لاجراء الطوق المطلوب			التأكيد على الاداء الصحيح التعليمات للعبة
	انصراف	١ د	ان ينصرف المتعلم بانتظام ويخرج من المسبح بسلام	صيحة رياضية			التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .



الاهداف التعليمية

الاهداف التربوية

١. بناء التأزر البصري الحركي للذراع اليسار

١. تعويدهم على التعاون.  
٢. تعويدهم على الثقة بالنفس.

اليوم: | الخميس  
التاريخ: | ٢٠٢٣/٤/١٣  
المهارة: | السباحة الحرة

الاسبوع: | الخامس  
عدد الطلاب: | ١٠  
متوسط العمر: | ١٨-٢٠ سنة  
المادة: | السباحة

الوحدة التعليمية: | الخامسة  
الكلية: | التربية البدنية وعلوم الرياضة  
المرحلة: | الاولى  
الوقت: | ٩٠ دقيقة

القسم	الجزء	الوقت	الهدف السلوكي	النشاط البدني والمهارة	التنظيم	الادوات	الملاحظات
الاعدادي ١٠	احماء عام	٥ د	التأكيد على النظام	تهيئة الأدوات وترديد التحية الرياضية السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة. تمارين للذراعين الوقوف للذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف تمارين للذراعين للوقوف فتحة مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى. تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين			التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
	احماء خاص	٥ د	<ul style="list-style-type: none"> <li>التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة وتصحيح الأداء مع الصافرة .</li> <li>التأكيد على دوران الذراعين ممدودة</li> <li>التأكيد على الضغط للأسفل فيما يخص الذراعين</li> <li>التأكيد على عدم ثني الركبة.</li> </ul>				
الرئيس ٧٥ د	التعليمي	٢٠ د	ان يميز الطالب الاساس المكاني والزماني للحظة دخول الذراع والية ادائها	شرح الاسس المكانية لدخول الذراع اليسار ضمن نقطة وهمية امام الجسم والية اتمامها		Data show -Computer ايباد برو	
	التطبيقي	٥٥ دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> <li>ان يحاكي الطالب النموذج المرافق للاداء</li> <li>ان يؤدي الطالب المهارة بالاعتماد على النمط البصري والعلاقة بينه وحركة اليدين</li> <li>ان يميز الطالب الاجزاء المتزامنة بالاداء طرديا وعكسيا</li> <li>ان يرجع الذراع من مفصل الكتف من الامام الى الجانب ثم الاعلى</li> <li>ان يكتم النفس ويمد الذراع اليسار ويمرجع بالذراع اليمين</li> <li>ان يدخل الذراع الماء ويسحب الماء لمسافة ٥م</li> <li>ان يدفع الجدار بالرجلين وينساب ويؤدي الدخول بالذراع والسحب لمسافة ٥م</li> </ul>	<p><b>تمارين خارج الماء:</b> التمرين (٣٦) الملحق (٩) التمرين (٣٧) الملحق (٩) التمرين (٣٨) الملحق (٩)</p> <p><b>تمارين داخل الماء:</b> التمرين (١٣) الملحق (٩)</p>	<p>قفازات الوان مختلفة نظارات سباحة ذات تظليل مختلف ساعة توقيت صافرة - اطواق اسفنجية طوافات معكرونية شريط مطاطي</p> <p>طوافات معكرونية</p> <p>حزام الطفو</p>	<p>-التأكيد على الاسس الزمانية والمكانية للاداء الحركي - التأكيد على العلاقات البايوميكانيكية للسلوك المراد تعلمه التأكيد على الأداء السليم للمهارات داخل الماء مع تصحيح الأخطاء حال حدوثها.</p>	
الختامي ٥ د	لعبة صغيرة	٤ د	ان يميز المؤدي لون الطوافة المطلوب ويتم العقدة باسرع وقت	لعبة العقد : ويتم بأن توضع الطوافات المعكرونية والتي تكون بالوان متباينة في مناطق مختلفة على بعد ٥م ويعد الابعاز الصوتي يتجه المتنافسون لاتمام العقدة			التأكيد على الاداء الصحيح التعليمات للعبة
	انصراف	١ د	ان ينصرف المتعلم بانتظام ويخرج من المسبح بسلام	صيحة رياضية			التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .

## الاهداف التعليمية

## الاهداف التربوية

١. بناء التأزر البصري الحركي للرجلين

١. تعويدهم على التعاون.  
٢. تعويدهم على الثقة بالنفس.اليوم: | الاربعة  
التاريخ: | ٢٠٢٣/٤/١٩  
المهارة: | السباحة الحرةالاسبوع: | السادس  
عدد الطلاب: | ١٠  
متوسط العمر: | ١٨-٢٠ سنة  
المادة: | السباحةالوحدة التعليمية: | السادسة  
الكلية: | التربية البدنية وعلوم الرياضة  
المرحلة: | الاولى  
الوقت: | ٩٠ دقيقة



القسم	الجزء	الوقت	الهدف السلوكي	النشاط البدني والمهارة	التنظيم	الادوات	الملاحظات
الاعدادي ١٠	احماء عام	٥ د	التأكيد على النظام	تهيئة الأدوات وترديد التحية الرياضية السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصفرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصفرة. تمارين للذراعين الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين			التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
	احماء خاص	٥ د	<ul style="list-style-type: none"> <li>التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة وتصحيح الأداء مع الصفرة .</li> <li>التأكيد على دوران الذراعين ممدودة</li> <li>التأكيد على الضغط للأسفل فيما يخص الذراعين</li> <li>التأكيد على عدم ثني الركبة.</li> </ul>				
الرئيس ٧٥ د	التعليمي	٢٠ د	<ul style="list-style-type: none"> <li>ان يميز الطالب الاساس المكاني لاحداث الحركة وهو الورك</li> <li>ان يدرك خطأ أداء الحركة من مفصل الركبتين</li> </ul>	شرح الاسس المكانية لضربات الرجلين التبادلية		Data show -Computer ايباد برو	
	التطبيقي	٥٥ دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> <li>ان يحاكي الطالب النموذج المرافق للاداء</li> <li>ان يؤدي الطالب المهارة بالاعتماد على النمط البصري والعلاقة بينه وحركة اليدين</li> <li>ان يميز الطالب الاجزاء المترامنة بالاداء طرديا وعكسيا</li> <li>ان يمرج الرجلين من مفصل الورك</li> <li>ان يقرب الاصابع اثناء اداء ضربات الرجلين</li> <li>يتجنب انشاء الركبتين خلال اداء لضربات الرجلين</li> <li>ان يلامس المتعلم الكرات الطيبة برجليه اعلى واسفل اثناء اداء لضربات الرجلين</li> <li>ان يشد الشريط المطاطي اثناء اداءه لضربات الرجلين التبادلية داخل الماء</li> <li>ان يؤدي ضربات الرجلين لمسافة ٥ م</li> </ul>	<p><b>تمارين خارج الماء:</b> التمرين (٣٨) الملحق (٩)</p> <p><b>تمارين داخل الماء:</b> التمرين (١٤) الملحق (٩) التمرين (١٥) الملحق (٩) التمرين (١٦) الملحق (٩)</p>		مصطبة - شريط مطاطي شريط مطاطي حلقاات ذات احزمة كرات لياقة بدنية	-التاكيد على الاسس الزمانية والمكانية للاداء الحركي - التاكيد على العلاقات البايوميكانيكية للسلوك المراد تعلمه التأكيد على الأداء السليم للمهارات داخل الماء مع تصحيح الأخطاء حال حدوثها.
الختامي ٥ د	لعبة صغيرة	٤ د	ان يميز المؤدي لون الطوق المطلوب ويجه نحوه ويخرجه باسرع وقت	لعبة الزورق الفانز : وتتم بان يف كل متعلم على مسافة ١٠ م عن حافة الحوض وهو مسك الkick board وبعد الابعاز الصوتي يتجه المتنافسون صوب الحافة بواسطة حركة رجليه والفانز هو الواصل اولا			التأكيد على الاداء الصحيح التعليمات للعبة
	انصراف	١ د	ان ينصرف المتعلم بانتظام ويخرج من المسبح بسلام	صيحة رياضية			التأكيد على النظام والانصراف بهدهوء .

الاهداف التربوية	الاهداف التعليمية	الاسبوع: السابع	الكلية: التربية البدنية وعلوم الرياضة	المرحلة: الاولى	الوقت: ٩٠ دقيقة
١. تعويدهم على التعاون. ٢. تعويدهم على الثقة بالنفس.	١. بناء التأزر البصري الحركي لذراع اليمين ورجل اليسار	اليوم: الثلاثاء التاريخ: ٢٠٢٣/٥/٢ المهارة: السباحة الحرة	عدد الطلاب: ١٠ متوسط العمر: ١٨-٢٠ سنة المادة: السباحة		

القسم	الجزء	الوقت	الهدف السلوكي	النشاط البدني والمهارة	الانتظيم	الادوات	الملاحظات
الاعدادي ١٠	احماء عام	٥ د	التأكيد على النظام	تهيئة الأدوات وترديد التحية الرياضية السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصفرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصفرة. تمارين للذراعين • الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف • تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . • تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين			التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
	احماء خاص	٥ د	• التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة وتصحيح الأداء مع الصفرة . • التأكيد على دوران الذراعين ممدودة • التأكيد على الضغط للأسفل فيما يخص الذراعين • التأكيد على عدم ثني الركبة.				
الرئيس ٧٥ د	التعليمي	٢٠ د	ان يميز الطالب الاساس المكاني لتوازن الجسم داخل الماء اعتماد على قانون العتلات	شرح الاسس المكانية لحركة الذراعين		Data show -Computer ايباد برو	
	التطبيقي	٥٥ دقيقة	- ان يحاكي الطالب النموذج المرافق للاداء - ان يؤدي الطالب المهارة بالاعتماد على النمط البصري والعلاقة بينه وحركة اليدين - ان يميز الطالب الاجزاء المترامنة بالاداء طرديا وعكسيا ان يمرج الذراعين تبادليا ان يربط بين النظر والذراع الداخلة في نقطة وهمية امام الجسم ان ينزل الرجل المقابلة مع دخول الذراع العاملة اليسار ان يميز اللون العامل سواء الاصفر لليمين	<b>تمارين خارج الماء:</b> التمرين (٣٩) الملحق (٩) التمرين (٤٠) الملحق (٩) <b>تمارين داخل الماء:</b> التمرين (١٧) الملحق (٩) التمرين (١٨) الملحق (٩)		- قفزات الوان مختلفة نظرات سباحة ذات تظليل مختلف ساعة توقيت صافرة Clove - مصطبة -اشرطة مطاطية   Environmental protection material Soft and safe	التاكيد على الاسس الزمانية والمكانية للاداء الحركي -التاكيد على العلاقات البايوميكانيكية للسلوك المراد تعلمه التأكيد على الأداء السليم للمهارات خارج وداخل الماء مع تصحيح الأخطاء حال حدوثها.
الختامي ٥ د	لعبة صغيرة	٤ د	ان يميز المؤدي لون الطوق المطلوب ويجه نحوه ويخرجه باسرع وقت	لعبة الزورق الفانز : وتتم بان يف كل متعلم على مسافة ١٠ م عن حافة الحوض وهو مسك الkick board وبعد الابعاز الصوتي يتجه المتنافسون صوب الحافة بواسطة حركة رجليه والفانز هو الواصل اولا			التأكيد على الاداء الصحيح التعليمات للعبة
	انصراف	١ د	ان ينصرف المتعلم بانتظام ويخرج من المسبح بسلام	صيحة رياضية			التأكيد على النظام والانصراف بهدهوء .



الاهداف التربوية	الاهداف التعليمية	الوحدة التعليمية: الكلية: التربية البدنية وعلوم الرياضة المرحلة: الاولى الوقت: ٩٠ دقيقة	الثامنة	الاسبوع: ١٠	عدد الطلاب: ١٠	متوسط العمر: ١٨-٢٠ سنة	المادة: السباحة
١. بناء التأزر البصري الحركي لذراع اليسار ورجل اليمين.	١. تعويدهم على التعاون. ٢. تعويدهم على الثقة بالنفس.	اليوم: الخميس ٢٠٢٣/٥/٤	المهارة: السباحة الحرة	التاريخ:	الهدف السلوكي	الجزء	الوقت

القسم	الجزء	الوقت	الهدف السلوكي	النشاط البدني والمهارة	التنظيم	الادوات	الملاحظات
الاعدادي ١٠	احماء عام	٥ د	التأكيد على النظام	تهيئة الأدوات وترديد التحية الرياضية السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للامام مع الصافرة. تمارين للذراعين • الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للامام والخلف • تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى • تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين			التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
	احماء خاص	٥ د	• التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة وتصحيح الأداء مع الصافرة . • التأكيد على دوران الذراعين ممدودة • التأكيد على الضغط للأسفل فيما يخص الذراعين • التأكيد على عدم ثني الركبة.				
الرئيس ٧٥ د	التعليمي	٢٠ د	ان يميز الطالب الاساس المكاني لتوازن الجسم داخل الماء اعتماد على قانون العتلات	شرح الاسس المكانية لحركة الذراعين		Data show -Computer ايباد برو	
	التطبيقي	٥٥ دقيقة	- ان يحاكي الطالب النموذج المرافق للاداء - ان يؤدي الطالب المهارة بالاعتماد على النمط البصري والعلاقة بينه وحركة اليدين - ان يميز الطالب الاجزاء المتمزمنة بالاداء طرديا وعكسيا ان يمرج الذراعين تبادليا ان يمرج الذراعين والمرفق مثني ان يربط بين النظر والذراع الداخلة في نقطة وهمية امام الجسم ان ينزل الرجل المقابلة مع دخول الذراع العاملة اليسار ان يميز اللون العامل سواء الاصفر لليمين	<b>تمارين خارج الماء:</b> التمرين (٤١) الملحق (٩) التمرين (٤٢) الملحق (٩) <b>تمارين داخل الماء:</b> التمرين (١٩) الملحق (٩) التمرين (٢٠) الملحق (٩)		قفازات الوان مختلفة نظرات سباحة ذات تنظيل مختلف ساعة توقيت صافرة	التاكيد على الاسس الزمانية والمكانية للاداء الحركي -التاكيد على العلاقات البايوميكانيكية للسلوك المراد تعلمه التأكيد على الأداء السليم للمهارات خارج وداخل الماء مع تصحيح الأخطاء حال حدوثها.
الختامي ٥ د	لعبة صغيرة	٤ د	ان يحرك المؤدي ١ و٢ ايديهم بشكل تبادلي لقطع المسافة المخصصة لهما وهي ٧ م	لعبة الصيد والطريدة : يقف المتعلم (١) على بعد ٢م عن المتعلم ٢ وهما ممسكان بالطوافة المعكرونية بلونين الصيد الاحمر والطريدة الازرق بعد الابعاز يرتقي كل منهما الطوافة ويحاول الاول اللحاق بالثاني قبل وصوله الى حافة الحوض			التأكيد على الاداء الصحيح التعليمات للعبة
	انصراف	١ د	ان ينصرف المتعلم بانتظام ويخرج من المسبح بسلام	صيحة رياضية			التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .



الاهداف التعليمية

١. بناء التأزر البصري الحركي لذراع اليمين والتنفس

الاهداف التربوية

١. تعويدهم على التعاون.
٢. تعويدهم على الثقة بالنفس.

اليوم: الثلاثاء  
التاريخ: ٢٠٢٣/٥/١٦  
المهارة: السباحة الحرة

الاسبوع: التاسع  
عدد الطلاب: ١٠  
متوسط العمر: ١٨-٢٠ سنة  
المادة: السباحة

الوحدة التعليمية: التاسعة  
الكلية: التربية البدنية وعلوم الرياضة  
المرحلة: الاولى  
الوقت: ٩٠ دقيقة

القسم	الجزء	الوقت	الهدف السلوكي	النشاط البدني والمهارة	الانتظيم	الادوات	الملاحظات
الاعدادي ١٠	احماء عام	٥ د	التأكيد على النظام	تهيئة الأدوات وترديد التحية الرياضية السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة. تمارين للذراعين الوقوف للذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين			التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
	احماء خاص	٥ د	<ul style="list-style-type: none"> <li>التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة وتصحيح الأداء مع الصافرة .</li> <li>التأكيد على دوران الذراعين ممدودة</li> <li>التأكيد على الضغط للأسفل فيما يخص الذراعين</li> <li>التأكيد على عدم ثني الركبة.</li> </ul>				
الرئيس ٧٥ د	التعليمي	٢٠ د	ان يميز الطالب الاساس المكاني لتوازن الجسم داخل الماء اعتماد على قانون العتلات	شرح الاسس المكانية للربط بين حركة الذراع اليمين ولحظة ادارة الرأس لاخذ الشهيق وطرح الزفير		Data show -Computer ايباد برو	
	التطبيقي	٥٥ دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> <li>ان يحاكي الطالب النموذج المرافق للاداء</li> <li>ان يؤدي الطالب المهارة بالاعتماد على النمط البصري والعلاقة بينه وحركة اليدين</li> <li>ان يميز الطالب الاجزاء المترامنة بالاداء طرديا وعكسيا</li> <li>ان يمرجح الذراع العاملة من مفصل الكتف</li> <li>ان يؤدي الدخول بذراع اليمين والسحب والدفع والعودة بها</li> <li>ان يدور الراس باتجاه الذراع التي تقوم بالتغطية وهي اليمنى</li> <li>انياخذ الشهيق من جهة اليمين ويطرح الزفير مع دخول الذراع العاملة</li> <li>ان يميز لون الذراع العاملة والرجل المقابلة لها بالاداء</li> </ul>	<p><b>تمارين خارج الماء:</b> التمرين (٤٣) الملحق (٩) التمرين (٤٤) الملحق (٩)</p> <p><b>تمارين داخل الماء:</b> التمرين (٢١) الملحق (٩) التمرين (٢٢) الملحق (٩)</p>		قفازات الوان مختلفة نظرات سباحة ذات تظليل مختلف ساعة توقيت صافرة 	التاكيد على الاسس الزمانية والمكانية للاداء الحركي -التاكيد على العلاقات البايوميكانيكية للسلوك المراد تعلمه التأكيد على الأداء السليم للمهارات خارج وداخل الماء مع تصحيح الأخطاء حال حدوثها.
الختامي ٥ د	لعبة صغيرة	٤ د	ان يميز المؤدي لون الطوق المطلوب ويجه نحوه ويخرجه باسرع وقت	لعبة الزورق الفانز : وتتم بان يف كل متعلم على مسافة ١٠ م عن حافة الحوض وهو مسك الkick board وبعد الابعاز الصوتي يتجه المتنافسون صوب الحافة بواسطة حركة رجلية والفانز هو الواصل واولا			التاكيد على الاداء الصحيح التعليمات للعبة
	انصراف	١ د	ان ينصرف المتعلم بانتظام ويخرج من المسبح بسلام	صيحة رياضية			التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .



الاهداف التعليمية

الاهداف التربوية

١. بناء التأزر البصري الحركي للسياحة ككل

١. تعويدهم على التعاون.  
٢. تعويدهم على الثقة بالنفس.اليوم: الثلاثاء  
التاريخ: ٢٠٢٣/٥/٢٣  
المهارة: السباحة الحرةالاسبوع: ١١  
عدد الطلاب: ١٠  
متوسط العمر: ١٨-٢٠ سنة  
المادة: السباحةالوحدة التعليمية: الكلية : التربية البدنية وعلوم الرياضة  
المرحلة: الاولى  
الوقت: ٩٠ دقيقة

القسم	الجزء	الوقت	الهدف السلوكي	النشاط البدني والمهارية	التنظيم	الادوات	الملاحظات
الاعدادي ١٠	احماء عام	٥ د	التأكيد على النظام	تهيئة الأدوات وترديد التحية الرياضية السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصارفة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة. تمارين للذراعين • الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف • تمارين للجزع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى • تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين			التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
	احماء خاص	٥ د	<ul style="list-style-type: none"> <li>التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة وتصحيح الأداء مع الصافرة .</li> <li>التأكيد على دوران الذراعين ممدودة</li> <li>التأكيد على الضغط للأسفل فيما يخص الذراعين</li> <li>التأكيد على عدم ثني الركبة.</li> </ul>				
الرئيس ٧٥ د	التعليمي	٢٠ د	ان يميز الطالب الاساس المكاني لتوقيت تدوير الرأس مع قيام الذراع العاملة بالتغطية	شرح الاسس المكانية لحركة الذراعين		Data show -Computer ايباد برو	
	التطبيقي	٥٥ دقيقة	<p>- ان يحاكي الطالب النموذج المرافق للاداء - ان يؤدي الطالب المهارة بالاعتماد على النمط البصري والعلاقة بينه وحركة اليدين، ان يميز الطالب الاجزاء المتزامنة بالاداء طرديا وعكسيا -ان يؤدي حركة الذراعين التبادلية بمراحها ال ٦ ان ينظر باتجاه الذراع التي تؤدي التغطية لاخذ الشهيق عن طريق الفم، ان يطرح الزفير عند دخول الرأس الماء ان يودي التزامن بين دخول ذراع العاملة وحركة الرجاسفل بزواوية المعاكسة لها من الاعلى الى السفل -ان ينظر الى الامام اسفل بزواوية، ان يتم السباحة بشكل كامل لمسافة ٥م-١٠م ان يستدل على التأزر بالاعتماد على اللون العامل في الاداء سواء الاصفر لليمين او الاحمر لليسار</p>	<p><b>تمارين خارج الماء:</b> التمرين (٤٧) الملحق (٩). <b>تمارين داخل الماء:</b> التمرين (٢٥) الملحق (٩) التمرين (٢٦) الملحق (٩) التمرين (٢٧) الملحق (٩)</p>		قفازات ألوان مختلفة نظرات سباحة ذات تظليل مختلف ساعة توقيت صافرة   	التأكيد على الاسس الزمانية والمكانية للاداء الحركي -التأكيد على العلاقات البايوميكانيكية للسلوك المراد تعلمه التأكيد على الأداء السليم للمهارات خارج وداخل الماء مع تصحيح الأخطاء حال حدوثها.
الختامي ٥ د	لعبة صغيرة	٤ د	ان يميز المؤدي لون الطوق المطلوب ويجه نحوه ويخرجه باسرع وقت	لعبة العقد : وتتم بان توضع الطوافات المعكرونية والتي تكون بالوان متباينة في مناطق مختلفة على بعد ٥م وبعد الاعياز الصوتي يتجه المتنافسون لاتمام العقدة			التأكيد على الاداء الصحيح التعليمات للعبة
	انصراف	١ د	ان ينصرف المتعلم بانتظام ويخرج من المسبح بسلام	صيحة رياضية			التأكيد على النظام والانصراف بهذوء .

## الاهداف التعليمية

١. بناء التأزر البصري الحركي للسباحة ككل

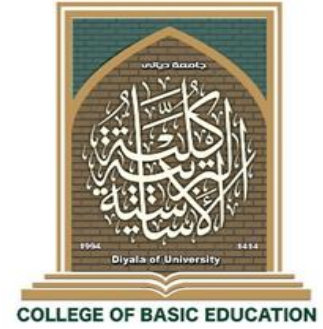
## الاهداف التربوية

١. تعويدهم على التعاون.  
٢. تعويدهم على الثقة بالنفس.اليوم: | الخميس  
التاريخ: | ٢٠٢٣/٥/٢٥  
المهارة: | السباحة الحرةالاسبوع: | ١٢  
عدد الطلاب: | ١٠  
متوسط العمر: | ١٨-٢٠ سنة  
المادة: | السباحةالوحدة التعليمية: | الثانية عشر  
الكلية: | التربية البدنية وعلوم الرياضة  
المرحلة: | الاولى  
الوقت: | ٩٠ دقيقة

القسم	الجزء	الوقت	الهدف السلوكي	النشاط البدني والمهارية	التنظيم	الادوات	الملاحظات
الاعدادي ١٠	احماء عام	٥ د	التأكيد على النظام	تهيئة الأدوات وترديد التحية الرياضية السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصارفة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصارفة. تمارين للذراعين • الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف • تمارين للذراعين الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . • تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين			التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
	احماء خاص	٥ د	<ul style="list-style-type: none"> <li>التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة وتصحيح الأداء مع الصارفة .</li> <li>التأكيد على دوران الذراعين ممدودة</li> <li>التأكيد على الضغط للأسفل فيما يخص الذراعين</li> <li>التأكيد على عدم ثني الركبة.</li> </ul>				
الرئيس ٧٥ د	التعليمي	٢٠ د	ان يميز الطالب الاساس المكاني لتوقيت تدوير الرأس مع قيام الذراع العاملة بالتغطية	شرح الاسس مكانية لحركة الذراعين		Data show -Computer ايبياد برو	
	التطبيقي	٥٥ دقيقة	<p>- ان يحاكي الطالب النموذج المرافق للاداء - ان يؤدي الطالب المهارة بالاعتماد على النمط البصري والعلاقة بينه وحركة اليدين، ان يميز الطالب الاجزاء المتزامنة بالاداء طردنيا وعكسيا -ان يؤدي حركة الذراعين التبادلية بمراحها ال٦ ان ينظر باتجاه الذراع التي تؤدي التغطية لاخذ الشهيقي عن طريق الفم، ان يطرح الزفير عند دخول الرأس الماء ان يؤدي التزامن بين دخول ذراع العاملة وحركة الرجاسفل بزاوية المعاكسة لها من الاعلى الى السفل -ان ينظر الى الامام اسفل بزاوية، ان يتم السباحة بشكل كامل لمسافة ٥م-١٠م ان يستدل على التأزر بالاعتماد على اللون العامل في الاداء سواء الاصفر لليمين او الاحمر للييسار</p>	<p><b>تمارين خارج الماء:</b> التمرين (١) الملحق (١). <b>تمارين داخل الماء:</b> التمرين (٢٨) الملحق (٩) التمرين (٢٩) الملحق (٩) التمرين (٣٠) الملحق (٩) التمرين (٣١) الملحق (٩)</p>		فقازات الوان مختلفة نظرات سباحة ذات تظليل مختلف ساعة توقيت صارفة	التاكيد على الاسس الزماتية والمكانية للاداء الحركي -التاكيد على العلاقات البايوميكانيكية للسلوك المراد تعلمه التأكيد على الأداء السليم للمهارات خارج وداخل الماء مع تصحيح الأخطاء حال حدوثها.
الختامي ٥ د	لعبة صغيرة	٤ د	ان يميز المؤدي لون الطوق المطلوب ويجه نحوه ويخرجه باسرع وقت	لعبة كرة الماء			التاكيد على الاداء الصحيح التعليمات للعبة
	انصراف	١ د	ان ينصرف المتعلم بانتظام ويخرج من المسبح بسلام	صيحة رياضية			التأكيد على النظام والانصراف بهذوع .



**Ministry of Higher Education and Scientific Research  
University of Diyala  
College of Basic Education  
Department of Physical Education and Sport Sciences**



# **The Effect of the Accelerating Thinking Model About on Visual-Motor Synergy and Learning the Performance of the Technical Freestyle Swimming for Students**

**A Thesis**

**Submitted to the Council of the College of Basic Education  
University of Diyala in Partial Fulfillment of the Requirements for  
the Degree of Ph.D. in Methods of Teaching Physical Education  
and Sport Sciences**

**By**

**Omar Falih Abbas**

**Supervised B**

**Prof. Rashwan Mohammed Jaffar Al-Hashime (Ph.D.)**

**2023 A.D.**

**1444 A.H.**

---

---

## Abstract

The first section included the introduction of the research and its importance, where the learning and teaching process was mentioned, as it constitutes one of the important foundations in the life of the individual, as the researcher mentioned the importance of swimming, including freestyle swimming, after that the most practiced and learned swimming activities. The importance of the research lies in achieving the best and highest levels by giving an educational program according to the Accelerating thinking Model and for the purpose of teaching them the performance of technical freestyle swimming. The problem of the research lies in the fact that the difficulty is present for most students in building the requirements of adapting to the water in its mechanics and acquiring its skills clearly and the spread of it illiteracy at the country level, which is due to the lack of use of workers in the field of learning to swim models based on thinking and their restriction to methods, most of which focus on the methodology followed and traditional towards learning, even if it has proven its usefulness, but it needs in novation and keeping up. And the problem can be included according to the following question :Does the educational program according to the model of accelerating thinking have an effect on developing visual-kinetic synergy and learning the technical performance of freestyle swimming? Through this, the researcher proceeded to study this problem, as an attempt to find appropriate solutions to it with a general educational program, skill exercises based on a model to accelerate thinking and know its impact on the development of motor synergy depending on the sense of sight and its reflection of that learning performance for free swimming is consistent with the rule, taking in to account the technical differences between learners and investing time and effort in learning

The aims of the research were as follows:

1. Preparing educational units with a model of accelerating thinking in visual-motor synergy to learn technical performance in free swimming for students
2. Identify the impact of educational units using the Acceleration of Thinking model on visual-motor synergy and learning artistic performance In free swimming for students.
3. Identify the differences between educational units using a model Accelerating thinking based on the educational method used before the college

As for the research hypotheses:

1. There are statistically significant differences in the model of acceleration of thinking in visual-motor synergy and learning artistic performance in free swimming for students
2. There are statistically significant differences in the post-tests between the control and experimental groups and in favor of the experimental group

The second section included theoretical and previous studies. The researcher discussed the theoretical framework of exercises, their advantages, contents, dynamic learning, and freestyle swimming skill, as well as previous and similar studies.

The third section included a clarification of the methodology used in the research, which is the experimental approach by designing the experimental and control groups with pre-and post-tests, means of collecting information, devices, and tools used. The students at the College of Physical Education and Sports Sciences / Garmian University / for the academic year (2022-2023) represented the sample consisting of (20) students, out of a total of (130) male and female students representing the research community. They were divided into two



groups (experimental and control), and after collecting the data, the researcher used the appropriate statistical means for his study.

The fourth section included the presentation and analysis of the test results of the experimental and control groups in the pre-and post-tests in the form of tables and illustrative graphs and then they were discussed in a scientific manner based on scientific sources.

The fifth Section contained conclusions and recommendations.

The Conclusions:

1. The educational units were based on an acceleration model Thinking has a positive effect on building visual-motor synergy and learning freestyle swimming for students.

2. The impact of the educational units and the exercises they included according to the Acceleration of Thinking model is better than the educational method adopted in the college in building and developing visual-motor synergy and learning technical performance in freestyle swimming.

The most important recommendations:

1. Adopting the model of accelerating thinking in teaching freestyle swimming for the first stages in the College of Physical Education due to its effectiveness and possibility of application.

2. The researcher recommends using floor exercises and movement simulators within the vocabulary of the educational.