

المخلص

اشتملت الأطروحة على خمسة أبواب تناول الباب الأول منها المقدمة وأهمية البحث حيث تطرق فيها الباحث إلى العملية التعليمية واستخدام الوسائل التعليمية المختلفة في عملية تعليم المهارات الحركية من أجل تحقيق الأهداف المطلوبة كما تطرق إلى أهمية رياضة السباحة وضرورة تعلمها وممارستها وما تحضاه من اهتمام كبير وقد تجلت أهمية البحث في إعداد منهاج تعليمي باستخدام بعض الوسائل التعليمية المبتكرة والتي من خلالها نساهم وبشكل فعال في تعليم وتطوير مستوى الأداء الفني لسباحة الزحف على البطن في أقل وقت وجهد ممكن.

أما أهداف البحث فهي :

- 1- إيجاد وسائل تعليمية مبتكرة تساهم في مساعدة المتعلم على زيادة مقدار قوة الدفع الناتجة من حركات الذراعين والرجلين وانسيابية الحركة من خلال استخدام محددات ميكانيكية لبعض زوايا العمل العضلي للأطراف العليا والسفلى.
 - 2- التعرف على تأثير المنهاج التعليمي المقترح باستخدام محددات ميكانيكية لبعض زوايا العمل العضلي للأطراف العليا والسفلى في تعليم وتطوير مستوى الأداء الفني بسباحة الزحف على البطن.
 - 3- التعرف على الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة في درجة تقويم الأداء وسرعته بسباحة الزحف على البطن وتقويم أهم المهارات الأساسية .
 - 4- التعرف على الفروق بين نتائج الاختبارات البعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة في درجة تقويم الأداء وسرعته بسباحة الزحف على البطن وتقويم أهم المهارات الأساسية في السباحة.
- أما فروض البحث فهي :

- 1- إن للمنهاج التعليمي المقترح باستخدام محددات ميكانيكية لبعض زوايا العمل العضلي للأطراف العليا والسفلى تأثيراً إيجابياً في تعليم وتطوير مستوى الأداء الفني بسباحة الزحف على البطن .
- 2- وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة في درجة تقويم الأداء وسرعته بسباحة الزحف على البطن وتقويم أهم المهارات الأساسية في السباحة ولصالح الاختبار ألبعدي
- 3- وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات البعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة في درجة تقويم الأداء وسرعته بسباحة الزحف على البطن وتقويم أهم المهارات الأساسية في السباحة ولصالح المجموعة التجريبية.

أما مجالات البحث فقد كان المجال البشري عينة من السباحين المبتدئين بأعمار (14-15) سنة أما المجال الزماني فهو الفترة الواقعة بين 1/8/2008 ولغاية 14/10/2008 في حين كان المجال المكاني هو مسبح النادي الصحي الرياضي بمركز جامعة البصرة الترفيهي.

أما بالنسبة للباب الثاني فقد تطرق فيه الباحث إلى التعلم والتعلم الحركي والأداء فضلاً عن الوسائل التعليمية وأنواعها ومعايير اختيارها وطرق التعلم الحركي وكذلك المهارات الأساسية في السباحة وسباحة الزحف على البطن مع التحليل الفني لهذه السباحة ،وفي الدراسات المشابهة تطرق الباحث إلى دراسة واثق عبداً لصاحب عبيد ودراسة نصير مظهر عبود.

وفي الباب الثالث تم التطرق إلى منهجية البحث وإجراءاته الميدانية حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة ،وقد تكونت عينة البحث من (16) متعلماً مبتدئاً في سباحة الزحف على البطن قسموا إلى مجموعتين إحداها تجريبية والأخرى ضابطة وبواقع (8) متعلمين

لكل منهما ، وتم تنفيذ اختبار بيرز لسباحة الزحف على البطن من أجل قياس سرعة السباحة وحساب عدد ضربات الذراعين وكذلك تقويم الأداء في سباحة الزحف على البطن وأيضا تم تقويم مستوى أداء أهم المهارات الأساسية في السباحة وذلك من خلال ثلاث مقومين متخصصين في مجال رياضة السباحة كما وتم التطرق إلى الوسائل التعليمية المبتكرة وهي (محدد حركة زاوية مفصل الرسغ و محدد حركة زاوية مفصل المرفق و محدد حركة زاوية مفصل الركبة) ، كما وتم التطرق إلى القياسات والاختبارات المستخدمة في البحث وإلى المنهاج التعليمي المقترح الذي تكون من أربع وعشرين وحدة تعليمية استمرت لثمان أسابيع وبواقع ثلاث وحدات تعليمية أسبوعيا وبزمن قدره (60 دقيقة) لكل وحدة تعليمية .

أما الباب الرابع فقد تم فيه عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث حيث تم عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والوسطية والبعيدة للمجموعتين التجريبية والضابطة ومناقشتها .

أما الباب الخامس فقد تضمن الاستنتاجات والتوصيات التي توصل إليها الباحث حيث توصل إلى مجموعة من الاستنتاجات من أهمها:

1- حقق المنهاج التعليمي المقترح باستخدام محددات ميكانيكية لبعض زوايا العمل العضلي للأطراف العليا والسفلى تأثيراً ايجابياً في تعليم وتطوير مستوى الأداء الفني لسباحة الزحف على البطن فضلا عن مساهمته في تطوير مستوى الأداء لأهم المهارات الأساسية في السباحة وهي الانزلاق على البطن والانزلاق على الظهر والطفو .

2- أظهرت المجموعة التجريبية تباين في متغيرات البحث كافة وفي الاختبارات الثلاث (القبلية والوسطية والبعيدة) حيث أظهرت تقدما واضحا في نتائج الاختبارات البعيدة مقارنة بالاختبارات القبلية والوسطية .

أما أهم التوصيات فهي :

1- ضرورة استخدام الوسائل التعليمية المبتكرة (محددات زوايا العمل العضلي) في تعليم وتطوير مستوى الأداء الفني لسباحة الزحف على البطن من خلال المنهاج التعليمي المقترح.

2- التأكيد على تطبيق الأسس الميكانيكية لزوايا العمل العضلي والتي تؤديها مفاصل القوى المحركة للجسم في السباحة وهي مفاصل الذراعين والرجلين والتي يتوقف عليها نجاح الأداء الفني في سباحة الزحف على البطن

Abstract

The thesis include on five chapters, the first chapter dealt with introduction and the importance of the study, where the researcher mentioned the educational process and by using different kind of means in learning motional skills to achieve the required goals, and also he mentioned the significance of swimming sport and it is necessary to be learned and exercised, and the great attention it has get. The importance of the research came out by preparing educational Curriculum by using some creative educational methods in which we can effectively contribute in learning developing the technical performance in Front Crawling Stroke swimming in less possible time and less possible effort through obtaing the best mechanical post of limbs movement in order to increase the amounts of pushes backward which will resulted in having the swimmer flexibility in moving forward with speedily and smoothly in consistence with the

requirements of motional performance for this kind of swimming.

The study objectives were as follows:

1. To find creative educational means that will contribute in helping the learner to increase the momentum of pushing resulted from movement of hands and legs and the limberness of the movement by using mechanical particulars of some muscular work of upper & lower limbs.
- 2- To recognize the effect of the suggested educational curriculum by using mechanical particulars of some muscular work of upper & lower limbs in developing the technical performance of stroke swimming
- 3- To recognize the differences results between pre- Tests and post –Tests of two groups (experimental groups and adjusted group) to rectify the performance and its speed in stroke swimming and to rectify the most important skills.
- 4- To recognize the differences in the results of post –Tests the two groups (adjusted group & experimental group) in rectifying the performance and its speed in stroke swimming and rectify the most important skills in swimming in general.

The Assumptions of the research:

- 1- The suggested educational curriculum by using mechanical particulars for some muscular angles of the upper & lower limbs has positive influence in developing the technical performance of Stroke swimming.
- 2- There are significant differences in post – Tests and pre-Tests of the two groups (adjusted group and experimental group) in rectifying the performance and speed of stroke swimming , and rectifying the basic and important skills in swimming for post- Test favor.
- 3- There are significant differences in post –Tests results of the two groups (adjusted group and experimental group) in rectifying the performance and speed of stroke swimming and rectifying the basic important skills in swimming for the favor of experimental group.

As for the research fields, we use the human sample of beginner's swimmers at (14-15) ages , as for the time field , it was the period between 1/8/2008 till 14/10/2008 , where the place field was the swimming pool located at Engineering Consultant Center of University of Basra .

As for the second chapter, the researcher dealt with Learning and Motional Learning and the Performance in addition to educational methods an their types , and the criteria of selecting he methods of motional learning as well as basic skills in general swimming and Stroke swimming with giving technical analysis of this kind of swim. In similar studies, the research

mentioned to the Study by Wathiq Abdul Sahib and Study done by Neseer Mezher.

In third chapter, we have mentioned to the methodology of the research and its field procedures where the researcher used the experimental method due to its suitable to solve the problem of the research as the sample of the research consisted of (16) beginners of stroke swim that been divided to groups; one called adjusted group and the other experimental group by (8) learners for each group. Biers Test was implemented in Stroke swim, and also their performance of basic skills have rectified in swimming by three factors specialized in swimming sport field, and the researcher established three observational experiments, and the creative educational methods were also mentioned which are as follows: (Particular of corner movement of the wrist, Particular of corner movement of the elbow, Particular of corner movement of the knee), It also was mentioned to the measurements used in the research and to the suggested educational curriculum which consisted of 24 educational units lasted eight weeks, three educational units per week with (60 minutes) for each educational unit.

The Forth chapter was dealt with display, analyze and discuss the results of the research where display and analyze the pre-Tests, middle- Test, and post- Tests of Stroke swim style and some basic skills in swimming of both adjusted group and experimental group.

The fifth chapter includes the conclusions and recommendations the research has reached, and here are a group of these conclusions:

- 1- The Suggested Educational Curriculum by using mechanical particulars of some angles of muscular upper & lower limbs has positive influence in learn and develop the level of the technical performance in Stroke swim style in addition to contribute in develop the basic skills in swimming which are sliding on abdomen and slide on back and floating up.
- 2- The experimental group showed differences in its individuals in all variables of the research. And in three tests (pre-tests, post-tests and middle tests), there were obvious progress in post tests compare to pre- and middle tests there as The adjusted group showed differences in its individuals in four tests which are; rectifying the performance of Stroke swim style, the test of rectifying the skills of sliding over abdomen and sliding over back and floating up which showed obvious progress in post-Tests compare to pre and middle tests.

The researcher also have the following recommendations :

- 1- The necessity of using creative educational means (particulars of angles of muscular work) in teaching and developing the technical performance of Stroke swim style by using the suggested educational curriculum

2- Stress on the importance of applying the mechanical basis of muscular angles of upper & lower limbs which the success of technical performance of stroke style very much depend on.