

تأثير التعلم المعكوس بإستخدام التوظيف التكنولوجي على مستوى

اداء سباحة الزحف على البطن

(*)عبير عبدالرحمن شديد

(**)ناديه حسن السيد زغول

(***)مها محمد عبدالوهاب الامام

(****)الباحثة إسرائ السيد حسن محمد خليل

مقدمة البحث:

أن التدريس الحديث عملية إيجابية هادفة تهتم ببناء المجتمع وتقدمه عن طريق بناء الإنسان الصالح والمتكامل فكرياً وجسماً ووجدانياً ، أما التدريس التقليدي ، فهو بصفة عامة عملية إجتماعية تهتم بتعليم المتعلمين لمادة المنهج أو مايريده المعلم نفسه دون التحقق من فاعليه هذا التعلم أو أثره عليهم وعلى المجتمع ، والتدريس الحديث عملية إجتماعية بنائية تعاونية نشطة يسهم فيها المعلم والمتعلم كل حسب قدراته ومسئوليته وحاجاته الشخصية .

وتعد استراتيجية التعلم المعكوس إحدى الإستراتيجيات التعليمية الحديثة للتغلب على تقليدية التعلم عبر الوصول الى دمج التكنولوجيا بشكل فعال لما تقدمه من إمكانات هائلة لتغيير أساليب وإستراتيجيات التعلم والتعليم القائم على الوسائط الفائقة .(١٧ : ٢٥)

ويعتبر التعلم المعكوس أحد الحلول التقنية الحديثة لعلاج ضعف التعلم التقليدي ، وتنمية مستوى التفكير عند الطلاب فهو يشمل إستخدام التقنية للإستفادة من التعلم فى العملية التعليمية ، بحيث يمكن للمعلم قضاء المزيد من الوقت فى التفاعل والتحاور والمناقشة مع الطلاب بدلاً من إلقاء المحاضرات

(*)استاذ السباحة بقسم الرياضات المائية والمنازلات بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق

(**)استاذ طرق التدريس ورئيس قسم المناهج وطرق التدريس والتدريب بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق .

(***)استاذ بقسم المناهج وطرق التدريس والتدريب بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق.

(****)رئيس قسم التربية الرياضية بمدرسة هوريزون.

، حيث يقوم الطلاب بمشاهدة عروض فيديو قصيرة للمحاضرات فى المنزل ويبقى الوقت الأكبر لمناقشة المحتوى فى الفصل تحت إشراف المعلم. (٢٣ : ٣١٨)

ويشير **عاطف أبو حميد (٢٠١٣م)** الى أن التعلم المعكوس هو استراتيجية تعليم وتعلم مقصودة ، توظف تكنولوجيا التعليم فى توصيل المحتوى الدراسى للطلاب قبل الحصة الدراسية وخارجها ، فهى أحد أنواع التعلم المزيج الذى يجمع بين بيئة التعلم غير المتزامنة فى المنزل والمتزامنة مع المعلم فى الفصل الدراسى. (٨ : ١٦٤)

ويذكر **حسن شحاته (٢٠٠١م)** إن التعليم بواسطة الهاتف يتميز بإعطائه اهتماماً خاصاً لكل من الطالب بصور مستقلة وتشجيع التعليم القائم على الاستكشاف وحب الاستطلاع وبناء ثقة الطالب بنفسه وبقدراته ويزيد من دافعية الطلاب نحو التعليم نظراً لما يتمتع به من حداثة ، ويتيح الفرص للمدرسين لتعميم المحتوى الدراسى بأسلوب فنى شيق. (٣ : ١١٠)

ومع انتشار الهواتف الذكية أنتشرت تطبيقات للتواصل تتيح للمستخدمين التواصل وإرسال الرسائل النصية والصوتية ومقاطع فيديو وذلك بدون تكلفة عالية، ومن هذه التطبيقات التليجرام الذى يعتبر من تقنيات التواصل الحديثة والأسرع إنتشاراً .

مشكلة البحث:

نظراً لتحول الدراسه اون لاين ف جميع العالم بسبب كورونا تطرا الي حل بديل لإفاده الطلبة ف جزء السباحه حيث توقف نشاط السباحه ومن هناك وضعت هذا المنهج وهذه الافكار كي تفيد العلميه التعليميه ف اي ظروف ومع الثورة التكنولوجية وأهمية استخدام التقنيات الحديثة فى التدريس فقد اكتسبت المستحدثات التكنولوجية فى المراحل التعليمية أهمية متزايدة من أجل زيادة معطيات العملية التعليمية عن طريق خلق بيئة تعلم قائمة على تقنية حديثة ، يبنى المتعلم من خلالها خبراته التعليمية عن طريق تعلمه كيفية استخدام جميع مصادر المعرفة لجميع الوسائل التكنولوجية المساعدة لكي يصل إلى المعلومة بنفسه من خلال تقديم محتوى إلكتروني ذات جودة عالية ساهم بشكل فعال فى مراعاة الفراق الفردية بين المتعلمين ، ويزيد من فاعلية التعلم وتحسين مخرجاته .

وتعتبر سباحة الزحف على البطن من طرق السباحة التي تتطلب المعرفة والفهم والتحليل الدقيق للمراحل التعليمية والفنية والربط الصحيح بين المعلومات التي يحصل عليها المتعلم وتوجيهه لتنفيذ الواجب الحركي بأقل جهد وفي أقصر وقت ممكن ، ومن هذا المنطلق ومع الإختلاف الواضح بين الطرق المستخدمة في تعليم هذه السباحة أصبح ضرورة لإستخدام وسائل وتكنولوجيا حديثة يمكن أن تسهم في مساعدة المعلم على تقديم المعلومات المعرفية الخاصة بالأداء الفني والتدريبات التعليمية لسباحة الزحف على البطن ومساعدة المتعلمين على الفهم الصحيح والتصور الدقيق للتسلسل الحركي للأداء وكيفية أداء التدريبات بطريقة صحيحة لتحقيق التعلم بصورة أفضل .

(١١ : ١٦)

كما يلعب الاداء الفني الجيد في رياضة السباحة دوراً هاماً في الوصول بالسباح الي أفضل المستويات ولا يأتي ذلك إلا من خلال التدريبات التي يقوم المدرب بتنفيذها بهدف وصول السباح الي دقة الاداء بألية واتقان متكامل . (٢٢ : ١٢٦)

ومن خلال عمل الباحثة كمعلمة لاحظت ان تعليم السباحة من الجانب التطبيقي يعتمد على أسلوب الأوامر (الشرح - أداء النموذج) هو المتبع والذي يعتمد على شرح المعلمة وتقديم نموذج للمهارة وتصحيح بعض الأخطاء الشائعة الأمر الذي لا يراعى الفروق الفردية بين المتعلمين ، وكذلك عدم قدرة أسلوب الأوامر على جذب إهتمام المتعلمين للإشتراك بفاعلية مما يؤدي إلى قصور في تقديم تلك الطرق للمعلومات الخاصة بالمادة والتقدم الغير ملحوظ في النواحي المهارية التي من شأنها أن تحدث تغييراً في مستوى المتعلمين ، ولجعل المتعلم أكثر فاعلية .

وبناءً على ذلك رأت الباحثة ضرورة الإستفادة من إستراتيجيات طرق التدريس و تكنولوجيا التعليم المختلفة في تصميم بيئات تعليمية مختلفة وفعالة في التعلم الحركي والسباحة بصفة عامة وسباحة الزحف على البطن بصفة خاصة .

وترى الباحثة أن التعلم المعكوس يسعى إلى دمج المستحدثات التقنية بالإضافة إلى الحس الفني والإبداعى في تقديم المعلومة بشكل جديد وموجز ومترايط ومشوق في صورة صور ورسومات ثابتة

ومتحركة ومقاطع فيديو. من خلال إيجاد مواقف إيجابية فكان لابد من وضع إستراتيجية تعليمية تتيح للمتعلم ان يكون محوراً أساسياً للعملية التعليمية .

ومما سبق نتضح أهمية البحث الحالي في أنه محاولة لإستخدام التعلم المعكوس في سباحة الزحف على البطن ، إيماناً من الباحثة بضرورة التطور في طرق تعليم وتعلم سباحة الزحف على البطن ، وفي حدود علم الباحثة والرجوع الى الدراسات المرجعية لم يتناول أى بحث إستخدام التعلم المعكوس في تعليم سباحة الزحف على البطن مما دعا الباحثة إلى القيام بهذا البحث " تأثير التعلم المعكوس بإستخدام التوظيف التكنولوجي على مستوى اداء سباحة الزحف على البطن .

هدف البحث: التعرف على تأثير التعلم المعكوس بإستخدام التوظيف التكنولوجي على مستوى اداء سباحة الزحف على البطن .

فروض البحث:

١. توجد فروق دالة احصائياً بين القياسين القبلي - البعدي للمجموعة التجريبية في مستوى اداء سباحة الزحف على البطن قيد البحث لصالح القياس البعدي .
٢. توجد فروق دالة احصائياً بين القياسين القبلي - البعدي للمجموعة الضابطة في مستوى اداء سباحة الزحف على البطن قيد البحث لصالح القياس البعدي .
٣. توجد فروق دالة احصائياً بين القياسين البعديين لمجموعتي البحث التجريبية و الضابطة في مستوى اداء سباحة الزحف على البطن قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية .

مصطلحات البحث:

التعلم المعكوس :

هو إستراتيجية تعليمية توظف التعلم الغير متزامن عن طريق مشاهدة مقاطع فيديو مسجلة للمحاضرات والدروس والتي تحفز الطالب على مشاهدتها كواجبات منزلية قبل الحضور في الصف الذي يخصص زمنه للمشاركة بفعالية في أساليب حل المشكلات بشكل جماعي .(١٩ : ١١٤)

الدراسات المرجعية العربية:

جدول (١)

م	اسم الباحث	عنوان البحث	هدف البحث	المنهج	العينة	أهم النتائج
١	أحمد حمدي (٢٠٢٢م) (١)	تأثير برنامج تعليمي باستخدام التعلم البنائي المدعم إلكترونياً على سباحة الزحف على البطن. عرض البحث إلكترونياً على إطاراً مفاهيمياً تضمن تعلم سباحة الزحف على البطن	أثير برنامج تعليمي باستخدام التعلم البنائي المدعم إلكترونياً على تعلم سباحة الزحف على البطن. عرض البحث إلكترونياً تضمن إطاراً مفاهيمياً تعلم البنائية، ونموذج التعلم البنائي سباعي المراحل، والتعلم البنائي المدعم إلكترونياً.	التجريبي	(٦٠) طالب من طلاب الفرقة الأولى	وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) في متغيرات (مستوى الأداء المهاري) لصالح القياس البعدي ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسيين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) في متغيرات (مستوى الأداء المهاري).

تابع جدول (١)

م	اسم الباحث	عنوان البحث	هدف البحث	المنهج	العينة	أهم النتائج
٢	داليا سليمان (٢٠٢٢م) (٤)	تأثير استخدام التعليم المدمج على بعض نواتج تعلم سباحة الزحف على البطن خلال جائحة كورونا	بناء برنامج تعليمي قائم على الدمج بين التعليم الإلكتروني والتعلم البصري لمقرر مادة سباحة الزحف على البطن لطالبات الفرقة الأولى بنات بكلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات وتأثيره على بعض نواتج التعلم	التجريبي	(٩٠) طالبة	البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب الدمج بين التعليم الإلكتروني والتعلم البصري أدى إلى تحسن المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهارى لسباحة الزحف على البطن والتحصيل المعرفي
٣	رضا عبدالسلام (٢٠٢٢م) (٥)	تأثير توظيف استراتيجية التعلم المعكوس المدعمة إلكترونيا على مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الثلاثي	التعرف على تأثير توظيف استراتيجية التعلم المعكوس المدعمة إلكترونيا على مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الثلاثي	التجريبي	(٥٠) طالبة بالفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق	يؤثر استخدام استراتيجية التعلم المعكوس المدعمة إلكترونيا تأثيرا إيجابيا على مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الثلاثي . يؤثر أسلوب التعلم بالأمر (الطريقة المعتادة) تأثيرا إيجابيا على مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الثلاثي زيادة فاعلية استراتيجية التعلم المعكوس المدعمة إلكترونيا عن أسلوب التعلم بالأمر في تحسين مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الثلاثي

تابع جدول (١)

م	اسم الباحث	عنوان البحث	هدف البحث	المنهج	العينة	أهم النتائج
٤	فايزة محمد (٢٠٢٢م) (١٠)	فاعلية استراتيجيات التعلم المعكوس باستخدام المنصة التعليمية ادمودو "Edmodo" على تطوير المستوى المهاري لطالبات تخصص كرة السلة	التعرف على فاعلية استراتيجيات التعلم المعكوس باستخدام المنصة التعليمية ادمودو "Edmodo" على تطوير المستوى المهاري لطالبات تخصص كرة السلة	التجريبي	(٦٠) طالبة	تفوق أفراد المجموعة التجريبية (التعليم المعكوس) على أفراد المجموعة الضابطة (الأسلوب التقليدي) في القياس البعدي
٥	محمد عبدالقوي (٢٠٢٢م) (١٢)	فاعلية التعلم المعكوس على مخرجات التعلم لبعض مهارات كرة السلة المتغيرات التحصيلية لرياضة كرة السلة للمقرر الدراسي.	التعرف على فاعلية التعلم المعكوس على مخرجات التعلم لبعض مهارات كرة السلة وذلك من خلال المتغيرات التحصيلية لرياضة كرة السلة للمقرر الدراسي.	التجريبي	(٤٠) تلميذاً من تلاميذ الصف الأول الإعدادي	فاعلية استراتيجيات التعلم المعكوس على زيادة مستوى التحصيل المعرفي لمهاري المحاور والتصويب السلمي.

تابع جدول (١)

م	اسم الباحث	عنوان البحث	هدف البحث	المنهج	العينة	أهم النتائج
٦	محمد عزت (٢٠٢٢م) (١٣)	تأثير استخدام برنامج الكورس لاب "Course Lab" على تعلم سباحة الزحف على الظهر والتحصيل الدراسي لطلاب كلية التربية الرياضية	التعرف على تأثير برنامج الكورس لاب على تعلم سباحة الزحف على الظهر والتحصيل الدراسي لطلاب كلية التربية الرياضية	التجريبي	(٦٠) طالب	توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسطي القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى أداء سباحة الزحف على الظهر لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية
٧	مصطفى محمد (٢٠٢٢م) (١٤)	تأثير استخدام التعلم المعكوس على مستوى أداء الضربة الساحقة في التنس للمبتدئين تحت ١٢ سنة	التعرف على تأثير استخدام التعلم المعكوس على مستوى أداء الضربة الساحقة في التنس للمبتدئين تحت ١٢ سنة	التجريبي	(٤٠) مبتدئ	توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين لكلا من المجموعة الضابطة والتجريبية في مستوى أداء الضربة الساحقة في التنس للمبتدئين تحت ١٢ سنة قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية. أسلوب التعلم المعكوس من أفضل أساليب التعلم والتي تستخدم التكنولوجيا الحديثة في تعليم أداء الضربة الساحقة في التنس للمبتدئين تحت ١٢ سنة (قيد البحث).

الدراسات المرجعية الأجنبية:

جدول (٢)

م	اسم الباحث	عنوان البحث	هدف البحث	المنهج	العينة	أهم النتائج
١	بورتون وآخرون Burton , Etal (٢٠١٣م) (٢٠)	تأثيرات الأبياد من خلال النموذج الذاتى بالفيديو على الأداء فى الرياضيات لدى الطلاب المراهقين الذين لديهم توحد وإعاقات فكرية .	التعرف على تأثيرات الأبياد من خلال النموذج الذاتى بالفيديو على الأداء المتمثل فى الرياضيات لدى الطلاب المراهقين الذين لديهم توحد وإعاقات فكرية .	دراسة الحالة الواحدة المتمثل بالتصميم العكسى (A.B.A)	(٤) طلاب ذكور	وجود تحسناً واضحاً فى اداء الطلاب المشاركين .
٢	بيوشورنر وآخرون Beschorner , Etal (٢٠١٣م) (١٨)	إستخدام الأبياد كأداة تعليمية لتسهيل تعلم القراءة والكتابة فى المراحل الاولى .	التعرف على تأثير إستخدام الأبياد كأداة تعليمية لتسهيل تعلم القراءة والكتابة فى المراحل الاولى .	الوصفى	فصلين لرياض الأطفال أعمارهم ٤-٥ سنوات	الأبياد والأجهزة اللوحية المشابهه له يمكن إستخدامها بطرق متعددة كأداة تعليم لدعم تدريس القراءة والكتابة الناشئة فى فصول الطفولة المبكرة
٣	فيندلای وآخرون Findlay,et.,al (٢٠١٤م) (٢١)	أثر تطبيق استراتيجية التعلم المعكوس على مستوى تحصيل الطلاب ووجهات نظرهم فى مقرر مقدمة فى الاعمال التجارية	التعرف على أثر تطبيق استراتيجية التعلم المعكوس على مستوى تحصيل الطلاب ووجهات نظرهم فى مقرر مقدمة فى الاعمال التجارية.	التجريبى	(١١٠) طالباً بالمرحلة الجامعية	فاعلية استراتيجية التعلم المعكوس فى زيادة التحصيل الاكاديمى لطلاب كلية التجارة .

إجراءات البحث :

منهج البحث :

إستخدمت الباحثة المنهج التجريبي بإستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بإستخدام القياس (القبلي - البعدي) وذلك لمناسبته لطبيعة هذا البحث .

مجتمع وعينة البحث:

يمثل مجتمع البحث تلاميذ المرحلة الاعدادية بمدرسة هوريزون والذي يتراوح أعمارهم من (١٢-١٥) سنة و يبلغ عددهم (٥٦) تلميذ ، تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وبلغ قوامها (٤٠) تلميذ تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية يبلغ قوامها (١٥) تلميذ ومجموعة ضابطة يبلغ قوامها (١٥) تلميذ، وتم إختيار عينة الدراسة الإستطلاعية من نفس المجتمع الأصلي للبحث ومن خارج عينة البحث الأساسية و يبلغ قوامها (١٠) تلاميذ، وتم إستبعاد (١٦) تلميذ نظراً لظروفهم الصحية ولتغيبهم وعدم إنتظامهم فى البرنامج التعليمي ، وجدول (٣) يوضح ذلك .

جدول (٣)

توصيف مجتمع وعينة البحث

ن=٥٦

المستبعدون		العينة الاستطلاعية		عينة البحث الأساسية				مجتمع البحث	
				المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية			
%	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد
٢٨,٥٧%	١٦	١٧,٨٥%	١٠	٢٦,٧٨%	١٥	٢٦,٧٨%	١٥	١٠٠%	٥٦

أسباب إختيار العينة :

- تقوم الباحثة بالتدريس للعينة فى المدرسة .
- الالتزام بالمواظبة والحضور .
- توافر الأدوات والأجهزة اللازمة لتطبيق التجربة .

- موافقة إدارة المدرسة على تطبيق إجراءات الدراسة وأهمية الموضوع للدراسة والاستفادة منها في مجالات أنشطة رياضية أخرى ، كما قامت الأكاديمية بتذليل كافة الصعاب وتوفير كافة الإمكانيات اللازمة

التوصيف الإحصائي لمجتمع البحث :

تجانس مجتمع البحث في متغيرات النمو

قامت الباحثة بحساب معامل الالتواء بدلالة كل من المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري لعينة البحث في متغيرات النمو (العمر الزمني ، ارتفاع الجسم ، وزن الجسم ، الذكاء) ، كما يتضح في جدول (٤) .

جدول (٤)

تجانس مجتمع البحث في متغيرات النمو (الطول - الوزن - السن)

ن = ٤٠

م	المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	العمر الزمني	سنة الميلاد	سنة	١٣,٣٤	١٣,٤٥	٠,٣٦	- ٠,٩٢
٢	ارتفاع الجسم	الرستامتر	سم	١٥٢,٢٨	١٥٣,٢٥	٣,٧٥	- ٠,٧٨
٣	وزن الجسم	الميزان الطبي	كجم	٥٤,٥٩	٥٣,٥٠	٣,٨٧	٠,٨٤
٤	الذكاء	اختبار الذكاء	درجة	٤١,٠٥	٤٢,٠٠	٢,٦٢	- ١,٠٩

يتضح من جدول (٤) أن جميع قيم معاملات الالتواء لأفراد عينة البحث الكلية تراوحت بين (- ١,٠٩ : ٠,٨٤) في متغيرات النمو وقد انحصرت هذه القيم ما بين (± ٣) ، مما يشير إلى وقوع عينة البحث الكلية داخل المنحنى الاعتدالي لهذه المتغيرات ، وهذا يدل على تجانس أفراد العينة في هذه المتغيرات .

إعتدالية عينة البحث في الاختبارات البدنية ومستوي أداء سباحة الزحف علي البطن :

قامت الباحثة بحساب معامل الالتواء بدلالة كل من المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري لمجتمع البحث في المتغيرات البدنية قيد البحث (عدو ٢٢م في منحنى ، الوثب العريض من

الثبات ، رمي كرة وزنها ٨٠٠ جم ، ثني الجذع للأمام من الوقوف ، جري الزجراج بطريقة بارو ، التوافق في حركة تمرير الكرة وأستقبالها خلال ٣٠ ث ، التصويب بالكرة علي المستطيلات) ، ومستوي أداء سباحة الزحف علي البطن قيد البحث ، كما يتضح في جدول (٥)

جدول (٥)

إعتدالية مجتمع البحث في الاختبارات البدنية ومستوي

ن=٤٠

أداء سباحة الزحف علي البطن

م	المتغيرات	الإختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	المتغيرات البدنية	عدو ٢٢م في منحني	ثانية	٧,٨٣	٧,٦٧	٠,٦١	٠,٨١
٢		الوثب العريض من الثبات	سم	١٥٥,١٨	١٥٦,٥	٦,٠٩	- ٠,٦٥
٣		رمي كرة وزنها ٨٠٠جم	متر	٧,٧٦	٨,٠٠	٠,٦٧	- ١,٠٧
٤		ثني الجذع للأمام من الوقوف	سم	٩,١٤	٩,٠٠	٠,٤٣	٠,٩٨
٥		جري الزجراج بطريقة بارو	ثانية	١١,٣٧	١١,٢٠	٠,٧٠	٠,٧٣
٦		التوافق في حركة تمرير الكرة وأستقبالها خلال ٣٠ ثانية	عدد	١٦,٧٥	١٦,٠٠	٢,٥٤	٠,٨٩
٧		التصويب بالكرة علي المستطيلات	درجة	٢٥,٦٠	٢٥,٠٠	٢,٨٢	٠,٦٤
٨	مستوي أداء سباحة الزحف علي البطن	الطفو والانزلاق على البطن	درجة	١,٣٢	٢,٠٠	٠,٨٩	٢,٢٩-
٩		ضربات الرجلين	درجة	١,٦٦	٢,٠٠	٠,٧٥	١,٣٦-
١٠		حركات الذراعين	درجة	١,٥٤	٢,٠٠	٠,٩٨	١,٤٠-
١١		التنفس المنتظم	درجة	٢,٩٩	٣,٠٠	٠,٥٥	٠,٠٥-
١٢		مستوي أداء سباحة الزحف على البطن	درجة	١,٤٤	٢,٠٠	٠,٧١	٢,٣٦-

يتضح من جدول (٥) أن جميع قيم معاملات الالتواء لمجتمع البحث تراوحت بين -)

٢,٣٦ : ٠,٩٨) في الاختبارات البدنية ومستوي أداء سباحة الزحف علي البطن قيد البحث وقد

انحصرت هذه القيم ما بين (± 3) ، مما يشير إلى وقوع مجتمع البحث داخل المنحنى الاعتدالي ، وهذا يدل على تجانس مجتمع البحث في هذه المتغيرات.

تكافؤ مجموعتي البحث (التجريبية-الضابطة) في جميع المتغيرات :

أ. تكافؤ مجموعتي البحث (التجريبية-الضابطة) في متغيرات النمو (الطول - الوزن - السن) قيد البحث .

قامت الباحثة بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) في متغيرات النمو (الطول - الوزن - السن- الذكاء) قيد البحث ، كما يتضح في جدول (٦) .

جدول (٦)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات النمو (الطول - الوزن - السن)

ن_١=٢=١٥

قيد البحث

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)
			س	ع	س	ع	
١	العمر الزمني	سنة	١٣,٤٢	٠,٤٧	١٣,٢٨	٠,٣٢	٠,٩٥
٢	ارتفاع الجسم	سم	١٥١,٥٤	٣,٤١	١٥٢,٦٥	٤,٢٨	٠,٧٩
٣	وزن الجسم	كجم	٥٤,٣٥	٣,١٨	٥٥,٢٠	٤,١٤	٠,٦٣
	الذكاء	درجة	٤١,٨٠	٢,٩٦	٤٠,٧٣	٢,٤٥	١,٠٨

قيمة " ت " الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ ودرجات حرية ٤٨ = ٢٠,١٢

يتضح من جدول (٦) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين المجموعتين

التجريبية والضابطة في متغيرات النمو ، مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.

ب. التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) في الاختبارات البدنية ومستوي أداء سباحة

الزحف علي البطن قيد البحث .

قام الباحث بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) في المتغيرات البدنية

قيد البحث (عدو ٢٢م في منحنى ، الوثب العريض من الثبات ، رمي كرة وزنها ٨٠٠جم ، ثني الجذع

للأمام من الوقوف ، جري الزجراج بطريقة بارو ، التوافق في حركة تمرير الكرة وأستقبالها خلال ٣٠ ث ، التصويب بالكرة علي المستطيلات) ومستوي أداء سباحة الزحف علي البطن قيد البحث .

جدول (٧)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البدنية ومستوي أداء سباحة

ن=١٠ ن=٢=١٥

الزحف علي البطن قيد البحث

م	المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)
				ع	س	ع	س	
١	المتغيرات البدنية	عدو ٢٢م في منحني	ثانية	٧,٨٩	٠,٦٧	٧,٧١	٠,٥٢	٠,٨٢
٢		الوثب العريض من الثبات	سم	١٥٥,٦	٦,٣٥	١٥٤,٣	٥,١٦	٠,٦٤
٣		رمي كرة وزنها ٨٠٠جم	متر	٧,٧١	٠,٦٣	٧,٩٥	٠,٧٤	٠,٩٦
٤		ثني الجذع للأمام من الوقوف	سم	٩,٢٠	٠,٥٨	٩,٠٧	٠,٤١	٠,٧١
٥		جري الزجراج بطريقة بارو	ثانية	١١,٢٨	٠,٦١	١١,٥٤	٠,٧٨	١,٠٢
٦		التوافق في حركة تمرير الكرة وأستقبالها خلال ٣٠ ثانية	عدد	١٦,٨٧	٢,٨٦	١٦,١٣	٢,٢٧	٠,٧٩
٧		التصويب بالكرة علي المستطيلات	درجة	٢٤,٩٣	٢,٣٤	٢٥,٨٧	٣,١٥	٠,٩٣
٨	الزحف علي البطن	الطفو والانزلاق علي البطن	درجة	١,٣٤	٠,٨٨	١,٣٥	٠,٧٧	٠,٠٣
٩		ضربات الرجلين	درجة	١,٦٥	٠,٧٦	١,٦١	٠,٤٧	٠,١٧
١٠		حركات الذراعين	درجة	١,٥٣	٠,٩٧	١,٥٨	٠,٨٦	٠,١٤
١١		التنفس المنتظم	درجة	٢,٩٨	٠,٥٧	٢,٨٥	٠,٨٦	٠,٤٨
١٢		مستوي أداء سباحة الزحف علي البطن	درجة	١,٤٢	٠,٧٣	١,٤٩	٠,٦٢	٠,٢٨

قيمة " ت " الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ ودرجات حرية ٤٨ = ٢,٠١٢

يتضح من جدول (٧) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط نتائج القياسات القبالية لمجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) في الاختبارات البدنية ومستوي أداء سباحة الزحف علي البطن قيد البحث ، حيث أن قيمة " ت " الجدولية أكبر من قيمة " ت " المحسوبة ، مما يشير الي تكافؤ مجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) في المتغيرات قيد البحث .

وسائل جمع البيانات :

استطلاع آراء الخبراء :

قامت الباحثة بإعداد استمارات استطلاع آراء الخبراء لتحديد :

• استمارة إستطلاع رأي الخبراء حول أهم الإختبارات البدنية المستخدمة قيد البحث. مرفق (٤)

• إستمارة إستطلاع رأي الخبراء حول الإطار الزمني للبرنامج التعليمي المقترح. مرفق (٩)

استمارة تسجيل البيانات: مرفق (٨)

• استمارة تسجيل بيانات التلاميذ الشخصية حيث اشتملت علي (الإسم - السن - الطول - الوزن - الذكاء).

• استمارة تسجيل الاختبارات البدنية قيد البحث .

• استمارة تسجيل الإختبارات المهارية قيد البحث .

الأجهزة والأدوات المستخدمة :

• جهاز ريستاميتير لقياس الطول (سم) .

• ميزان طبي لقياس الوزن (كجم) .

• هواتف ذكية عليها تطبيق التليجرام .

• شريط قياس الاطوال (سم)

• أقماع بلاستيك - ساعة إيقاف .

• مسطرة مدرجة لقياس المرونة .

• كرات طبية - صافرة .

• حمام سباحة.

• طباشير - لوحات طفو .

الإختبارات المستخدمة قيد البحث

• (إختبار الذكاء المصور) إعداد أحمد نكي صالح مرفق (٣)

• الإختبارات البدنية الخاصة بسباحة الزحف علي البطن قيد البحث: مرفق (٥)

قامت الباحثة بالإطلاع على الدراسات المرجعية والمراجع العلمية المتخصصة بهدف تحديد أهم

الإختبارات البدنية الخاصة بسباحة الزحف علي البطن، ثم قام الباحث بوضعها في إستمارة لعرضها

على (١٠) خبراء فى مجال طرق التدريس والسباحة مرفق (١) ، لتحديد أفضلها فى قياس القدرات البدنية المرتبطة بالبحث ، وجدول (٨) يوضح ذلك

جدول (٨)

نتائج إستطلاع لآراء الخبراء حول أهم الإختبارات التى تقيس القدرات البدنية الخاصة

بسباحة الزحف علي البطن قيد البحث ن=١٠

م	القدرات البدنية	الإختبارات	عدد آراء الإيتفاق	النسبة المئوية	الإختبارات البدنية المختارة
١	القدرة العضلية للزراعين	الوثب العمودى من الثبات لسارجنت	٥	%٥٠	
		الوثب العريض من الثبات	٩	%٩٠	√
		إختبار الوثبات المتتالية	٥	%٥٠	
٢	القدرة العضلية للزراعين	رمى كرة طبية ٨٠٠ جم لأقصى مسافة	٩	%١٠٠	√
		رمى كرة يد بالوثب لأقصى مسافة	٧	%٧٠	
		دفع كرة طبية ٣ كجم	٤	%٤٠	
٣	السرعة الانتقالية	عدو (٢٢م) فى خط مستقيم	٦	%٦٠	
		عدو (٣٠م) فى خط مستقيم	٧	%٧٠	
		عدو (٢٢م) فى منحنى	١٠	%١٠٠	√
٤	الرشاقة	الخطوات الجانبية فى ١٠ ثوانى	٥	%٥٠	
		التحرك الأمامى والخلفى بميل	٦	%٦٠	
		الجرى الزجراجى بطريقة بارو	٥	%٥٠	√
٥	المرونة	الجلوس من الرقود	٧	%٧٠	
		ثنى الجذع خلفاً من الوقوف	٦	%٦٠	
		ثنى الجذع من الوقوف	١٠	%١٠٠	√
٦	الدقة	التصويب على المستطيلات المتداخلة	١٠	%١٠٠	√
		التصويب على الدوائر المتداخلة	٤	%٤٠	
		التصويب على المربعات المتداخلة	٥	%٥٠	
٧	التوافق	التوافق فى حركة تمرير الكرة وأستقبالها خلال ٣٠ ثانية	٩	%٩٠	√
		الدوائر المرقمة	٤	%٤٠	
		الوثب بالحبل للأمام	٥	%٥٠	

يتضح من جدول (٨) نتائج إستطلاع رأى الخبراء حول أهم الإختبارات التى تقيس القدرات البدنية الخاصة بسباحة الزحف علي البطن قيد البحث ، حيث إرتضت الباحثة والسادة الخبراء والمشرفين بالإختبارات الخاصة على ٩٠% فأكثر .

استمارة تقييم مستوى الاداء مرفق (٦)

بالدرجة عن طريق لجنة تحكيم مكونة من ثلاثة من المدربين لا تقل الخبرة عن ١٠ سنوات فى مجال السباحة ، وتم تقييم مستوى الاداء بدرجة من (٥) درجات لكل مرحلة من مراحل سباحة الزحف علي البطن فى كلا من القياس القبلى والقياس البعدى وفقاً لأراء الخبراء ثم قامت بإيجاد المتوسط الحسابى لدرجات المكمن لكل طفل

البرنامج التعليمى قيد البحث: مرفق(١١)

الهدف العام للبرنامج:

هو معرفة تأثير التعلم المعكوس بإستخدام التوظيف التكنولوجي على مستوى اداء سباحة الزحف

على البطن

أسس وضع البرنامج:

- ملائمة محتوى البرنامج لمستوى وقدرات أفراد عينة البحث.
- توافر الإمكانيات والأدوات المستخدمة فى البرنامج.
- أن يراعى البرنامج خصائص النمو لهذه المرحلة.
- أن يتناسب محتوى البرنامج مع أهدافه.
- أن يتحدى محتوى البرنامج قدرات التلاميذ بما يسمح بإستثارة دوافعهم.
- أن يتميز البرنامج بالبساطة والتنوع.
- مرونة البرنامج وقبوله للتطبيق العملى.
- التدرج من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب.
- أن يراعى الفروق الفردية بين التلاميذ .

- يكسب التلاميذ المعارف المرتبطة بتعلم سباحة الزحف علي البطن قيد البحث.
- يراعى عوامل الأمن والسلامة عند التطبيق.
- أن يتيح البرنامج فرصة للاشتراك والممارسة لكل التلاميذ فى وقت واحد.
- يساعد فى تقويم مستوى التلاميذ وتعديل أخطائهم .

• **محتوى البرنامج :**

- ✓ قامت الباحثة بحصر الخطوات التعليمية ومراحل الأداء الفنى بسباحة الزحف علي البطن ،
- ✓ قامت الباحثة بوضع لقطات الفيديو التى توضح الخطوات التعليمية وطريقة الاداء وما يجب مراعاته عند أداء بعض بسباحة الزحف علي البطن .
- ✓ قامت الباحثة بتنزيل تطبيق التليجرام وقام بإنشاء مجموعة عليه .
- ✓ أرسلت الباحثة لينك المجموعة وقام بالزام المبتدئين فى تنزيل البرنامج والدخول الى المجموعة.
- ✓ قامت الباحثة بإرسال الفيديوهات الخاصة بكل مهارة قبل الوحدة التعليمية بيوم وسمح للتلاميذ بالمناقشة حول ما يرونه داخل الفيديو .
- ✓ تم النقاش حول الخطوات التعليمية ومراحل الأداء الفنى بسباحة الزحف علي البطن عن طريق تقسيم التلاميذ الى مجموعات صغيرة لضمان حصول كل تلميذ على وقت كافى لمناقشة أفكاره حول سباحة الزحف علي البطن قيد البحث ، وهل له استفسار عن طريقة الأداء أو التدريبات .
- ✓ تنفيذ التدريبات التى تم مشاهدتها على تطبيق التليجرام .

• **الخطة الزمنية لتطبيق البرنامج :**

- قام الباحث بإعداد البرنامج بحيث يشمل على (٨) أسابيع بواقع (٢) وحدة تعليمية فى الإِسبوع ، وزمن الوحدة التعليمية (٦٠) دقيقة لكل وحدة ، وجدول (١٦) يوضح التوزيع الزمنى لنموذج للوحدة التعليمية لعينتى البحث .

الإطار الزمنى للبرنامج التعليمى المقترح : مرفق (٨)

قامت الباحثة بإعداد إستمارة لإستطلاع رأى الخبراء لتحديد الفترة الزمنية اللازمة لتنفيذ البرنامج التعليمي المقترح .

وجدول (٩) يوضح آراء السادة الخبراء فى تحديد الفترة الزمنية اللازمة لتنفيذ البرنامج التعليمي المقترح لتلاميذ الصف الاول الاعدادي .

جدول (٩)

نتائج إستطلاع رأى الخبراء حول تحديد الفترة الزمنية لأجزاء

البرنامج والنسبة المئوية لتحديد التوزيع الزمنى للبرنامج ن = ١٠

م	محتوي البرنامج المقترح	المقترحات	التكرار	النسبة المئوية	المحتوى المختار
١	تحديد الفترة الكلية للبرنامج	٦ أسابيع (شهر ونصف)	٥	٥٠%	√
		٨ أسابيع (شهرين)	١٠	١٠٠%	
		١٠ أسابيع (شهرين)	٤	٤٠%	
٢	تحديد عدد الوحدات التعليمية اليومية فى الاسبوع الواحد	وحدتان	٩	٩٠%	√
		٣ وحدات	٥	٥٠%	
		٤ وحدات	٣	٣٠%	
٣	تحديد زمن الوحدة التعليمية خلال البرنامج التعليمي	٩٠ دقيقة	٢	٢٠%	√
		٦٠ دقيقة	١٠	١٠٠%	
		٤٥ دقيقة	٤	٤٠%	

يتضح من جدول (٩) نتائج استطلاع الخبراء حول تحديد الفترة الزمنية لأجزاء البرنامج والنسبة المئوية لتحديد التوزيع الزمنى للبرنامج حيث إرتضت الباحثة والسادة المشرفين بنسبة مئوية قدرها (٩٠%) فأكثر من آراء الخبراء فى التوزيع الزمنى للبرنامج .

المجموعة الضابطة:

تم تعليم المجموعة الضابطة بأسلوب (الشرح - أداء النموذج) ويتم التدريس داخل الوحدة الذى يتمثل فى الشرح اللفظى وأداء النموذج العملى ، وقد تم مراعاة الأسس العلمية السليمة أثناء التطبيق ، وتم مراعاة التالى عند تنفيذ تجربة البحث:

- قيام الباحثة بالعملية التعليمية لتوحيد متغير التعلم.
- مراعاة عامل الوقت للمجموعتين حتى لا تتأثر مجموعة دون الأخرى بفارق التوقيت.
- تجهيز الأدوات اللازمة ومكان التطبيق .

المجموعة التجريبية:

إستخدمت المجموعة التجريبية تطبيق التليجرام، وقد إستغرقت مدة التنفيذ (٨) أسابيع بواقع (وحدتين تعليميتين) أسبوعيا لمدة (٦٠) دقيقة ، حيث تم ضبط الأعمال الإدارية ومشاهدة الصور والفيديوهات على تطبيق التليجرام قبل الوحدة بيوم وقامت الباحثة بتنظيم ساعة محددة فى اليوم للمشاهدة والمناقشة والحوار ، ثم استكملت إجراءات الوحدة التعليمية .

الدراسة الاستطلاعية:

أجريت الدراسة الإستطلاعية فى الفترة الأحد الموافق ٢٠٢٤/٤/٦م الى الثلاثاء الموافق ٢٠٢٤/٤/١١م على عينة إختيرت بالطريقة العشوائية من تلاميذ الصف الاول الاعدادي بمدرسة هوريزون الذين يتراوح أعمارهم من (١٢ - ١٥) سنة من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية وقوامها (١٠) تلاميذ .

حيث قام الباحث بإجراء دراسة إستطلاعية للتعرف على النواحي الإدارية والفنية والتنظيمية الخاصة بتطبيق الإختبارات قيد البحث ، والتي تم تحديدها فيما يلى:

- التأكد من سهولة القياسات .
 - إختيار الأماكن المناسبة لإجراء القياسات .
 - تحديد زمن إجراء القياسات .
 - التأكد من المعاملات العلمية للإختبارات (الصدق - الثبات) .
 - التأكد من مدى ملائمة الإختبارات والقياسات المستخدمة .
 - التعرف على مدى صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة قيد البحث .
- المعاملات العلمية للاختبارات البدنية والاختبارات المهارية قيد البحث :

معامل الصدق .

قام الباحث بحساب صدق الاختبارات باستخدام طريقة صدق التمايز بين مجموعتين من متساويتين في العدد أحدهما مميزة وعددهم (١٨) ناشئين الذين يتراوح أعمارهم من (١٢ - ١٥) سنة والمجموعة الأخرى غير المميزة وعددهم (١٠) مبتدئين الذين يتراوح أعمارهم من (١٢ - ١٥) سنة وهي عينة البحث الاستطلاعية من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية ، كما يتضح في جدول ، كما يتضح في جدول (١٠) .

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في الاختبارات البدنية

ومستوي أداء سباحة الزحف على البطن قيد البحث

$$١٠ = ٢ ن = ١ ن$$

م	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة	
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	عدو ٢٢م في منحنى	ثانية	٦,٣٨	٠,٤٨	٧,٨٧	٠,٦٥
٢	الوثب العريض من الثبات	سم	١٦٩,٩٥	٦,٢١	١٥٥,٣٠	٦,١٧
٣	رمي كرة وزنها ٨٠٠جم	متر	٩,٦٥	٠,٧٣	٧,٨٢	٠,٦٩
٤	ثني الجذع للأمام من الوقوف	سم	١٠,٣٥	٠,٥٢	٩,٠٥	٠,٣٨
٥	جري الزجراج بطريقة بارو	ثانية	٩,٥٨	٠,٦٧	١١,٣٢	٠,٦٤
٦	التوافق في حركة تمرير الكرة وأستقبالها خلال ٣٠ ثانية	عدد مرات	٢٢,٦٠	٢,٨٤	١٦,٤٠	٢,٣٦
٧	التصويب بالكرة علي المستطيلات	درجة	٣٢,٥٠	٢,٩٥	٢٥,٧٠	٢,٩٣
٨	الطفو والانزلاق على البطن	درجة	٢,٩٨	٠,٧٨	١,٣١	٠,٨٤
٩	ضربات الرجلين	درجة	٣,٦٥	٠,٣٦	١,٦٢	٠,٧٢
١٠	حركات الذراعين	درجة	٣,٤٨	٠,٤٨	١,٥١	٠,٩٠
١١	التنفس المنتظم	درجة	٤,١٥	٠,٣٩	٢,٩٤	٠,٥٣
١٢	مستوي أداء سباحة الزحف على البطن	درجة	٣,٥٥	٠,٥٤	١,٤٠	٠,٧٨

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ ودرجات حرية ١٨ = ٢,١٠١

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البدنية والاختبارات المهارية قيد البحث بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة لصالح المجموعة المميزة ، مما يعطي دلالة مباشرة علي صدق تلك الاختبارات .

معامل الثبات .

قام الباحث بإيجاد معامل الثبات عن طريق تطبيق الاختبارات ثم إعادة تطبيقها مرة أخرى وذلك على عينة البحث الاستطلاعية وعددهم (١٠) مبتدئين الذين يتراوح أعمارهم من (١٢ - ١٥) سنة من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث بفواصل زمني ثلاثة أيام (٧٢ ساعة) بين نتائج التطبيق الأول والتطبيق الثاني ، كما يتضح في جدول (١١) .

جدول (١١)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للعينة الاستطلاعية في الاختبارات البدنية
و مستوى أداء سباحة الزحف على البطن قيد البحث
ن = ١٠

م	الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة (ت) المحسوبة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	عدو ٢٢م في منحني	ثانية	٧,٨٧	٠,٦٥	٧,٨٥	٠,٦٣	٠,٨٩
٢	الوثب العريض من الثبات	سم	١٥٥,٣٠	٦,١٧	١٥٥,٥٠	٦,٢٧	٠,٩٠
٣	رمي كرة وزنها ٨٠٠جم	متر	٧,٨٢	٠,٦٩	٧,٨٧	٠,٧١	٠,٨٨
٤	ثني الجذع للأمام من الوقوف	سم	٩,٠٥	٠,٣٨	٩,١٠	٠,٤٠	٠,٩٠
٥	جري الزجراج بطريقة بارو	ثانية	١١,٣٢	٠,٦٤	١١,٢٦	٠,٥٨	٠,٨٦
٦	التوافق في حركة تمرير الكرة وأستقبالها خلال ٣٠ ثانية	عدد مرات	١٦,٤٠	٢,٣٦	١٦,٦٠	٢,٤٢	٠,٨٧
٧	التصويب بالكرة علي المستطيلات	درجة	٢٥,٧٠	٢,٩٣	٢٥,٨٠	٢,٩٥	٠,٩١
٨	الطفو والانزلاق على البطن	درجة	١,٣١	٠,٨٤	١,٣٣	٠,٨١	٠,٨٩
٩	ضربات الرجلين	درجة	١,٦٢	٠,٧٢	١,٦١	٠,٧٥	٠,٩٠
١٠	حركات الذراعين	درجة	١,٥١	٠,٩٠	١,٥٤	٠,٩١	٠,٨٨
١١	التنفس المنتظم	درجة	٢,٩٤	٠,٥٣	٢,٩٥	٠,٥٥	٠,٨٥
١٢	مستوي أداء سباحة الزحف على البطن	درجة	١,٤٠	٠,٧٨	١,٤٤	٠,٧٩	٠,٨٤

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ ودرجات حرية ٩ = ٠,٦٠٢

يتضح من جدول (١١) وجود علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥

و درجات حرية ٩ بين التطبيق وإعادة التطبيق في الاختبارات البدنية والاختبارات المهارية قيد البحث ، مما يعطي دلالة مباشرة علي ثبات تلك الاختبارات.

الإجراءات التنفيذية للبحث :

القياس القبلي :

قامت الباحثة بإجراء القياس القبلي علي عينة البحث الأساسية في الإختبارات البدنية ومستوي أداء سباحة الزحف علي البطن قيد البحث ، وذلك في يومي ١٣-١٤/٤/٢٠٢٤ م .

تنفيذ البرنامج التعليمي :

بعد أن تأكدت الباحثة من تكافؤ مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) قامت بتنفيذ تجربة البحث الأساسية في الفترة من الاثنين الموافق ١٥/٤/٢٠٢٤م الى الخميس الموافق ٦/٦/٢٠٢٤م.

القياسات البعدية:

بعد الإنتهاء من تطبيق البرنامج التعليمي المقترح على كلاً من المجموعتين الضابطة والتجريبية تم إجراء القياس البعدي في مستوي أداء سباحة الزحف علي البطن قيد البحث ، وذلك في يومي ٨-٩/٦/٢٠٢٤ م .

المعالجات الإحصائية:

قامت الباحثة بعد جمع البيانات وتسجيل القياسات المختلفة للمتغيرات التي استخدمت في هذا البحث بإجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لتحقيق الأهداف والتأكد من صحة الفروض باستخدام القوانين الإحصائية وكذلك الحاسب الآلي باستخدام البرنامج الإحصائي "SPSS" وتم حساب ما يلي

:

Mean .	المتوسط الحسابي .
Median .	الوسيط .
Standard Deviation .	الانحراف المعياري .
Skewness .	معامل الالتواء .
Paired Samples T Test .	اختبار دلالة الفروق (ت) .
Correlation (person) .	معامل الارتباط البسيط (بيرسون) .
Percentage of Progress .	نسب التحسن .

وارتضى الباحث بمستوي معنوية ٠,٠٥

نموذج لوحة تجريبية

الوحدة الأولى

زمن الدرس: ٦٠ق

الأسبوع : الأول

الهدف المهارى: تعليم الطفو والانزلاق على البطن

الأدوات	المحتوى	أجزاء الدرس
أجهزة لوحية	مشاهدة الفيديوهات الخاصة بمهارة الطفو والانزلاق على البطن والتدريبات الخاصة بها على تطبيق التليجرام	مشاهدة (١٥ق)
حمام سباحة	(وقوف) أداء لفتين حول حمام سباحة من الجري (الجري حول حمام سباحة لفتين).	إحماء (٥ق)
أعلام	سرعة : (وقوف) العدو لمسافة ٣٠م بدء عالي. قوة عضلية : (انبطاح مائل) فتح الرجلين وضمها. رشاقة : (وقوف) الجري الزجراجي بين الأعلام. مرونة : (وقوف) اللمس السفلي والجانبى.	إعداد بدني (١٠ق)

حمام سباحة	<p>تطبيق ما شاهدوه داخل الفيديوهات</p> <p>أداء طفو التكور تسحب الرجلين تجاه البطن مع القبض عليها والذقن تجاه البطن للأداء المهاري للحصول على الوضع بسهولة</p> <p>التكور وترك الجسم يطفو على سطح الماء ومسك الركبتين</p> <p>تكور للطفو على سطح الماء مع ترك اليدين للركبتين</p> <p>تكور ثم الطفو على سطح الماء ثم ترك الركبتين ثم العودة للتكور مرة أخرى</p> <p>عمل مسابقة لأطول فترة ثبات في طفو التكور .</p>	الجزء التعليمي والتطبيقي (٢٥ق)
	<p>-تمريبات تهدئة واسترخاء .</p> <p>-لعبة صغيرة.</p>	الختام (٥ق)

عرض ومناقشة النتائج:

عرض نتائج الفرض الأول :

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية

في سباحة الزحف على البطن قيد البحث ن=١٥

م	الإختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		قيمة (ت) المحسوبة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	الطفو والانزلاق على البطن	درجة	١,٣٤	٠,٨٨	٣,٩٩	٠,٦٦	٩,٠١
٢	ضربات الرجلين	درجة	١,٦٥	٠,٧٦	٤,٥٦	٠,٥٤	١١,٦٧
٣	حركات الذراعين	درجة	١,٥٣	٠,٩٧	٤,٨٨	٠,٥٥	١١,٢٤
٤	التنفس المنتظم	درجة	٢,٩٨	٠,٥٧	٤,٩٥	٠,٤٢	١٠,٤١
٥	مستوى أداء سباحة الزحف على البطن	درجة	١,٤٢	٠,٧٣	٤,٦٧	٠,٦١	١٢,٧٨

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ ودرجات حرية ١٤ = ٢,١٤٥

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدى

للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى في سباحة الزحف على البطن قيد البحث. عرض نتائج الفرض الثانى:

جدول (١٣)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة

في سباحة الزحف على البطن قيد البحث ن=١٥

م	الإختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		قيمة (ت) المحسوبة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	الطفو والانزلاق على البطن	درجة	١,٣٥	٠,٧٧	٢,٣٦	٠,٧٢	٣,٥٨
٢	ضربات الرجلين	درجة	١,٦١	٠,٤٧	٢,٧٨	٠,٤٤	٦,٧٩
٣	حركات الذراعين	درجة	١,٥٨	٠,٨٦	٢,٦٩	٠,٧٩	٣,٥٥
٤	التنفس المنتظم	درجة	٢,٨٥	٠,٨٦	٣,٥٥	٠,٧١	٢,٣٤
٥	مستوى أداء سباحة الزحف على البطن	درجة	١,٤٩	٠,٦٢	٢,٦٨	٠,٥٢	٥,٥٠

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ ودرجات حرية ١٤ = ٢,١٤٥

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي في سباحة الزحف علي البطن قيد البحث قيد البحث .
عرض نتائج الفرض الثالث:

جدول (١٤)

دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة

في سباحة الزحف علي البطن قيد البحث ن=٢=١٥

م	الإختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	الطفو والانزلاق على البطن	درجة	٣,٩٩	٠,٦٦	٢,٣٦	٠,٧٢	٦,٤٦
٢	ضربات الرجلين	درجة	٤,٥٦	٠,٥٤	٢,٧٨	٠,٤٤	٩,٨٩
٣	حركات الذراعين	درجة	٤,٨٨	٠,٥٥	٢,٦٩	٠,٧٩	٨,٨١
٤	التنفس المنتظم	درجة	٤,٩٥	٠,٤٢	٣,٥٥	٠,٧١	٦,٥٧
٥	مستوى أداء سباحة الزحف على البطن	درجة	٤,٦٧	٠,٦١	٢,٦٨	٠,٥٢	٩,٦١

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ ودرجات حرية ٢٨ = ٢,٠٤٨

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية في سباحة الزحف علي البطن وأختبار التحصيل المعرفي قيد البحث .

ثانياً: مناقشة النتائج:

مناقشة الفرض الأول للبحث :

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي

للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في سباحة الزحف علي البطن قيد البحث قيد البحث .

وترجع الباحثة أن أسلوب التعلم المعكوس يعتبر أحد الحلول التقنية الحديثة لعلاج ضعف

التعلم التقليدي ، فالتعلم المعكوس أسلوب تدريس يتضمن استخدام التقنية للإستفادة من التعلم في

العملية التعليمية ، بحيث يمكن للمعلم قضاء المزيد من الوقت في التماثل والمناقشة بين المتعلمين

بدل من التعليم التقليدي ، حيث يقوم المتعلمين بمشاهدة عرو فيديو قصيرة فى المنزل ، ويبقى الوقت الأكبر فى مناقشة المحتوى داخل الوحدة . وهذا يتفق مع نتائج دراسة الشيماء السيد (٢٠١٩م)(٢)

كما يتفق ذلك مع نتائج دراسة كلا من مهدي سالم (٢٠٠٢م)(١٥) ، إلى التأثير الإيجابى لإستخدام تكنولوجيا التعليم فى العملية التعليمية بحيث تجعل المتعلم محور العملية التعليمية والمعلم موجهاً ومرشداً ومهيباً للجو التعليمى وهذا ما تسعى إليه التربية الحديثة .

وهذا التقدم فى المستوى المهارى فى سباحة الزحف علي البطن للمجموعة التجريبية إلى إستخدام استراتيجية التعلم المعكوس بإستخدام تطبيق تيلجرام والتي تأسست على تزويد أفراد المجموعة التجريبية بمجموعة من الفيديوها والصور موضح بها الخطوات التعليمية ومراحل الأداء الفنى لكل مرحلة من مراحل الاداء من خلال النص المكتوب والصور التوضيحية الثابتة والمتحركة ليقوم المبتدئ بالاطلاع على الوحدة بالمنزل قبل البدء فى الوحدة الرسمية ، وأثناء الوحدة تم عقد جلسات للمناقشة لإحداث التفاعل بين المبتدئين والإستماع لبعضهم البعض ، ولا ننسى دور المعلم الرئيسى فى توضيح ما يختلفوا حوله ، كل هذا أسهم بشكل فعال فى تعلم وإتقان الاداء الأمر الذى انعكس بشكل ايجابى فى زيادة التحصيل المعرفى لدى التلاميذ .وتتفق كل هذه النتائج مع دراسة كلاً من سالى عبداللطيف(٢٠١٦م)(٦)،صفاءلطفى (٢٠١٧م)(٧)،فاطمة محمود (٢٠١٧م)(٩)

مناقشة نتائج الفرض الثانى للبحث :

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي فى سباحة الزحف علي البطن قيد البحث .

وترجع الباحثة تلك النتيجة إلى أن البرنامج التعليمى المتبع الذى يستخدم الطريقة المتبعة (الشرح اللفظى - النموذج) فى تدريس الجزء النظرى لسباحة الزحف علي البطن قيد البحث المجموعة الضابطة له تأثير إيجابى على مستوى نتيجة إعطاهم المعلومات والمعارف المتمثلة فى تاريخ وقانون ومستوى أداء للسباحة، كل ذلك ادى إلى تصور كامل وعميق للمهارات الحركية ، كما أدى إلى تنمية

المعارف والمعلومات لديهم من خلال مسارات تربوية هادفة ، بجانب تعودهم على طبيعة تلك الطريقة المتبعة (الشرح اللفظي - النموذج) والتي تكون فيه كل تلميذ متلقي لكل ما يقال له .

وتعتمد الطريقة المتبعة في التدريس بشكل أساسي على إعطاء فكرة واضحة عن كيفية الأداء السليم وتقديم المعارف والمعلومات المرتبطة بسباحة الزحف علي البطن قيد البحث من منطلق أنه لا بد من أن يجمع بين الممارسة والمعرفة وإلى إنتظام عملية البحث في العملية التعليمية وجهود القائم بالعملية التعليمية للتلاميذ.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن التدريس بالطريقة التقليدية والتي تعتمد على التقديم اللفظي من قبل المعلم عن المهارة وأداء النموذج العملي بصورة مبسطة لمراحل الأداء الفني لكل مرحلة من مراحل سباحة الزحف علي البطن، ثم قيام المعلمة بعرض النموذج عدة مرات حتى يتم التأكد من مشاهدة جميع التلاميذ للمهارة قيد البحث ، وتعليم التلاميذ تدريبات مبسطة ثم تدريبات أكثر تعقيداً ، بالإضافة الى قيام المعلم بتصحيح الأخطاء الفنية للتلاميذ فور ظهورها مما أثر إيجابياً على مستوى الاداء قيد البحث، ويتفق هذا مع نتائج دراسة ندى محفوظ وآخرون (٢٠٢١م)(١٦)

ويعزو الباحثة النتيجة إلى أن المعلم في الطريقة التقليدية (الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي) يقدم المزيد من المعلومات حول سباحة الزحف علي البطن (قيد البحث) وخطواتها التعليمية كما يقدم معلومات عن الأخطاء الشائعة التي قد تحدث أثناء الأداء وبالتالي فإن أي معلومات تقدم للمبتدئين أثناء الوحدة التعليمية سوف تزيد من حصيلتهم المعرفية وتجعل هناك تقدم بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي .

مناقشة الفرض الثالث للبحث :

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية في سباحة الزحف علي البطن قيد البحث ، وشكل (٤) يوضح ذلك .

وترجع الباحثة سبب تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في الاداء المهارى إلى فأعلية استراتيجية التعلم المعكوس وهى إحدى الإستراتيجيات التدريسية الحديثة الامر الذى ساعد التلاميذ على قضاء المزيد من الوقت فى التعلم المسبق ، والتحضير الجيد للوحدة عن طريق التفاعل مع المحتوى التعليمى من الصور والفيديوهات على تطبيق التيلجرام والتي تم تزويدهم بها مسبقاً وهذا يعطى وقت الوحدة الأصلية مزيداً من النقاش والثراء . وهذا يتفق مع نتائج دراسة كلاً من الشيماء السيد (٢٠١٩م)(٢) .

كما أن تقدم المجموعة التجريبية أيضاً يرجع إلى اختلاف دور المعلم فى البرنامج التعليمى المقترح إختلافاً كبيراً عن الطريقة المعتادة ، حيث أن دور المعلم فى اسلوب التعلم المعكوس موجه ومساعد ويشيرف على سير الأنشطة التعليمية ، ومقديماً للدعم المبتدئين الذين بحاجة لمزيد من التقوية فيتمكن المعلم قضاء مزيد من الوقت مع المتعلمين بدلاً من تلقين الدروس .

وهذا يتفق مع نتائج دراسة كلاً فيندلاى وآخرون Findlay,et.,al (٢٠١٤م)(٢١) ، محمد

عزت (٢٠٢٢م)(١٣) ، مصطفى محمد (٢٠٢٢م)(١٤)

في حين أن الطريقة التقليدية باستخدام الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي التي خضع لها المبتدئين للمجموعة الضابطة تنظر إليهم علي أنهم مجرد مستقبلين ومتلقين للمعلومات فقط ، فيكون دورهم سلبي في العملية التعليمية مما يقلل من دافعتهم للتعلم.

الإستنتاجات:

١. توجد فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي - البعدي للمجموعة التجريبية فى مستوى اداء سباحة الزحف على البطن قيد البحث لصالح القياس البعدي .
٢. توجد فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي - البعدي للمجموعة الضابطة في مستوى اداء سباحة الزحف على البطن قيد البحث لصالح القياس البعدي .
٣. توجد فروق دالة احصائيا بين القياسين البعديين لمجموعتي البحث التجريبية و الضابطة في مستوى اداء سباحة الزحف على البطن قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية .

التوصيات:

- استخدام التعلم المعكوس بإستخدام تطبيق تيلجرام فى تعلم سباحة الزحف على البطن والتحصيل المعرفى .
- تشجيع المعلمين على إستخدام الاستراتيجيات الحديثة فى التدريس وخاصة تطبيق التيلجرام على الهاتف المحمول لما لها أثر إيجابى فى تحسين مستوى أدا سباحة الزحف على البطن.
- إجراء دراسات مماثلة بإستخدام أساليب جديدة مبتكرة مع مراحل سنوية مختلفة بصفة عامة.
- الأهتمام بإقامة الندوات والمحاضرات فى الادارات التعليمية بشكل خاص والمؤسسات المنوطة عن الرياضة لزيادة التوعية بأهمية إستخدام الاستراتيجيات الحديثة المدعمة بالتكنولوجيا على الاداء المهارى والتحصيل المعرفى .
- التشجيع على استغلال التطبيقات الذكية التى تخدم العملية التعليمية بصورة أكثر شمولية .

المراجع العربية:

١. أحمد حمدي (٢٠٢٢م): تأثير برنامج تعليمي باستخدام التعلم البنائي المدعوم إلكترونيا على تعلم سباحة الزحف على البطن ، مجلة بحوث التربية الشاملة ، ع ١ ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق .
٢. الشيماء السيد (٢٠١٩م): فاعلية استراتيجية التعليم المعكوس باستخدام تطبيق الواتس اب على تعلم سباحة الزحف على الظهر والتحصيل المعرفي ، مجلة جامعة مدينة السادات للتربية البدنية والرياضية ، العدد (٣١) ، كلية التربية الرياضية ، جامعة السادات .
٣. حسن شحاته (٢٠٠١م): مفاهيم جديدة لتطوير التعليم ، مكتبة الدار العربية ، القاهرة.
٤. داليا سليمان (٢٠٢٢م): تأثير استخدام التعليم المدمج على بعض نواتج تعلم سباحة الزحف على البطن خلال جائحة كورونا ، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية المتخصصة ، مج ١٢ ، ع ٢ ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسوان.

٥. **رضا عبدالسلام (٢٠٢٢م):** تأثير توظيف استراتيجيات التعلم المعكوس المدعومة إلكترونيا على مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب الثلاثي ، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، ع٦١، ج١ ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسبوط .
٦. **سالى عبداللطيف (٢٠١٦م):** تأثير استخدام استراتيجيات التعلم المقلوب على تنمية الجانب المعرفى ومهارات التفكير الإبداعي فى درس التربية الرياضية لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا ، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، ع٧٧ ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .
٧. **صفاء لطفى (٢٠١٧م):** تأثير استخدام الصف المعكوس فى تعلم بعض مهارات كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .
٨. **عاطف أبو حميد (٢٠١٣م):** تكنولوجيا التعليم المعاصر وتطوير المنهاج ، دار وائل للنشر ، عمان .
٩. **فاطمة محمود (٢٠١٧م):** تأثير استخدام استراتيجيات التعلم المعكوس على بعض نواتج التعلم لمادة التربية الحركية لطالبات كلية التربية الرياضية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة حلوان .
١٠. **فايزة محمد (٢٠٢٢م):** فاعلية استراتيجيات التعلم المعكوس باستخدام المنصة التعليمية ادمودو "Edmodo" على تطوير المستوى المهاري لطالبات تخصص كرة السلة ، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، ع٩٤، ج١ ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .
١١. **محمد حامد البلتاجى (٢٠٠٠م):** تأثير استخدام الوسائل السمعية البصرية على تعلم السباحة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .

١٢. محمد عبدالقوي (٢٠٢٢م): فاعلية التعلم المعكوس على مخرجات التعلم لبعض مهارات كرة السلة ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، مج ٧١ ، ع ١٣٩٤ ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق .
١٣. محمد عزت (٢٠٢٢م): تأثير استخدام برنامج الكورس لآب "Course Lab" على تعلم سباحة الزحف على الظهر والتحصيل الدراسي لطلاب كلية التربية الرياضية ، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، ع ٦١٤ ، ج ١ ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط .
١٤. مصطفى محمد (٢٠٢٢م): تأثير استخدام التعلم المعكوس على مستوى أداء الضربة الساحقة في التنس للمبتدئين تحت ١٢ سنة ، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، مج ٢٩ ، ع ١١٤ ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها.
١٥. مهدي سالم (٢٠٠٢م): تقنيات ووسائل التعليم ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
١٦. ندى محفوظ وآخرون (٢٠٢١م): تأثير استخدام التعلم المعكوس على مستوى أداء مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة ، مجلة نظريات وتطبيقات التربية البدنية وعلوم الرياضة ، المجلد (٣٦) ، العدد (١) ، كلية التربية الرياضية ، جامعة مدينة السادات .

المراجع الأجنبية:

١٧. **Bergmann. J.. & Sams. A (٢٠١٢):** flip your class room Every Student in Every Class Every Day, Washington, DC International Society for Technology in Education
١٨. **Beschorner , b. & Hutchison, a.(٢٠١٣):** ipads as a literacy teaching tool in early childhood , international journal of education in mathematics , science and technology , ١(١) , ١٦-٢٤ .
١٩. **Bishop. J.. & Averleger. M(٢٠١٣):** the flipped class room a survey of the research Paper presented at the ١٢٠ th ASEE Conference & Exposition
٢٠. **Butron , c.E.,Anderson , d. h., prater, m. a., & dyches, t. T.(٢٠١٣):** video self-modeling on an ipad to teach functional math skills to

adolescents with autism and intellectual disability . focus on autism and other developmental disabilities , ๒๙(๒) .

๒๑. **Findlay. T.. et..al** (๒๐๑๕): Evaluation of A flipped classroom in an undergraduate business course, Business Education & Accreditation, ๖(๑)
๒๒. **Sheila Taromina** (๒๐๑๕): “Swim Speed Strokes For Swimmers and Triathletes , Velo Press: USA
๒๓. **Tune. J.. Sturek. M.. & Basile. D** (๒๐๑๓): flipped classroom model improves graduate student performance in cardiovascular, respiratory, and renal physiology, Advances in Physiology Education