

أثر التغذية الراجعة بالفيديو في تحسين بعض مهارات سباحة الصدر لدى الفئة العمرية 9 - 12 سنة.

¹ أوكيلي صلاح الدين؛ ² أوحسين إبراهيم؛ ³ د/صغير نور الدين
^{1,2,3}،² طالبة دكتوراه، ³ أستاذ محاضر

معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة محمد بوضياف للعلوم والتكنولوجيا

وهران - الجزائر

مخبر النشاط البدني للطفل و المراهق - وهران - الجزائر

تاريخ النشر: 2019/12/29	تاريخ القبول: 2019/12/11	تاريخ الارسال: 2019/10/28
-------------------------	--------------------------	---------------------------

الملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى فاعلية التغذية الراجعة بالفيديو في تحسين بعض مهارات سباحة الصدر لدى الفئة العمرية 9 - 12 سنة ، حيث أجرى الباحثين دراسة عدد الأصغر في نادي شباب مغنية حيث شملت الدراسة على 20 سباحا مقسمة على عينتين بالتساوي 10 سباحين بالعيينة التجريبية و 10 سباحين بالعيينة الضابطة وتم اختيارهم بالطريقة العمدية، كما اعتمد الباحثين على المنهج التجريبي حيث تم تطبيق البرنامج التدريبي الرياضي المقترح الذي يحتوي على 12 حصة تدريبية، كما اعتمد الباحثين على اختبار سباحة الصدر في 25م كأداة لقياس تطور السرعة و اختبار معدل عدد ضربات الرجلين واليدين ، كما استخدم الباحثين من الوسائل الإحصائية اختبار "ت" ستيودنت ، الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري، و أظهرت النتائج التي تم التوصل إليها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بين التطبيق القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية ولصالح التطبيق البعدي ، كما بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 في التطبيق البعدي بين العينتين التجريبية والضابطة وذلك لصالح العينة التجريبية.

الكلمات المفتاحية: التغذية الراجعة بالفيديو؛ السباحة؛ الطفولة المتأخرة

Abstract

The aim of this study was to identify the effectiveness of video feedback in improving some swimming skills in the age group 9-12

years, where researchers conducted a study of the number of younger in the youth club OF MEGHNIA city; The study included 20 swimmers divided in two samples, 10 swimmers in the experimental sample and 10 swimmers in the control sample.

The researchers also adopted the experimental method where the proposed sports training program, which contains 12 training sessions, was applied, the researchers also adopted the chest swimming test in 25 m as a tool to measure the development of speed and test the average number of beat of the legs and hands, the researchers also used statistical methods to test "T" Student, arithmetic mean, standard deviation, and the results reached to the presence of statistically significant differences at the level of significance 0.05 between the pre and post application of the experimental group and in favor of the post application. Statistically significant differences at 0.05 level in the post application between the experimental and control samples in favor of the experimental sample.

Keywords: video feedback; swimming; late childhood

1- مقدمة:

حظيت الرياضة منذ فترة طويلة من الزمن باهتمام كبير ولقيت عناية كبيرة عند غالبية المجتمعات في العالم بما تعود به من فوائد على صحة الفرد وقوة وصلابة المجتمع، وما لها من أهمية إستراتيجية وسياسية واقتصادية في بسط وهيمنة بعض الدول في المجال الرياضي و تعد البحوث والدراسات العلمية في الألعاب الرياضية ركيزة أساسية للارتقاء بالمستوى العالي للرياضيين لكونها حلقة علمية تقترن بطابع يسهم في الوصول إلى حقائق جديدة يمكن أن تكون إضافات متعددة تساعد على تطوير الأداء.

وتعد السباحة من الفعاليات الرياضية ذات الأهمية البالغة التي يمكن لكلا الجنسين من ممارستها في كل مراحل العمر، وقد حدد افتخار (2002) مفهومها أنها إحدى الأنشطة المائية المتعددة التي يستخدم فيها الفرد جسمه للتحرك خلال الوسط المائي الذي يعد غريبا نوعا ما عليه بصفته وسطا يختلف كليا عن الوسط الذي اعتاد التحرك فيه (الأرض). فالوضع الذي يتخذه

في الماء مختلف كلياً عنه في الأرض بالإضافة إلى تأثيرات ضغط الماء على جسم السباح والتي قد تحدث عنه تغيرات فسيولوجية في الأجهزة الداخلية بالإضافة إلى التأثيرات النفسية في هذا الوسط الغريب وتعرضه لكثير من الانفعالات، (افتخار أحمد، 2002، ص11)، و تشمل رياضة السباحة على العديد من المسابقات ذات مسافات متعددة في كل طريقة من طرق السباحة الأربع (سباحة الزحف على البطن، وسباحة الصدر، وسباحة الفراشة، وسباحة الظهر) حيث يتكون كل سباق من سباقات السباحة من المراحل التالية (مرحلة البدء، ومرحلة السباحة، ومرحلة الدوران، ثم مرحلة النهاية)، (مهيار فداء، 1998) كما تتشكل مهاراتها من حركات الذراعين والرجلين المتكررة والتي تعتمد على التوافق الحركي عند عملية الانقباض المتتالي للعضلات حيث أن التوافق الحركي العالي والإحساس به يعمل على توفير من جهد السباح، (Jastrzêbska, 2008, 9-15)، و قد أصبح العلم الحديث الأطباء و الخبراء يوصون بها لذا من الضروري للإنسان أن يتعلم حركات السباحة حتى يجعل الماء مكاناً طبيعياً و يكتسب مهاراتها.

ومن بين الأساليب المساعدة في تعليم المهارات والتي تستخدم بكثرة و خاصة في الرياضة الفردية وهو ما يعرف بالتغذية الراجعة، (عبد الحق عماد، 1999) حيث لا يمكننا اعتبار الممارسة أنها مجرد تكرار عشوائي لحركة ما، وإنما يجب ان يصاحب هذا التكرار التعديل والتعزيز المصاحب و قد حدد الجبالي (2000) مفهومها بأنها "المعلومات التي يتلقاها المتعلم بعد الأداء بحيث تمكنه من معرفة مدى صحة استجابته للمهمة التعليمية"، (الجبالي عويس، 2000)، ويشير طه (2004) إن للتغذية الراجعة أهمية كبيرة في عملية التعلم، حيث أنها ضرورية وهامة في عملية الرقابة، وال ضبط والتحكم، والتعديل التي ترافق وتعقب عمليات التفاعل والتعلم، (طه منال، 2004)، وهناك أشكال للتغذية الراجعة منها المرئية حيث تعمل على تزويد المتعلم بما هو مطلوب أداؤه وما لا يجب أداؤه، أو إخباره بالخطوات الفنية للمهارة وما يتبعها مما يؤدي إلى رفع مستوى أدائه وتغير السلوك جراء ملاحظته نتائج سلوكه و من وسائل تزويد الفرد بالمعلومات عن نتائج أدائه السابق نجد وسيلة الفيديو فهي من أفضل الوسائل نظراً لعرضها الواضح و الشامل للمهارة فهي تعطي كافة المعلومات اللازمة لتعديل الأداء واستشارة

دافعية المتعلم هذا ويضيف للمدرس أو المدرب خلفية صحيحة تساعد على عرض المهارة الحركية بشكل مناسب ومعرفة النقاط التي يجب تصحيحها.

و استندنا في دراستنا على مجموعة من الدراسات السابقة و المشاهدة للإمام بكل جوانب البحث ومنها إدراج بعض تعاريف ومفاهيم التغذية الراجعة عن طريق الفيديو و مفاهيم السباحة ككل و سباحة الصدر خاصة، وبعض النظريات حول متغيرات البحث.

2- مشكلة البحث:

إن رياضة السباحة كباقي النشاطات الرياضية تعتمد في مبادئها على الممارسة المبكرة في الصغر وعلى الإعداد والتحضير و التصحيح الفردي خلال الموسم الرياضي من أجل إكساب الرياضي الناشئ المهارات الصحيحة وهذا كله لرفع وتحسين مستوى أداء السباح الناشئ بالتدريب وعبر مراحل يسعى من خلالها المدرب من أجل نجاح عملية التدريب ورفع مستوى أداء الرياضيين والحصول على نتائج جيدة في الحاضر أو في المستقبل.

وتعتبر الأساليب المتنوعة من الأمور المهمة التي يجب على المدرس و المدرب الاهتمام بها بغرض تحقيق أهم أهداف العملية التعليمية في الوصول إلى تعلم مهارات مختلفة ومتنوعة مع مراعاة جانب الاختصار في الوقت والجهد، كما أن التعامل مع مرحلة عمرية مبكرة في رياضة السباحة يحتاج إلى اهتمام جدي ومضاعف من أجل الوصول إلى الأهداف المقصودة من العملية التعليمية. (ناهدة عبد زيد، 2008، ص88)

حيث أشارت الدراسات العلمية إلى أن الوسائل التعليمية المساعدة تساهم في تسهيل إمكانية تعلم مهارات السباحة وتعمل على استثارة المتعلمين وتشتير ميولهم ورغبتهم لتحسين أداءهم، (معتصم شطناوي، 2008) و من وسائل تزويد الفرد بالمعلومات عن نتائج أدائه السابق نجد وسيلة الفيديو فهي من أفضل الوسائل نظرا لعرضها الواضح و الشامل للمهارة فهي تعطي كافة المعلومات اللازمة لتعديل الأداء و تسهل عملية التقييم.

ومن خلال مجال عمل الطالبان الباحثان مدرين للسباحة و من خلال الملاحظة الميدانية لاحظنا أن تعلم مهارات السباحة المختلفة يحتاج إلى بذل جهد كبير سواء من المتعلم أو المعلم

على حد سواء و بالرغم من هذا لاحظنا أن كإكتساب المتعلمين لمهارات سباحة الصدر لم يصل للمستوى المطلوب بالرغم من تقديم أنواع مختلفة من التغذية الراجعة و أن المتعلم لا يستوعب و بالتالي يصبح مشتتا غير مركز، و هنا رأينا أن استخدام التغذية الراجعة المدعمة بالفيديو قد يناسب هذه الفئة العمرية و تساعد المتعلم على التركيز و الاستفادة والتعلم الجيد وبعد الاطلاع على العديد من الدراسات والأبحاث السابقة والتي تناولت موضوع استخدام الوسائل التعليمية وأثرها على تعلم المهارات المختلفة بالإضافة إلى دراسات متعلقة بالسباحة فقد جاءت فكرة هذه الدراسة، لتبيان أهمية التغذية الراجعة باستخدام الفيديو في تعلم السباحة وهذا ما دفعنا إلى طرح التساؤل التالي:

هل للتغذية الراجعة بالفيديو أثر إيجابي في تحسين بعض مهارات سباحة الصدر لدى الفئة العمرية 9 - 12 سنة؟

3- التساؤلات الجزئية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للتغذية الراجعة عن طريق الفيديو على تحسين زمن سباحة 25م و معدل ضربات الرجلين و اليدين في سباحة الصدر للعينة التجريبية والعينة الضابطة؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية بين العينتين الضابطة والتجريبية في تحسين زمن سباحة 25م و معدل ضربات الرجلين و اليدين في سباحة الصدر؟

4- الفرضية العامة:

للتغذية الراجعة بالفيديو أثر إيجابي في تحسين بعض مهارات سباحة الصدر لدى الفئة العمرية 9 - 12 سنة.

4-1- الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للتغذية الراجعة عن طريق الفيديو على زمن سباحة 25م ومعدل ضربات الرجلين و اليدين في سباحة الصدر للعينة التجريبية والعينة الضابطة لصالح الاختبار البعدي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية بين العينتين الضابطة و التجريبية على زمن سباحة 25م ومعدل ضربات الرجلين و اليدين في سباحة الصدر لصالح العينة التجريبية.

5- أهداف البحث:

-تبيان مدى تأثير التغذية الراجعة بالفيديو على في تحسين بعض مهارات سباحة الصدر لدى الفئة العمرية 8-12.

-إبراز الفرق بين أثر التغذية الراجعة بالفيديو و بين الطرق التقليدية المعمولة على تحسين بعض مهارات سباحة الصدر لدى الفئة العمرية 8-12.

-إبراز أهمية استعمال الوسائل السمعية البصرية (الفيديو) في تعلم مهارات السباحة وتحسينها.

5- أهمية البحث:

وتأتي أهمية البحث في استخدام التغذية الراجعة عن طريق الفيديو لتحسين المهارات الأساسية لسباحة الصدر ومن خلال استخدام الفيديو سيتمكن المتعلم بمشاهدة لأدائه ومقارنتها بنموذج معد سابقا وهذا من أجل الزيادة في فاعلية التعلم والتسريع منه والتصحيح المستمر للأخطاء حتى يصل إلى المهارة المطلوبة بأقل عدد من الأخطاء.

6- مصطلحات البحث:

التغذية الراجعة: ترى(عفاف عبد الكريم) ان مفهوم التغذية الراجعة هو " اكبر مساعد للتعلم وهو عبارة عن إخطارات يستقبلها المتعلم عند أداءه فعند قيام أي فرد او لاعب بحركة او مهارة معينة فانه يتلقى المعلومات الخاصة بمخرجات هذا الاداء وهو ما يطلق عليه بالتغذية الراجعة. (عفاف عبد الكريم، 1997، ص512)

سباحة الصدر: سباحة الصدر من أقدم طرق السباحة التنافسية من حيث الأداء، وهي من السباحات المفضلة في السباحة الترويحية والإنقاذ والغوص والوقوف في الماء، وهي السباحة الوحيدة التي يكون للرجلين فيها دور فعال بنسبة قد تعادل ما للذراعين من تأثير في تقدم حركة الجسم للأمام. (القط، محمد علي، 1998، ص 42)

الانجاز الرقمي: يعرفه (ريسان خريبط مجيد، 2002، ص24) على أنه النتيجة أو المسافة التي يتحصل عليها الرياضي أثناء أدائه للاختبار.

7- الدراسات السابقة و المشابهة:

- دراسة "محمد حسن أبو الطيب، رامي صالح حلاوة"، (2014) دراسة دكتوراه تحت عنوان " أثر التغذية الراجعة المرئية واللفظية على بعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر (محمد حسن أبو الطيب، رامي صالح حلاوة، 2014، ص782)

أهداف الدراسة:

- إبراز أثر التغذية الراجعة المرئية على بعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر لدى طلاب مساق سباحة
- اظهار أثر التغذية الراجعة اللفظية على بعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر لدى طلاب مساق سباحة
- الفروق في أثر التغذية الراجعة المرئية واللفظية على بعض المتغيرات الكينماتيكية في سباحة الصدر لدى طلاب مساق سباحة.

منهج المتبع: تم استخدام المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين.

عينة الدراسة: تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية من أفضل طلاب في سباحة الصدر بعد امتحان منتصف الفصل لمساق سباحة(2)، حيث تكونت عينة الدراسة من 20 طالب من طلاب مساق سباحة (2) تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين؛ عدد أفراد المجموعة الأولى (10) طلاب تلقت التغذية الراجعة المرئية وعدد أفراد المجموعة الثانية (10) طلاب تلقت التغذية الراجعة اللفظية

أدوات الدراسة: تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار Independent t- Test للعينات المستقلة التكافؤ بين أفراد عينة الدراسة للمتغيرات الكينماتيكية قيد الدراسة بالقياس القبلي.

أهم نتائج الدراسة: أظهرت الدراسة أن للتغذية الراجعة المرئية المعتمدة على التحليل الحركي دورا في تحسين مستوى متغيرات الدراسة الكينماتيكية في سباحة 50 م صدر لدى طلاب مساق سباحة (2).

- إن للتغذية الراجعة اللفظية المعتمدة على التحليل الحركي دور في تحسين مستوى متغيرات الدراسة الكينماتيكية في سباحة 50 م صدر لدى طلاب مساق سباحة (2) باستثناء متغير تردد ضربات الذراعين.

- هناك تفوق لأفراد مجموعة التغذية الراجعة المرئية على أفراد مجموعة التغذية الراجعة اللفظية في تحسين المتغير الكينماتيكية التالية زمن سباحة آخر 25 م، وزمن سباحة 50 م الكلي، ومعدل سرعة سباحة 50 م صدر.

- **دراسة ختام آي (2011):** دراسة ماجستير تحت عنوان "تأثير التغذية الراجعة المرئية في تعلم مهارة الدفاع بالغطس في الكرة الطائرة لدى طلاب كلية التربية الرياضية" (ختام آي، 2011)

أهداف الدراسة: التعرف على أثر التغذية الراجعة المرئية في تعلم مهارة الدفاع بالغطس في الكرة الطائرة .

منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج التجريبي

عينة الدراسة: أجريت هذه الدراسة على (40) طالبا تم تقسيمهم إلى (17) طالبا للعينة التجريبية و (23) طالبا للعينة الضابطة و قد استخدم مع العينة التجريبية أسلوب التغذية الراجعة المرئية باستخدام الفيديو إلى جانب أسلوب الشرح اللفظي و أداء النموذج فقط.

أدوات الدراسة: استخدم الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار "ت ستودنت" للعينات المستقلة التكافؤ بين أفراد عينة الدراسة للمتغيرات قيد الدراسة بالقياس القبلي.

أهم نتائج الدراسة: أسفرت نتائج هذه الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء المهاري في القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية و الضابطة و لصالح المجموعة التجريبية.

- **دراسة علي سموم الفرطوسي (2011):** دراسة ماجستير تحت عنوان "أثر التغذية الراجعة عن طريق الفيديو على تقليل أخطاء حكام الدرجة الأولى لكرة السلة" (علي سموم الفرطوسي، 2011

أهداف البحث: معرفة تأثير استخدام التغذية الراجعة البصرية عن طريق الفيديو وذلك لشرح التفسيرات على تقليل أخطاء الحكام لكرة السلة .

منهج الدراسة: باستخدام المنهج التجريبي طبقت عليهم أسلوب المتابعة لقراراتهم أثناء المباريات التي يقودونها عن طريق الاستمارة.

عينة الدراسة: تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وقد تكونت من حكام الدرجة الأولى في بغداد وعددهم 4 طبقت عليهم أسلوب المتابعة لقراراتهم أثناء المباريات التي يقودونها عن طريق استمارة تشخيص الأخطاء تكون بيد احد الخبراء المعتمدين للمباراة لمجموعة من المباريات.

أدوات الدراسة: تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار Independent t- Test للعينات المستقلة التكافؤ بين أفراد عينة الدراسة للمتغيرات الكينماتيكية قيد الدراسة بالقياس القبلي.

أهم النتائج: نتائج الدراسة تمثلت على أن للتغذية الراجعة البصرية عن طريق الفيديو و شرح التفسيرات أثر فعال في تقليل أخطاء الحكام لكرة السلة.

- **دراسة "فالح أبوعيد" (2009):** دراسة ماجستير تحت عنوان: " اثر التغذية المرتدة البصرية باستخدام الفيديو على تعلم السباحة لدى ذوي التحديات الحركية" (فالح أبوعيد، 2009، ص165)

أهداف الدراسة:

- التعرف على اثر التغذية المرتدة البصرية على تعلم مهارات السباحة لدى ذوي التحديات الحركية.

- التعرف على اثر الطريقة التقليدية على تعلم مهارات السباحة لذوي التحديات الحركية.

- التعرف على الفرق بين الطريقة التقليدية وطريقة استخدام التغذية المرتدة البصرية على تعلم مهارات السباحة لذوي التحديات الحركية.

منهج الدراسة: تم استخدام المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين.

عينة الدراسة: قد اشتملت عينة الدراسة على (20) معاقا من ذوي التحديات الحركية من النادي الوطني للمعاقين حركيا في الزرقاء، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين، عينة ضابطة باستخدام الطريقة التقليدية و عينة تجريبية استخدام التغذية المرتدة البصرية في تعليم المهارات الأساسية في السباحة.

أدوات الدراسة: تم استخدام برنامجا تعليميا من إعدادة يهدف إلى تعليم أفراد العينة المهارات الأساسية في السباحة وإتقان سباحة الزحف على البطن وسباحة الظهر ، مدة البرنامج (24) وحدة تعليمية بواقع (3) وحدات أسبوعيا وزمن الوحدة الواحدة (75) دقيقة، وتمت معالجة البيانات لإجراء المعالجات التالية (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، اختبارات للفرق بين المتوسطات ، (SPSS) إحصائيا باستخدام الرزم الإحصائية، معامل ارتباط بيرسون.

أهم نتائج الدراسة: أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسين القبلي والبعدي للمستوى المهاري في السباحة لدى أفراد المجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي، وكذلك أظهرت نتائج الدراسة فروق دالة إحصائيا بين القياسين القبلي و البعدي للمستوى المهاري في السباحة لدى أفراد المجموعة التجريبية باستخدام التغذية المرتدة البصرية ولصالح القياس البعدي، كما أشارت نتائج الدراسة إلى ووجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي وذلك لصالح المجموعة التجريبية باستخدام التغذية المرتدة البصرية.

8- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

8-1- منهج البحث: يعتبر المنهج الذي يتبعه الباحث في دراسته هو الذي يوجه الباحث في

مختلف مراحل بحثه، ولقد اعتمدنا في بحثنا على المنهج التجريبي

8-2- مجتمع البحث: عدد الأصغر في نادي شباب مغنية التي تتراوح أعمارهم من 9 و12 سنة ب50 سباح.

8-3- عينة البحث: اخترنا عينة البحث بطريقة مقصودة، وهذا نظرا لعدة عوامل أهمها :

- وجود عدد كاف من السباحين (العينة المدروسة)، حتى يتم انتقاء من تتوفر فيهم جميع الشروط، ملائمة التوقيت من أجل القيام بالتجربة وهذا حتى تتمكن من إجراء البحث والحصول على نتائج ذات دلالة و مصداقية، بحيث تكونت العينة الكلية للبحث بما في ذلك كل من (العينة الضابطة، و التجريبية) من 20 سباح موزعين على مجموعتين كل مجموعة مكونة من عشرة (10) سباح مبتدئين، كما أن اختيار و توزيع السباحين على المجموعتين التجريبية و الضابطة تم بطريقة مقصودة و هذا من أجل تثبيت بعض العوامل التي نرى أنها لها تأثير على المتغير المستقل فقد راعينا مدة الالتحاق بالنادي و عدد الغيابات و قد تكونت كل عينة من ثلاثة عشرة (12) سباح مبتدئ و قد استبعدنا في نهاية (2) سباحين من كل مجموعة (العينة الضابطة و التجريبية) و ذلك لا سباب متعددة كالغيابات او الحالات الشاذة، و قمنا بالاختيار على أساس المتكافئ و المساواة .

8-4- مجالات البحث:

- المجال البشري: بلغ مجموع عدد الأصغر في نادي شباب مغنية التي تتراوح أعمارهم من 9 و 12 سنة ب50 سباح.

- المجال المكاني: قمنا باستعمال التغذية الراجعة بالفيديو في مسبح الشبه أولمبي بمغنية بولاية تلمسان.

- المجال الزمني: بعد تحديد موضوع البحث بدأ العمل في هذه الدراسة وكان إجراء الاختبارات على الشكل التالي:

الاختبار الأول (القبلي) : 21 جانفي 2017.

الاختبار الثاني (البعدي) : 21 فيفري 2017.

8-5- متغيرات البحث:

- المتغير المستقل: تمثل في التغذية الراجعة باستخدام الفيديو.

- المتغير التابع: تمثل في زمن سباحة الصدر في 25م و معدل عدد ضربات الرجلين واليدين في 25م.

8-6- الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث:

8-7- أدوات البحث:

-كاميرا تصوير فيديو Sony؛

- شريط فيديو محضر مسبقا يستعمل كخلفية صحيحة تساعد على عرض المهارة الحركية بشكل مناسب.

-برنامج للتحليل الحركي يتمتع بالصدق والثبات والموضوعية نوع Kinovea والمستخدم في دراسات سابقة.

-ميقاتي.

8-8- الاختبارات المستخدمة:

اعتمدنا على الاختبارات التي صممت من قبل الاتحاد الأمريكي و يعتبر هذا الاتحاد من أنشط الاتحادات في إعداد بطاريات الاختبار لقياس المهارات الأساسية و القدرات الحركية، كما اعتمدنا على المرجع الذي هو كتاب(Matthieu Chadeville 2013, p13) و بعض المصادر و في تطبيق هذه الاختبارات المتمثلة في (جرار تامر، وسميرة عراي، 2010)، (محمد حسن أبو الطيب، رامي صالح حلاوة، 2014، ص788)، (معتصم شطناوي، 2008، ص334)، (قاسمي بشير، 2008، ص114) اضافة إلى استمارة تحكيم قدمها بعد ذلك إلى الأستاذ المشرف الذي أشار علينا بدوره و يمكن توضيح طريقة لتنفيذ الاختبارات المختارة كما يلي:

8-8-1- اختبار معدل عدد ضربات الرجلين و اليدين:

الغرض من الاختبار: التأكد من فعالية حركة الذراعين و الرجلين مسافة 25متر.
وصف الأداء: الوقوف جنب الجدار، مع اخذ وضعية الانطلاق، وعند الإشارة يبدأ بالحركات التوافقية للذراعين والرجلين محاولا قطع المسافة 25م حسب كفاءته في أقل وقت ممكن و بأقل معدل عدد ضربات الرجلين و اليدين يحسب له الوقت الذي استغرقه لقطع المسافة محددة.

الأدوات: صفارة + مقاتي+ كاميرا فيديو للتأكد عدد ضربات اليدين و الرجلين.

8-8-2- اختبار زمن سباحة الصدر في 25م:

الغرض من الاختبار: فعالية حركة الرجلين و اليدين، قياس الانجاز الرقمي في سباحة الصدر مسافة 25م.

وصف الأداء: الوقوف جنب الجدار، مع اخذ وضعية الانطلاق، وعند الإشارة يبدأ بالحركات التوافقية للذراعين والرجلين محاولا قطع المسافة 25م حسب كفاءته في أقل وقت ممكن يحسب له الوقت الذي استغرقه لقطع المسافة محددة.

الأدوات: صفارة + مقاتي.

8-9- الدراسة الاستطلاعية:

قبل القيام بالتجربة الأساسية على عينة البحث كان لابد علينا من القيام بالدراسة الاستطلاعية هدفة الدراسة الاستطلاعية إلى ما يلي:

الاتصال بالإدارة بغرض تسهيل عملية أداء الاختبارات في ظروف ملائمة.

أخذ موافقة الأولياء بعد شرح لهم لما تحتوي هذه التجربة.

التأكد من صلاحية الأدوات المستخدمة في الدراسة.

التعرف على إن كانت المرجعية التصوير مناسبة باستخدام كاميرا التصوير.

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على 5 سباحين قدم لهم نفس البرنامج ولم يكونوا من ضمن أفراد عينة.

8-10- الأسس العلمية للاختبار:

8-10-1- صدق و ثبات الاختبارات:

تم الاعتماد على طريق تطبيق ثم إعادة الاختبار والتي هي من أكثر الطرق لإيجاد معامل الثبات وعلى هذا الأساس قمنا بالاختبار الأولي ثم بعد مرور أسبوع أعدنا نفس الاختبار على نفس العينة لمعرفة مدى ثبات الاختبار ، باستخدام معامل الارتباط ل (بيرسون) والنتائج موضح في الجدول اسفله:

جدول (01) يمثل نتائج صدق وثبات اختبارات الدراسة:

الاختبارات	معامل ثبات الاختبار	معامل صدق الاختبار
زمن سباحة الصدر في 25م	0.81	0.84
معدل عدد ضربات الرجلين واليدين في 25م	0.74	0.86

من خلال الجدول يتضح أن لاختبارات الدراسة معامل صدق وثبات قوي بحيث كانت جميع قيم معامل الارتباط بيرسون أكبر من "0.70" ، وعليه نقول الاختبارات المراد تطبيقها في الدراسة صالحة وقابلة للتطبيق على افراد عينة الدراسة.

8-10-2- موضوعية الاختبار: ويقصد بها وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار،

وحساب الدرجات و النتائج الخاصة فالاختبارين المستخدمين سهلين واضحين و غير قابلين للتأويل وقد كانت نتائج جميع الاختبارات المختارة ذات موضوعية عالية.

8-11- الوسائل الإحصائية:

المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط ، اختبار "ت" ستيودنت.

9- عرض وتحليل النتائج:

9-1- التجانس و التكافؤ لمتغيرات السن و الطول و الوزن:

الجدول رقم (2) بين قيمة "ف" المحسوبة و الجدولية لمتغيرات السن و الطول و الوزن.

الدراسة الإحصائية / المتغيرات	درجة الحرية	"ف" الجدولية	"ف" المحسوبة	الدلالة الإحصائية
السن	18	3.18	2.21	غير دال إحصائيا
الطول	18	3.18	1.65	غير دال إحصائيا
الوزن	18	3.18	2.31	غير دال إحصائيا

يبين الجدول أعلاه قيم "ت" المحسوبة لمجاميع البحث التي بلغت على التوالي (2.21 ، 1.65 ، 2.31) ، و هي اصغر من "ت" الجدولية و التي تقدر ب (3.18) عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 18، وهذا ما يدل على تجانس عينات البحث فيما يخص متغيرات السن و الطول والوزن.

الجدول "3" يمثل فروق الاختبارات القبلية بين مجموعتي البحث الضابطة و التجريبية في اختبار الانجاز الرقمي في سباحة الصدر في 25م و اختبار معدل عدد ضربات الرجلين و اليدين في 25م:

الاختبارات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T المحسوبة	T الجدولية	درجة الحرية	م الدلالة
زمن السباحة	الضابطة	38.39	0.53	1.34	3.18	18	0.05
	التجريبية	38.22	0.46				
معدل عدد الضربات	الضابطة	37.55	1.13	1.01	3.18	18	0.05
	التجريبية	37.36	1.12				

من خلال مقارنة النتائج القبلية للعينة الضابطة و التجريبية في اختبار زمن سباحة الصدر 25م حيث تحصلت العينة الضابطة على متوسط حسابي قدره 38.39، و انحراف معياري بلغ 0.53، بينما تحصلت العينة التجريبية على متوسط حسابي قدره 38.22، وانحراف معياري بلغ 0.46، وبلغت "ت" المحسوبة التي قدرت ب 1.34 عند درجة حرية 18 ومستوى دلالة 0.05 مع "ت" الجدولية التي وجدناها تساوي 3.18، نجد أن "ت" المحسوبة أقل من "ت" الجدولية وهذا ما يدل على أن الفرق غير دال إحصائيا في الاختبار الأول.

أما في اختبار معدل عدد ضربات الرجلين و اليدين في 25م تحصلت العينة الضابطة على متوسط حسابي قدره 37.55، و انحراف معياري بلغ 1.13، بينما تحصلت العينة التجريبية على متوسط حسابي قدره 37.36، وانحراف معياري بلغ 1.12، وبلغت "ت" المحسوبة التي قدرت ب 1.01 عند درجة حرية 18 ومستوى دلالة 0.05 مع "ت" الجدولية التي وجدناها تساوي 3.18، نجد أن "ت" المحسوبة أقل من "ت" الجدولية وهذا ما يدل على أن الفرق غير دال إحصائيا في كلتا الاختبارين.

ومنه نستنتج أن "ت" المحسوبة أصغر من "ت" الجدولية في القياس القبلي بين العيتين التجريبية والضابطة أي عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين مجموعتي البحث التجريبية و الضابطة في الاختبارين .

الجدول "4" يمثل دلالة فروق بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية لاختبار زمن سباحة الصدر في 25م.

م	د	T	T	الاختبار	الاختبار	المتغيرات الإحصائية
الدلالة	الحرية	الجدولية	المحسوبة	البعدي	القبلي	
				10	10	عدد العينة
0.05	09	2.10	10.11	36.13	38.22	المتوسط الحسابي
				0.47	0.46	الانحراف المعياري

من خلال لمقارنة النتائج القبليّة و البعدية للعينة التجريبية في زمن سباحة الصدر في 25م تحصلت العينة في الاختبار القبلي على متوسط حسابي قدره 38.22، و انحراف معياري بلغ 0.46، بينما تحصلت في الاختبار البعدي على متوسط حسابي قدره 36.13، و انحراف معياري بلغ 0.47، وبلغت "ت" المحسوبة التي قدرت ب 10.11 عند درجة حرية 9 و مستوى دلالة 0.05 مع "ت" الجدولية التي وجدناها تساوي 2.10، نجد أن "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية وهذا ما يدل على أن الفرق دال إحصائيا.

الجدول "5" يمثل دلالة الفروق بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية لاختبار معدل عدد ضربات الرجلين و اليدين في 25م

م	د	T	T	الاختبار	الاختبار	المتغيرات الاحصائية
الدلالة	الحرية	الجدولية	المحسوبة	البعدي	القبلي	
				10	10	عدد العينة
0.05	09	2.10	9.26	33.45	37.55	المتوسط الحسابي
				1.12	0.93	الانحراف المعياري

من خلال الجدول الذي يوضح النتائج القبليّة و البعدية للعينة التجريبية في اختبار معدل عدد ضربات الرجلين و اليدين في 25م تحصلت العينة في الاختبار القبلي على متوسط حسابي قدره 37.55، و انحراف معياري بلغ 0.93، بينما تحصلت في الاختبار البعدي على متوسط حسابي قدره 33.45، و انحراف معياري بلغ 1.12، وبلغت "ت" المحسوبة التي قدرت ب 9.26 عند درجة حرية 9 و مستوى دلالة 0.05 مع "ت" الجدولية التي وجدناها تساوي 2.10، نجد أن "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية وهذا ما يدل على أن الفرق دال إحصائيا.

الجدول "6" يمثل دلالة فروق بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة لاختبار زمن سباحة الصدر في 25م

م	د	T	T	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	المتغيرات الاحصائية
الدلالة	الحرية	الجدولية	المحسوبة			
0.05	09	2.10	4.18	10	10	عدد العينة
				37.39	38.39	المتوسط الحسابي
				0.54	0.53	الانحراف المعياري

من خلال مقارنة النتائج القبليّة و البعديّة للعينة الضابطة في اختبار زمن سباحة الصدر في 25م تحصلت العينة في الاختبار القبلي على متوسط حسابي قدره 38.39، و انحراف معياري بلغ 0.53، بينما تحصلت في الاختبار البعدي على متوسط حسابي قدره 37.39، وانحراف معياري بلغ 0.54، وبلغت "ت" المحسوبة التي قدرت ب 4.18 عند درجة حرية 9 ومستوى دلالة 0.05 مع "ت" الجدولية التي وجدناها تساوي 2.10، وهي أكبر من "ت" الجدولية وهذا يدل على أن الفرق دال إحصائياً.

الجدول "7" يمثل دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لاختبار معدل عدد ضربات الرجلين واليدين في 25م

م	د	T	T	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	المتغيرات الاحصائية
الدلالة	الحرية	الجدولية	المحسوبة			
0.05	09	2.10	5.22	10	10	عدد العينة
				35	37.36	المتوسط الحسابي
				1	1.12	الانحراف المعياري

من خلال مقارنة النتائج القبليّة و البعديّة للعينة الضابطة في اختبار معدل عدد ضربات الرجلين و اليدين في 25م تحصلت العينة في الاختبار القبلي على متوسط حسابي قدره

37.36، و انحراف معياري بلغ 1.12، بينما تحصلت في الاختبار البعدي على متوسط حسابي قدره 35، و انحراف معياري بلغ 1، وبلغت "ت" المحسوبة التي 5.22 عند درجة حرية 9 و مستوى دلالة 0.05 وقدرت "ت" ب 2.10، نجد أن "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية وهذا ما يدل على أن الفرق دال إحصائياً.

الجدول "8" يمثل دلالة الفروق بين الاختبارات البعدية بين مجموعتي التجريبية والضابطة لاختبار زمن سباحة الصدر في 2م

م الدلالة	درجة الحرية	T الجدولية	T المحسوبة	العينة التجريبية	العينة الضابطة	المتغيرات الاحصائية
0.05	18	2.10	5.63	10	10	عدد العينة
				36.13	37.39	المتوسط الحسابي
				0.54	0.47	الانحراف المعياري

من خلال الجدول "8" الذي يمثل دلالة فروق الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة لاختبار زمن سباحة الصدر في 25م تحصلت العينة الضابطة على متوسط حسابي قدره 37.39، و انحراف معياري بلغ 0.47، بينما تحصلت العينة التجريبية على متوسط حسابي قدره 36.13، و انحراف معياري بلغ 0.54. وبمقارنة "ت" المحسوبة التي قدرت ب 5.63 عند درجة حرية 18 و مستوى دلالة 0.05 مع "ت" الجدولية التي وجدناها تساوي 2.10، نجد أن "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية وهذا ما يدل على أن الفرق دال إحصائياً.

الجدول "9" يمثل دلالة الفروق الاختبارية البعدية بين مجموعتي البحث التجريبية و الضابطة لاختبار معدل عدد ضربات الرجلين و اليدين في 25م

م	د	T	T	العينة التجريبية	العينة الضابطة	المتغيرات الاحصائية
الدلالة	الحرية	الجدولية	المحسوبة			
0.05	18	2.10	3.75	10	10	عدد العينة
				33.45	35	المتوسط الحسابي
				0.87	1	الانحراف المعياري

من خلال الجدول "9" يمثل دلالة فروق الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث التجريبية و الضابطة لاختبار معدل عدد ضربات الرجلين و اليدين في 25م تحصلت العينة الضابطة على متوسط حسابي قدره 35، و انحراف معياري بلغ 1، بينما تحصلت العينة التجريبية على متوسط حسابي قدره 33.45، و انحراف معياري بلغ 0.87.

وبمقارنة "ت" المحسوبة التي قدرت ب 3.75 عند درجة حرية 18 و مستوى دلالة 0.05 مع "ت" الجدولية التي وجدناها تساوي 2.10، نجد أن "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية وهذا ما يدل على أن الفرق دال إحصائياً.

و منه نستنتج أن هناك تحسن واضح للعينة التجريبية مقارنة بالعينة الضابطة وهذا راجع لاتباع أسلوب التغذية الراجعة عن طريق الفيديو، وهذا التقدم الملحوظ للعينة التجريبية على حساب الضابطة راجع إلى استخدام أسلوب التغذية الراجعة عن طريق الفيديو الذي اثر إيجاباً على عملية تعلم و تحسن مهارات الرجلين و اليدين و مدى فعاليتها في سباحة الصدر.

9-2- مناقشة النتائج و مقارنتها بالفرضيات:

الفرضية الأولى:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبار القبلي والبعدى لأثر التغذية الراجعة عن طريق الفيديو على زمن سباحة 25م و معدل ضربات الرجلين و اليدين في سباحة الصدر للعينة التجريبية والعينة الضابطة لصالح الإختبار البعدى.

من خلال الجدول رقم (4) و (5) أثبتت أن هناك تحسن في نتائج الاختبارين لمهارات سباحة الصدر ويعزى ذلك إلى أن المجموعة التي تلقت تغذية راجعة مرئية بالفيديو تكون لديها إدراك وتصور عقلي عن ما يمكن ان يحسن من أدائها والتركيز على أماكن النقاط التي كان فيها ضعف وكيفية تصحيح هذا الضعف، كما أكد الطائي (2000) و العطيات (2004) أن سرعة السباحة تتحدد بالعديد من المتغيرات المهارية و التي من خلال مشاهدة الأداء المثالي ساعد الطالب في تكوين احساس داخلي بالحركة لتقوم أدائه وتحسين مهاراته في سباحة الصدر، لذلك كان للتغذية الراجعة المرئية دور في تحسين أداء العينة التجريبية، وهذا اتفق مع ما أشار إليه كل من محمد حسن أبو الطيب (2014)، (ختام آي، 2011) و (معتصم شطناوي، 2008)، في دراستهم السابق، حيث ان للتغذية الراجعة بأنواعها تلعب دورا في اكتساب الأداء الحركي الجيد والتقليل من الأخطاء التي يمكن ان تحدث نتيجة التعلم وكذلك تساعد في تحسين مستوى الأداء وعلى المدرس الاعتماد على مرجعية علمية يكون أساسها التحليل المنطقي لكشف أماكن الضعف في الأداء وتقديم الحلول المناسبة لها.

ومن خلال الجدول رقم (6) و(7) الذي يوضح الاختبارات القبليّة و البعديّة لعينة الضابطة.

هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي وهذا نتيجة لتحسن النتائج في الاختبارات البعديّة للعينة الضابطة، ويعود هذا التحسن إلى الوحدات التدريبيّة لتحسين بعض مهارات سباحة الصدر، فقد استعمل نوع من أنواع التغذية الراجعة أو أسلوب من الأساليب التدريب الذي اثر على عملية التعلم و تحسينها، و ساهم في تعلم العينة الضابطة لهذه المهارة. كما أن التعلم في مراحله الأولى يحقق تطور سريع خاصاً إذا كان الأفراد المتعلمين لا يمتلكون خبرات كبيرة، خصوصاً أن المجموعة التجريبية قد تلقت تكرارات للتعلم مع تغذية راجعة مدعمة بالفيديو، وقد أشارت المصادر إلى أن "التغذية الراجعة تزيد من تحسن الأداء في مراحل التعلم الأولى حيث إن التعلم يأخذ الصورة الأولى للحركة ويضع برنامجاً حركياً مناسباً للاستجابة وينفذه وبعد ذلك يقارن النتيجة مع الهدف المبيت أو البرنامج المقرر ، و منه فان الفرضية الأولى قد تحققت.

– الفرضية الثانية:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية بين العينتين الضابطة و التجريبية على زمن سباحة 25م و معدل ضربات الرجلين و اليدين في سباحة الصدر لصالح العينة التجريبية. من خلال الجدول رقم (8) و (9): الذي يوضح الاختبارات البعدية للعينة التجريبية و الضابطة تبين لنا أن هناك فرق دال لصالح العينة التجريبية، لنثبت أن التغذية الراجعة عن طريق الفيديو كانت لها نتيجة أحسن من الطريقة التقليدية في تحسين بعض مهارات سباحة الصدر لدى سباحين نادي شباب مغنية. وهذا ما توصلت إليه دراسة شطناوي (2008) تحت عنوان " أثر التغذية المرتدة البصرية باستخدام الفيديو والطريقة التقليدية على تعلم بعض المهارات الأساسية في السباحة" (معتمص شطناوي، 2008، ص334).

ويعزو الطالبان الباحثان ذلك إلى أستخدام البرنامج التقويمي من خلال التغذية الراجعة البصرية، كون هذا النوع من التغذية الراجعة يعطي للمتلقين المعلومات الضرورية واللازمة التي يحتاجها، من خلال الشرح والعرض المستمر للاخطاء فضلا عن الاداء الصحيح ومقارنة أدائهم بالنموذج الصحيح بوساطة الشريط المعد من طرف الطالبان الباحثان. فقد اثرت في افراد العينة التجريبية من ناحية السرعة في التعلم و كذا استيعاب و وضوح الحركة ، مما سمح لهم بأدائها بالشكل المطلوب و هذا ما جاء به طه منال عن محمد العربي شمعون و ماجد محمد (2004) إذ يقولان " ان التغذية الراجعة باستخدام الفيديو ، تعتبر وسيلة هامة للمساعدة في تعليم المهارات الحركية و سرعة اكتسابها " (طه منال، 2004)

و هذا ما تأكد في الجانب النظري في حديثنا عن خصائص التغذية الراجعة اذ تعمل هذه على توجيه الفرد نحو أدائه ، فتبين له الأداء المتقن فيثبته ، والأداء غير المتقن فيحذفه ، وهي ترفع من مستوى انتباه المتعلم إلى الظواهر المهمة للمهارة المراد تعلمها ، وتزيد من مستوى اهتمامه ودافعيته للتعلم، فتتلاشى مواطن الضعف والقصور لديه. لذلك فهي تعمل على تثبيت المعاني والارتباطات المطلوبة ، وتصحيح الأخطاء ، وتعديل الفهم الخاطئ ، وتساهم في مساعدة المتعلم

على تكرار السلوك الذي أدى إلى نتائج مرغوبة ، وهذا يزيد من ثقة المتعلم بنفسه ، وبتأثيره التعليمية، و منه فان الفرضية الثانية قد تحققت:

- الفرضية الثالثة:

للتغذية الراجعة بالفيديو أثر ايجابي في تحسين بعض مهارات سباحة الصدر لدى الفئة العمرية 9 - 12 سنة.

من خلال كل ما سبق ذكره في الجانب النظري و كذلك من خلال النتائج المتحصل عليها و انطلاقا من مناقشة الفرضيات 1 و 2 يتضح لنا ان للتغذية الراجعة باستخدام الفيديو اثر ايجابي كبير في التعلم الحركي و المهاري و تحسن في الأداء و بالتالي في الانجاز الرقمي، و يعود هذا التحسن في المستوى الأسلوب المستخدم و الذي يجد فيه المتعلم المتعة في المشاهدة و اكتساب تصور بصري من خلال مشاهدة أداء مثالي للحركة خاصة و ان هذا النوع من التغذية الراجعة يمنح الوقت للمتعلمين للتفكير في أخطائهم مما يساعدهم على استيعابها و تصحيحها و خاصة في رياضة السباحة التي تعتمد كثيرا على التصحيح و التصور الذهني للمهارة و قد اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع كثير من الدراسات التي أجريت خاصة في مجال السباحة مثل دراسة كل من محمد حسن أبو الطيب(2014) و دراسة فالخ أبوعيد (2009) و دراسة شطناوي (2008) طه منال (2004) حيث ان جميع هذه الدراسات أكدت على أهمية التغذية الراجعة الخارجية و التي تكون سمعية و بصرية ، وبخاصة عند تعلم المهارات الصعبة ، كما أشار يعرب خيخون (2002) انه إذا استعملت وسائل تعليمية مثل الفيديو لإعادة مشاهدة المهارة ، فإنها تعطي وتعرض شكل الحركة بصورة دقيقة ، وتوضح موقع الخطأ وكيفية تصحيحه ، لتفعل من عملية التعلم وتحسن الأداء و تمنح المتعلم فرصة في التعرف على الأخطاء في فواصل الربط المهمة للمهارة الحركية. (يعرب خيخون ، 2002) ومن كل ما سبق نقول أن الفرضية الثالثة قد تحققت، وهذا كله راجع إلى اتباع أسلوب التغذية الراجعة و المدعمة بالفيديو في تحسين بعض مهارات سباحة الصدر إضافة إلى ملائمة طبيعة العينة و الفئة العمرية التي تتناسب مع تعلم و تحسين الأداء الحركي و المهاري في رياضة السباحة.

– خلاصة عامة:

جاء بحثنا بتطبيق التغذية الراجعة بالفيديو في تحسين بعض مهارات سباحة الصدر لدى الفئة العمرية 9- 12 سنة بهدف إلى تطوير الجانب المهاري و التقني في سباحة الصدر وبذلك زيادة في الانجاز الرقمي، استعمال تقنية الفيديو في تعلم و تحسين المهارات والتسريع منه ويضيف للمدرس المدرب خلفية صحيحة تساعده على عرض المهارة الحركية بشكل مناسب ومعرفة النقاط التي يجب تصحيحها حتى يتمكن المتعلم من إتقان المهارة بأقل وقت و أكثر فعالية.

بعد الانتهاء من العمل التطبيقي و مقارنة النتائج مع العينة الضابطة وجدنا أنه قد أعطى نتائج إيجابية و هنا ظهرت صحة فرضيتنا من حيث أن أنسب سبيل يلجأ له في تعليم المهارات الحركية للتغذية الراجعة عن طريق الفيديو ولها أثر ايجابي في تحسين بعض مهارات سباحة الصدر و فعاليتها في الانجاز الرقمي التسريع بما عند الأصغر.

بعد توصل لحصّة الفرضية العام نطلب ممن اطلع على هذا البحث و تعرف على كل مراحل انجازه بالبحث في تطبيق التغذية الراجعة التعمق في هذه الإشكالية و تطبيقها على عينة أكبر و مهارات أخرى من أجل التوصل إلى نتائج تخدم التدريب و عملية التعلم الذي تدرج كل أهدافها في خدمة المتعلمين.

– التوصيات و الاقتراحات:

استخدام التغذية الراجعة المرئية في العملية التعليمية بهدف مساعدة المتعلم في فهم الأداء وتشكيل ادراك حركي والتصور عقلي لصحيح مهارات سباحة الصدر و بذلك تسريع وتفعيل عملية التعلم.

استخدام الفيديو و أجهزة التحليل الحركي عند تقييم المتعلم عند إعطاء التغذية الراجعة للكشف عن أماكن ضعف في الأداء والعمل على تعديلها.

يجب الإهتمام بإعادة النظر في مفهوم الإعداد المهاري وخاصة في نقل الصورة الواقعية للمهارات الأساسية و الاعتماد على تقنية الفيديو كمرجعية صحيحة و محفزة حتى نضمن الأداء المهاري الجيد.

اجراء دراسات مشابهة على أنواع أخرى من السباحات، و مهارات و متغيرات أخرى مناسبة لكل نوع.

- المراجع:

- 1- أبو العلا أحمد عبد الفتاح، تدريب السباحة للمستويات العليا. القاهرة: دار الفكر العربي (1994)
- 2- الجبالي عويس، التدريب الرياضي الحديث بين النظرية والتطبيق، ط 1. دار الفكر العربي، القاهرة، جمهورية مصر العربية.(2004)
- 3- أسامة كامل راتب، على محمد زكي، الأسس العلمية للسباحة، القاهرة: دار الفكر العربي(1998)
- 4- أسامة كامل راتب، تعليم السباحة، ط 2. القاهرة، دار الفكر العربي(1990) .
- 5- افتخار أحمد، مبادئ وأسس السباحة. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 2002.
- 6- افتخار أحمد، مبادئ وأسس السباحة. عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، (2000) .
- 7- القط، محمد علي. السباحة بين النظرية والتطبيق. الزقازيق: مكتبة العزيزي للكمبيوتر، 1998.
- 8- بسطويسي أحمد بسطويسي، أسس نظريات الحركة، ط 2. القاهرة، دار الفكر العربي، (1996)