

تأثير نموذج أبعاد التعلم لمارزانو على مستوى تقدير الذات المهارية وتعزيز بعض نواتج التعلم فى  
سباحة الزحف على البطن لدى المبتدئات

**The effect of Marzano's Learning Dimensions model Skill level of self-  
esteem and enhancing some learning outcomes in crawl swimming for  
beginners**

أ.م.د / دينا متولى أحمد

أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية

كلية التربية الرياضية-جامعة المنصورة

**Assistant. Professor Dina Metwali Ahmed**

**Assistant. Professor, in curricula and teaching methods of physical education Dep .**

**Faculty of sport Education – Mansoura Universty .**

## المستخلص

إستهدف البحث التعرف على تأثير نموذج أبعاد التعلم لمارزانو على مستوى تقدير الذات المهارية والتحصيل المعرفي والمستوى المهارى (وضع الجسم - ضربات الرجلين - حركة الذراع اليمنى - حركة الذراع اليسرى - حركات الذراعين - التنفس - التوافق" السباحة كاملة" ) فى سباحة الزحف على البطن لدى المبتدئات وإستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة البحث بإستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة . تمثل مجتمع البحث طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة فى الفصل الدراسى الأول ٢٠١٩ م / ٢٠٢٠ م ، والبالغ عددهن ( ٥٠٨ ) طالبة ، تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية ممن تقوم الباحثة بالتدريس لهن وبلغ عددهن (٦٠) طالبة وتم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بواقع (٣٠) طالبة للمجموعة تجريبية تم تطبيق البرنامج التعليمى بإستخدام نموذج أبعاد التعلم لمارزانو عليهن ، والأخرى ضابطة وعددها (٣٠) طالبة تم تطبيق الإسلوب التقليدى المتبع فى التدريس من (الشرح اللفظى وأداء النموذج العملى)عليهن ، كما قامت الباحثة بسحب عينة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية عددها (٤٠) طالبة تمثل العينة الإستطلاعية قبل البدء فى تنفيذ تجربة البحث ، وقامت الباحثة بتصميم مقياس تقدير الذات المهارية لإدراك مواطن الضعف والقوة لطالبات الفرقة الأولى فى سباحة الزحف على البطن وكذلك تم تصميم برنامج تعليمى بإستخدام نموذج أبعاد التعلم وكانت من أهم الإستخلاصات ساهم نموذج أبعاد التعلم لمارزانو بصورة أكثر ايجابية من الأسلوب التقليدى فى تطوير مستوى تقدير الذات المهارية وتعزيز نواتج التعلم فى سباحة الزحف على البطن.

الكلمات المفتاحية : نموذج أبعاد التعلم لمارزانو - تقدير الذات المهارية - سباحة الزحف على البطن

## **Abstract**

**The research aimed to identify the effect of Marzano's learning dimensions model on the level of skill self-esteem, cognitive achievement and skill level (body position - leg strikes - right arm movement - left arm movement - arm movements - breathing - compatibility "swimming in full") on the abdominal crawl swimming for Beginners. The researcher used the approach Experimental relevance to the nature of the research by using the experimental design of two groups, one experimental and the other a control. The research community represents the female students of the first year at the Faculty of Physical Education - Mansoura University in the first semester of The research sample was deliberately chosen from whom the .2019/2020, and their number (508) researcher teaches, and their number reached (60) students, and they were divided into two groups, one experimental and the other controlling by (30) students for the experimental group. The traditional method used in teaching (verbal explanation and performance of the practical model) was applied to them. The researcher also drew a sample from the research community and outside the basic sample of (40) students representing the exploratory sample before starting the implementation of the research experiment. The researcher designed the skill self-esteem scale to realize the weaknesses and strengths of the students of the first year in swimming crawling on the abdomen, as well as an educational program was designed using the learning dimensions model and one of the most important conclusions was the learning dimensions model of Marzano in a more positive way than the traditional method in developing the level of skill self-esteem and enhancing Learning outcomes in abdominal crawling swimming.**

**Keywords : Marzano's learning dimensions model - skill self-esteem - crawl swimming**

تميزت الإتجاهات التربوية فى العديد من دول العالم بالإهتمام بالجودة التربوية ، حيث ركزت على تنمية إمكانات المتعلمين وقدراتهم الذهنية على أفضل وجه ممكن ، لما للثروة البشرية من أهمية فى تطوير المجتمع وتقدمه ، وظهرت الحاجة الماسة لوضع استراتيجيات لتطوير التعليم وإصلاح مجالاته للإنتقال بالتعليم من مرحلة التلقين التى تعتمد على الحفظ واسترجاع المعلومات إلى مرحلة تنمية المهارات لبناء مجتمع يكون أفراده قادرين على مواكبة حصيلة هذا التطور الهائل ، وما ينطوى عليه من متغيرات مستقبلية يتعذر التنبؤ بها ، ومواقف تتطلب الفهم والتفسير والتحليل والتعليل للوصول إلى استنتاجات سليمة بشأنها .  
ولقد اكتسبت أساليب التدريس اتجاهات حديثة فى العالم لما لها من تأثير على قدرات العقل البشرى ، فبدأت الجهود المنظمة إلى تفريد التعليم وتوظيف الاستراتيجيات التربوية فى تصميم برامج تفى بحاجات المتعلم وتسعى إلى التلازم بين طبيعة المواقف التعليمية وخصائص وحاجات وقدرات المتعلم .

ويذكر Marzano,R. ( ٢٠٠٦ ) أن نموذج أبعاد التعلم يُعتبر بمثابة إطار عمل متكامل لتخطيط التدريس لأنه يحتوى على عدد من الاستراتيجيات التدريسية التى تم التأكد من فاعليتها فى إطار عدد من البرامج التعليمية الأخرى المستخدمة على نطاق واسع وفى هذا النموذج يجب أن تؤدى جميع أفعال المعلم إلى تحفيز المتعلمين على التفكير والقيام بسلوكيات معينة ، وافترض النموذج خمسة أبعاد للتعلم يمر بها المتعلم أثناء تعلمه وهى: الإتجاهات الإيجابية نحو التعلم ، اكتساب المعرفة وتكاملها ، تعميق المعرفة وصقلها، الاستخدام ذو المعنى للمعرفة، عادات العقل المنتجة ( p5 Marzano,R., ) .

ويبين Marzano,Pickering & McTighe ( ١٩٩٣ ) أن نموذج أبعاد التعلم يستند إلى النظرية البنائية والتى تعد من النماذج التدريسية الحديثة التى أكدت على أن المعرفة تُعتبر الأساس الذى يبنى الفرد من خلاله خبراته وتفاعلاته مع المثيرات البيئية المحيطة ( p68 Marzano,Pickering & McTighe, ) .

ويوضح Marzano & Kendall ( ١٩٩٥ ) أن هذه المعرفة نفعية ، يوظفها الفرد ليفسر الخبرات الحياتية التى يمر بها ، ويتوصل الفرد إلى المعرفة من خلال بناء منظومة معرفية ، تنظم وتفسر خبراته مع المتغيرات حوله ، يدركها من خلال جهازه المعرفى ، مما يؤدى إلى تكوين معنى ذاتى ، ويستمر ذلك بمرور المتعلم بخبرات تمكنه من ربط المعلومات الجديدة بما لديه من معنى ( Marzano & Kendall, p308 ) .

كما يضيف Marzano ( ١٩٩٢ ) أن نموذج أبعاد التعلم قد صمم فى أبعاد خمسة حيث يتضمن البعد الأول اتجاهات وإدراكات إيجابية عن التعلم وفيه يتم العمل على زيادة دافعية المتعلمين لتعلم الموضوع ، والبعد الثانى يتضمن اكتساب المعرفة وتكاملها وفيه ينفذ المتعلمين أنشطة علمية تمكنهم من الوصول إلى المعلومات الجديدة وربطها بما لديهم من تعلم سابق ، والبعد الثالث يتضمن توسيع المعرفة وتنقيتها وصقلها وفيه يمارس المتعلمين الأنشطة التى من شأنها أن توسع المعرفة وتصلقها ويجيبون عن الأسئلة المفتوحة ، والبعد الرابع يتضمن استخدام المعرفة استخداماً له معنى وفيه يوظف المتعلمين ما تعلموه فى حياتهم اليومية ، والبعد الخامس يتضمن عادات عقلية منتجة وفيه يتم تهيئة مواقف ومشكلات تتطلب من المتعلم ممارسة مهارات التفكير المختلفة للتوصل إلى معلومات جديدة يمكن توظيفها واستخدامها فى مواقف ومشكلات حياتية ( Marzano, p350 ) .

هذا وقد أشارت العديد من الدراسات والبحوث، ومنها دراسة أجراها كل من Daley, B. J., Watkins, K., Williams, S. W., Courtenay, B., Davis, M., & Dymock, D ( ٢٠٠١ ) ، Hant & Bell ( ٢٠٠٢ ) ، دراسة الزغبى ،السلامات (٢٠١١)، دراسة عطية إلهام (٢٠١٤م)، دراسة القحطاني عثمان (٢٠١٤)، دراسة فيحاء نايف المومنى وآخرون(٢٠١٥م) على أهمية نموذج مارزانو لأبعاد التعلم فى تحقيق العديد من النتائج التعليمية والتى تعتبر بمثابة أهداف لعملية التعلم والبعد عن الأساليب التقليدية التى ركزت على اكتساب المعرفة والمفاهيم فقط بما يؤدي إلى سلبية التحصيل لدى المتعلم ، كما أن استخدام استراتيجيات وطرق تدريس جديدة مستندة إلى فلسفة تربوية واضحة من شأنها أن تسهم فى تنمية جميع قدرات المتعلم.

ويبين علاوى ( ٢٠٠٢ ) أن الذات المهارية تعتبر من بين الأبعاد التي تلعب دورا هاما في مفهوم الذات وتحتل مكانه كبيرة في المجال الرياضي فهي التي يقدم فيها اللاعب وجهة نظره عن ما يتمتع به من مهارات حيث تحدد مستوى أدائه الحركي وطموحه وإنجازاته وفشله (علاوى ٢٠٠٢، ص ١٤٤) .

ويوضح راتب ( ١٩٩٥ ) أنه من الممكن تنمية قيمة وتقدير الذات المهارية لدى الفرد الرياضى عن طريق توفير خبرات النجاح وتجنب خبرات الفشل أثناء الأداء الرياضى والتفسير الصحيح لها ، فإتاحة الفرصة للرياضى لمعرفة مدى تقدمه يؤثر إيجابياً على جوانب النمو النفسى المتعددة ويتوقع أن يمتد هذا التأثير الإيجابى فى مجالات الحياة المختلفة ( راتب ١٩٩٥ ، ص ١٥٣ ) .

ويضيف علاوى ( ٢٠٠٢ ) أن مفهوم تقدير الذات المهارية لدى الفرد الرياضى يرتبط بالافتتاح الداخلى للرياضى بكفاءته أو جدارته ، ويعتبر من العوامل الهامة التى تساعد الرياضى على فهم ذاته بصورة أكثر وضوحاً وواقعية هو نجاحه فى قدرته على تقييمه لنفسه وتقديره لذاته بصورة موضوعية بعيدة عن التحيز وكذلك قدرته على نقد الذات وإدراك مواطن الضعف لديه (علاوى ٢٠٠٢، ص ١٠٠) .

وقد أشارت العديد من الدراسات والبحوث ، ومنها دراسة Frieman ( ٢٠٠٣ ) ، دراسة حسن ( ٢٠٠٥ ) ، قامت منصور ( ٢٠٠٧ ) ، ودراسة Kanioglou ( ٢٠٠٨ ) ، دراسة اصلان ( ٢٠١٤ ) ، ودراسة الإسكندراني ( ٢٠١٤ ) على أهمية تقدير الذات والتي تعد إدراكا واضحا لجوانب نشاط المتعلم وهى نظره واقعية لمسيرة عمله بهدف تصحيح الأخطاء فى الأداء البدني والمهارى ، وأن اللذين يتمتعون بتقدير الذاتى المرتفع لديهم مستوى عالى من التحصيل المرتفع .

ويذكر Kelvin ( ٢٠٠١ ) أن سباحة الزحف على البطن هى أحد طرق السباحة الأربع وأسرعها وذلك من خلال طريقة أداء الذراعين والرجلين ومدى تحرك السباح فى الماء من جانب لآخر ومدى سرعة حركة الرجلين وطول الشد بالذراعين) (Kelvin Juba، p8).

وترى عبد العال ( ٢٠١٢ ) أن الأداء الفنى لسباحة الزحف على البطن يتطلب قدرة خاصة فى عملية التحكم والإنسيابية فى الأداء وتعتبر سباحة الزحف على البطن هى الجوهر الأساسى للسباحة، ومن مميزاتها أنها تجعل السباح يتحرك فى الماء أسرع من أى طريقة أخرى من طرق السباحة، وتجعله يرى أمامه فى الماء ولهذا تعتبر السباحة الوحيدة التى يلجأ إليها السباحون لتحقيق أفضل النتائج ( عبد العال عزة ٢٠١٢، ص ١٤ ) .

ويضيف عبد العزيز ( ٢٠٠٣ ) أن عملية تعليم السباحة ترتبط بالمتابعة الجيدة للأداء المكتسب وإصلاح الأخطاء الفنية فور ظهورها وبالتالي يتطلب إتمام عملية التعليم القيام بالتقييم الجيد والمستمر للأداء أثناء وبعد إنتهاء عملية التعليم ، وذلك من خلال أسلوب علمى مقنن يتم الاستفادة من نتائجه فى عملية التقويم للعملية التعليمية بصورة شاملة ومتكاملة وبالتالي يتم تعديل مسار الإنجاز بالنسبة للعملية التعليمية (عبد العزيز حمدى ٢٠٠٣، ص ٣١) .

وتبين سالم ( ١٩٩٧ ) أن حركة جسم السباح فى الماء تعتبر حركة إنتقالية أما ضربات الذراعين والرجلين فى طرق السباحة تعتبر حركة دائرية وأن جسم السباح يتحرك حركة خطية ناتجة عن حركات دائرية زاوية من ضربات الذراعين والرجلين وعندما يسبح السباح بسرعة تكون سرعته للأمام نتيجة قوتين إحداهما تعمل على إعاقته للخلف وتسمى قوة المقاومة والآخرى تعمل على دفعه للأمام وتسمى القوة الدافعة ( سالم وفيقة، ص ٣٠٢ ) .

ويرى كراولى Crowley's ( ٢٠٠٤ ) أن السباحة تتطلب تحريك الجسم فى الماء و أن سلامة شكل الأداء فى السباحة لا يعبر بالضرورة عن كفاءة التعليم و للوصول إلى جودة الأداء فإن الأمر يحتاج إلى معرفة كيفية حركة الجسم فى الماء بفاعلية ( Crowley's، p17، 2004 ) .

ومقرر السباحة من مقررات التربية الرياضية الهامة والرئيسية التى تأثرت بالتغير والتطور السريع الذى شهدته العملية التربوية والتعليمية بكلبات التربية الرياضية ، فأصبح من الضروري تطوير تدريس محتوى هذا المقرر ليتلائم مع طبيعة أداء

مهارات السباحة ، فعلى الرغم من أهمية هذا المقرر للطالبات إلا أن تعلم مهاراته تواجه صعوبة نظراً إلى التقدم في المرحلة السنوية ولعدم ممارستهن لها من قبل ، ولهذا فمن الضروري العمل على استخدام طرق وأساليب تعليمية تتناسب مع طبيعة هذه المرحلة السنوية ومهارات هذه الرياضة لأنها تحتاج إلى الكثير من العناية والجهد عند بدء تعلمها ، لذا إتجهت العديد من الدراسات في مجال تدريس السباحة إلى البحث عن طرق وأساليب متنوعة تتلائم مع طبيعيات المهارات المراد تعلمها من ناحية ، وقدرات وميول الطالبات من ناحية أخرى مع مراعاة الفروق الفردية بينهن ، وجعل الطالبات أكثر مشاركة وإيجابية في التعلم ، والإرتقاء بمستواهن

وتتبع مشكلة البحث الحالي من حقيقة أدركتها الباحثة أثناء عملها في تدريس مقرر السباحة وهي عدم فهم وإدراك الطالبة لطبيعة الأداء المهارى وعدم قدرتها على التصور الحركى للمهارة المؤداء مما ينعكس على ثقتها بنفسها وتقديرها لذاتها المهارية وتشعر بالإفتقار لما تمتلكه من طاقات خلاقه من شأنها مساعدتها في تطوير أدائها لتحقيق النجاح والتفوق مما جعل هناك حاجة ملحة لتنمية وتقدير الذات المهارية لدى طالبات الفرقة الأولى نظراً لطبيعة السباحة والتي تتطلب التحكم في الحركة والتوازن بين الأداء الفعلى والإسترخاء ، ومن خلال خبرة الباحثة المهنية في تدريس مقرر السباحة لاحظت أن أسلوب تعلم سباحة الزحف على البطن في المجال الأكاديمى الشائع هو تدريس الجانب الفنى بطريقة مباشرة يقوم فيها المعلم بشرح مراحل الأداء الفنى وعرضها من خلال أسلوب الأوامر الذى يجعل المتعلم لا يشارك في الموقف التعليمية بشكل إيجابى ، ومن خلال القراءات النظرية والإطلاع على بعض الدراسات المرجعية كردى ( ٢٠١٠ ) ، يوسف ( ٢٠٠٦ ) ، المهدي ( ٢٠٠٥ ) ، عبد العال ( ٢٠١٢ ) ومن خلال اختبارات مقرر السباحة ونتائجه لطالبات الفرقة الأولى إتضح وجود إنخفاض في مستوى التحصيل المعرفى وكذلك إنخفاض في مستوى الأداء المهارى في سباحة الزحف على البطن مرفق (١) وقد يرجع ذلك إلى أنهم يتعلموها في سن متأخرة وكذلك عدم وجود خبرة ذاتية وعدم وجود فرصة للتطبيق بالإضافة لعدم مراعاة الفروق الفردية بين الطالبات وإختلافهن في المستوى المهارى وتعتقد الباحثة أن ذلك قد يكون ناتج عن عدم تفاعل ومشاركة الطالبات في الموقف التعليمى أثناء التعلم ، كما أن العديد منهن لا يستطيعن رؤية نموذج أداء المراحل الفنية لسباحة الزحف على البطن بشكل واضح من زوايا مختلفة وبالتالي لا يتضح لهن النواحي الفنية لأداء المهارة بصورة صحيحة أو قد يكون لأسلوب التعلم المستخدم هذا التأثير في إنخفاض مستوى تقدير الذات المهارية وبعض نواتج التعلم ، لذا تحاول الباحثة من خلال هذه الدراسة تصميم وتنفيذ أسلوب تعليمى يتناسب مع هذه المرحلة السنوية مما قد يحقق الهدف من عملية التعلم ، ولهذا عملت على محاولة التعرف على تأثير نموذج أبعاد التعلم لمارزانو على مستوى تقدير الذات المهارية وتعزيز بعض نواتج التعلم في سباحة الزحف على البطن للمبتدئات .

#### هدف البحث :

يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير نموذج أبعاد التعلم لمارزانو على مستوى تقدير الذات المهارية وتعزيز بعض نواتج التعلم في سباحة الزحف على البطن للمبتدئات من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة من خلال التعرف على :

- تأثير نموذج أبعاد التعلم لمارزانو على مستوى تقدير الذات المهارية في سباحة الزحف على البطن لدى المبتدئات من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة .
- تأثير نموذج أبعاد التعلم لمارزانو على مستوى التحصيل المعرفى في سباحة الزحف على البطن لدى المبتدئات من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة .
- تأثير نموذج أبعاد التعلم لمارزانو على مستوى الأداء المهارى (وضع الجسم - ضربات الرجلين - حركة الذراع اليمنى - حركة الذراع اليسرى - حركات الذراعين - التنفس - التوافق " السباحة كاملة" ) في سباحة الزحف على البطن لدى المبتدئات من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة .

#### فروض البحث :

- يؤثر نموذج أبعاد التعلم لمارزانو إيجابيا على مستوى تقدير الذات المهارية في سباحة الزحف على البطن لدى المبتدئات من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة .
- يؤثر نموذج أبعاد التعلم لمارزانو إيجابيا على مستوى التحصيل المعرفى في سباحة الزحف على البطن لدى المبتدئات من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة .
- يؤثر نموذج أبعاد التعلم لمارزانو إيجابيا على مستوى الأداء المهارى (وضع الجسم - ضربات الرجلين - حركة الذراع اليمنى - حركة الذراع اليسرى - حركات الذراعين - التنفس - التوافق "السباحة كاملة" ) في سباحة الزحف على البطن لدى المبتدئات من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة .

### مصطلحات البحث :

#### نموذج أبعاد التعلم لمارزانو :

هو نموذج تدريس صفى ( عملى ) يتضمن عدة خطوات إجرائية منظمة ومتتابعة ، تحدث تفاعل بين خمسة أنماط متمثلة في اكتساب اتجاهات وإدراكات إيجابية من التعلم ، واكتساب المعرفة الجديدة وتكاملها واتساقها مع المعرفة القائمة فعلاً ، وتعميق المعرفة وتدقيقها للوصول إلى نهايات ونتائج جديدة ، واستخدام المعرفة استخداماً ذا معنى ، وتنمية استخدام العادات العقلية المنتجة والتي تحدث خلال التعلم وتسهم في نجاحه (p70Marzano,R. 2006) .

تقدير الذات المهارية :

هى عبارة عن تقدير الطالبة لما تتمتع به من مهارات حركية خاصة ومدى كفايتها وإستعدادها بالنسبة للمهارات الحركية المختلفه التى تشكل فى مجموعها المهارات الحركية الأساسية فى النشاط التخصصى (علاوى محمد،رضوان نصر ٢٠٠١،ص٦٢٤).

#### إجراءات البحث :

منهج البحث : المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة البحث بإستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة .

مجتمع وعينة البحث : تمثل مجتمع البحث طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة فى الفصل الدراسى الأول ٢٠١٩ م / ٢٠٢٠ م ، والبالغ عددهن ( ٥٠٨ ) طالبة ، تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية ممن تقوم الباحثة بالتدريس لهن واللانى لم يسبق لهن تعلم سباحة الزحف على البطن ولكن إجتازن المهارات الأساسية في السباحة ولم يصلن إلى مرحلة الإتقان وبلغ عددهن ( ٦٠ ) طالبة وتم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بواقع ( ٣٠ ) طالبة للمجموعة تجريبية تم تطبيق البرنامج التعليمى بإستخدام نموذج أبعاد التعلم لمارزانو عليهن ، والأخرى ضابطة وعددها ( ٣٠ ) طالبة تم تطبيق الإسلوب التقليدى المتبع فى التدريس من (الشرح اللفظى وأداء النموذج العملى)عليهن ، كما قامت الباحثة بسحب عينة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية عددها (٤٠) طالبة تمثل العينة الإستطلاعية قبل البدء فى تنفيذ تجربة البحث ، وجدول (١) يوضح تصنيف عينة البحث .

#### جدول (١) تصنيف أفراد عينة البحث

عينة البحث		إجمالى العينة		مجتمع البحث	أفراد مجتمع البحث
تجريبية	ضابطة	أساسية	إستطلاعية		
٣٠	٣٠	٦٠	٤٠	٥٠٨	طالبات الفرقة الأولى بالكلية

#### ضبط متغيرات البحث:

قامت الباحثة بإجراء التوزيع الإعتدالي لعينة البحث ( الأساسية - الإستطلاعية ) والبالغ عددهن ( ١٠٠ ) طالبة للتأكد من وقوعها تحت المنحنى الإعتدالي وذلك فى معدلات النمو ( السن- الطول- الوزن ) ، القدرات العقلية ( الذكاء ) ، وتقدير الذات المهارية ، المتغيرات البدنية ( التحمل الدورى التنفسى- القدرة العضلية - القوة العضلية - التوافق - الرشاقة - المرونة ) و المتغيرات المهارية ( الطفو والإنزلاق على البطن - ضربات الرجلين - حركة الذراع الأيمن - حركة الذراع الأيسر - حركات الذراعين - التنفس المنتظم - التوافق ) ، كما يوضحه جدول ( ٢ ) .

جدول ( ٢ ) إعتدالية عينة البحث (الأساسية - الاستطلاعية) فى جميع متغيرات البحث  
ن = ١٠٠ طالبة

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابى	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
البدنية	السن	١٨,٦٢	٠,٤٨٧	١٨,٤٦	٠,٢٦٨
	الطول	١٦٣,١٣	١,٧٩٨	١٦٢,٨٩	٠,٤٥٠
	الوزن	٥٩,٨٩	٧,١١٨	٦٠,٠٠	٠,١٤٥-
	القدرات العقلية	٧٤,٥٤١	٣,٥٢٢	٧٥,٣٢٠	٠,٣٦٧-
	تقدير الذات المهارية	٨٨,٧٥	٦,٨٣	٨٨,١١١	٠,٦٧
المهارية	التحصيل المعرفى	١٣,٣١	٣,٣٧٦	١٣	٠,٨٧
	السرعة التزايدية	٦,٤٦	٠,٦٣	٦,٧٣	٠,١٥٧-
	القدرة العضلية للرجلين	١٩,١٣	٠,٤٣	١٩	٠,٧٩
	القدرة العضلية للذراعين	٥,٤٢	٠,١٤٥	٥,١٢	٠,٨٢١
	المرونة	١٠,٥١	١,٤٥	١٠	٠,٤٨
	التوافق	٢٥,٤٢	٠,٨٩	٢٥	٠,٧٣
	الرشاقة	٢٤,٧٣	٠,٤٦	٢٤	٠,٧١
	الطفو والإنزلاق على البطن	٢,٦٢	٠,٣٤١	٢,٧٨	٠,٢١٥-
	ضربات الرجلين	١,٦٥	٠,٢٠١	١,٤١	٠,١٠٣
	حركة الذراع الأيمن	١,٢٦	٠,٥٤٤	١,١٥	٠,١٠٤
المهارية	حركة الذراع الأيسر	١,٦٧	٠,٤٢٠	١,٤٢	٠,١٥٦
	حركات الذراعين	١,٥٧	٠,٢٧٤	١,٦٤	٠,١٣٦-
	التنفس المنتظم	٠,١٩٥	٠,٣٢٤	٠,٢٥٣	٠,٠٧٣-
	التوافق	٣,٣٢	٠,١١٠	٣,٨١	٠,٠٨٨-

يتضح من جدول ( ٢ ) أن جميع معاملات الالتواء لعينة البحث (الأساسية- الاستطلاعية) فى معدلات النمو والذكاء وتقدير الذات المهارية وبعض المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث تراوحت قيم معامل الإلتواء ما بين ( -٠,١٤٥ : ٠,٣٦٧ ) أى انحصرت ما بين ( -٣ : ٣ ) مما يدل على أن عينة البحث تقع تحت المنحنى الإعتدالى فى هذه المتغيرات .

ولتكافؤ عينة البحث الأساسية تم حساب المتوسط الحسابى والإنحراف المعياري ودلالة الفروق بين المجموعتين (التجريبية - الضابطة) فى المتغيرات البدنية والمهارية والذكاء وتقدير الذات المهارية (قيد البحث) ، ويعتبر هذا القياس بمثابة القياس القبلى لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة ، و جدول (٣) يوضح ذلك .

جدول ( ٣ ) دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطات المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياسات القبلىة لجميع متغيرات البحث المختارة (التكافؤ)

ن = ٢ = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة	
		س١	ع ±	س٢	ع ±
السرعة التزايدية	الثانية	٦,٦١	٠,٥٣٤	٦,٤٢	٠,٦٢١
القدرة العضلية للرجلين	سم	١٩,١٤	٠,٦٢	١٩,١٥	٠,٧٢
القدرة العضلية للذراعين	متر	٥,١٧	٠,١٤٥	٥,٣٧	٠,٤٥٦
المرونة	سم	١٠,٥٦	١,٤١	١٠,٩١	١,٣١
التوافق	الثانية	٢٥,٤٢	٠,٦٥	٢٤,٤٣	٠,٧١

المهارة	الرشاقة	الثانية	٢٤,٧٤	٠,٩٤	٢٤,٧٢	٠,٨٣	٠,٧٣
الطفو والانزلاق على البطن	درجة	٢,٦٧	٠,١٥٦	٢,٧١	٠,١٥٣	١,٧٣١	١,٧٣١
ضربات الرجلين	درجة	١,٥٨	٠,٣٤١	١,٦٣	٠,٣٢٣	١,٣١١	١,٣١١
حركة الذراع الايمن	درجة	١,٦٦	٠,٣٢٣	١,٧٧	٠,٣٦٢	١,٥٣٦	١,٥٣٦
حركة الذراع الايسر	درجة	١,٨٥	٠,١١٥	١,٨١	٠,١٣٣	١,٣١٠	١,٣١٠
حركات الذراعين	درجة	١,٨٨	٠,٢٧٤	١,٥٨	٠,٢٧٦	١,٢٥٤	١,٢٥٤
التنفس المنتظم	درجة	٠,٣٨١	٠,٣١٥	٠,٢٦٨	٠,٣٣١	٠,٥٦٢	٠,٥٦٢
التوافق	درجة	٣,٤٦	٠,٤١١	٣,٥٧	٠,٢٤١	٠,١٨٩	٠,١٨٩
الذكاء	درجة	٧٤,٣١٠	٢,١٢٠	٧٥,٦٢٣	١,٢٥٥١	٠,٥٣٢٤-	٠,٥٣٢٤-
تقدير الذات المهارية	درجة	١١٤,٧٢	٦,٥٧	١١٨,٢٠	٤,١٨	١,٣١٦	١,٣١٦
التحصيل المعرفى	درجة	١٣,٣١	٠,٣٤١	١٣,٥٧	٠,٢٣٥	٠,٤٦٧	٠,٤٦٧

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٠٤٢

يتضح من جدول (٣) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية والمهارية والذكاء وتقدير الذات المهارية مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات .  
وسائل وأدوات جمع البيانات :  
- أجهزة وأدوات البحث :

- جهاز الريستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر ووزن الجسم بالكيلوجرام .
- جهاز الديناموميتر لقياس القوة العضلية .
- شريط قياس لقياس المسافات بالسنتيمتر .
- ساعة إيقاف لحساب الزمن (لأقرب ثانية) .
- كفوف - زعانف - عوامات الشد الطافية - كرات بلاستيك - أحبال - طباشير .
- لوحات طفو ضربات رجلين .
- عدد ( ٢ ) كاميرا تصوير فيديو رقمية ماركة سوني SONY TR3600 ١٢٠ كادر / ث .
- الحاسوب Computer تم استخدام Lap Top الخاص بالباحثة.
- جهاز عرض البيانات (Data Show)
- شبكة المعلومات الدولية ( الإنترنت )
- صور ورسوم توضيحية .

المقابلة الشخصية : قامت الباحثة بالمقابلات الشخصية مع ذوى الخبرة والمختصين فى مجال ( طرق التدريس وعلم النفس والسباحة) مرفق (٢) للاستفادة من آرائهم فيما يخص المعلومات المتعلقة بموضوع الدراسة الحالية مثل ( كيفية تصميم وتطبيق نموذج مارزانو لأبعاد التعلم ضمن البرنامج التعليمى لسباحة الزحف على البطن للمبتدئات ، أنسب الوسائل التعليمية التى يمكن إستخدامها مع الإسلوب التدريسى المقترح ، مقياس الذات المهارية ) .

الدراسة الاستطلاعية: قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة بلغ عددها (٤٠) طالبة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وذلك فى الفترة من ٢٠١٩/١٠/١٥م إلى ٢٠١٩/١٠/٣٠م واستهدفت التعرف على:

- مدى صلاحية الأجهزة والأدوات والمكان المستخدم لتنفيذ التجربة.
- مدى مناسبة المحتوى التعليمي لقدرات الطالبات ومدى فهمهن له.
- ملائمة الاختبارات المستخدمة لمستوى أفراد عينة البحث.
- إجراء المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات قيد البحث.
- مدى ملائمة مقياس تقدير الذات المهارية لإدراك الطالبة لمواطن القوة والضعف في كفايتها المهارية الخاصة بسباحة الزحف على البطن .

وكانت أهم نتائجها : صلاحية الأجهزة والأدوات والمكان المستخدم لتنفيذ التجربة وكذلك المحتوى التعليمي والاختبارات المستخدمة ومقياس تقدير الذات المهارية لعينة البحث .  
الإختبارات والمقاييس

### - إختبار القدرة العقلية : مرفق (٣)

قامت الباحثة بتطبيق إختبار الذكاء اللفظى الذى قام بإعداده عبد الحميد ؛ عمر (٢٠٠٧) والذى ثبت صدقة وثباته لقياس السمه التى وضع من أجلها، وتم إجراء المعالجة الإحصائية لهذا الإختبار.

صدق الإختبار : تم إيجاد معامل الصدق لإختبار الذكاء العالى عن طريق صدق التمايز للتأكد من صدق إختبار الذكاء العالى من خلال تطبيق الإختبار على عينة غير مميزة مشابهة لعينة البحث عددهم (٤٠) طالبة وعينة مميزة من طالبات الفرقة الثانية عددهم (٤٠) طالبة واللانى يتقن سباحة الزحف على البطن وحساب الفروق بين المجموعتين للتأكد من صدق الإختبار . ويوضح ذلك جدول (٤).

#### جدول (٤) صدق التمايز لإختبار الذكاء

ن = ٢ = ٤٠ طالبة

الإختبار الذكاء	مجموعة غير المميزة		مجموعة مميزة		قيمة ت
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
	٧٤,٣١٠	١,٦٢٨	١٩,٤٥٠	١,٤٧٦	*٤,١٣٤

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٠٢١ دال \*

يتضح من جدول (٤) أن قيمة ت المحسوبة أكبر من قيمة ت الجدولية مما يدل على وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات المجموعة غير المميزة ومتوسطات المجموعة المميزة فى إختبار الذكاء لصالح المجموعة المميزة عند مستوى معنوية ٠,٠٥ .

ثبات الإختبار : استخدمت الباحثة طريقة التطبيق وإعادة التطبيق للتأكد من ثبات إختبار الذكاء من خلال تطبيق الإختبار على عينة مشابهة لعينة البحث عددهم (٤٠) طالبات وإعادة التطبيق بعد مرور أسبوعين من التطبيق الأول على نفس العينة وجدول (٥) يوضح ذلك .

#### جدول (٥) ثبات إختبار الذكاء

ن = ٤٠ طالبة

الإختبار الذكاء	التطبيق الاول		التطبيق الثانى		معامل الارتباط
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
	٧٤,٣١٠	١,٦٢٨	٧٥,٢٢١	١,٣٦١	*٠,٨٥٩

قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٣٢٥ دال \*

يتضح من جدول (٥) وجود علاقة طردية دالة احصائيا بين التطبيق الأول و التطبيق الثانى للعينة الإستطلاعية فى إختبار الذكاء عند مستوى معنوية ٠,٠٥ .

### - الإختبارات البدنية : مرفق (٤)

قامت الباحثة بالإطلاع على العديد من المراجع العلمية والدراسات السابقة فى مجال رياضة السباحة عبد الفتاح (١٩٩٤) ، العمارى (٢٠١١) ، حلمى (٢٠٠٠) ، القط (٢٠٠٠) وذلك بهدف تحديد المتغيرات البدنية الخاصة بسباحة الزحف على البطن ، وكذلك الإختبارات التى تقيسها ، والتى تعد من المتطلبات البدنية والأساسية لأداء المهارات فى سباحة الزحف على البطن و تم تحديد أنسب هذه الصفات واختباراتها والمتمثلة فى:

- ١- السرعة التزايدية : ٣٠ متر عدو من البدء المنخفض .
- ٢- القدرة العضلية للرجلين : الوثب العمودى من الثبات لسارجنيت .
- ٣- القدرة العضلية للذراعين : رمى كرة طبية للأمام
- ٤- المرونة : ثنى الجذع للأمام من الوقوف .
- ٥- التوافق العضلى العصبى : إختبار النط فى الدوائر الرقمية .
- ٦- الرشاقة : الجرى المكوكى مختلف الأبعاد ٩-٣-٦-٣-٩ م .

## المعاملات العلمية للإختبارات البدنية قيد البحث :

صدق الإختبارات البدنية : تم حساب صدق الإختبارات البدنية قيد البحث عن طريق صدق التمايز بين مجموعتين متساويتين في العدد قوام كل منهن (٤٠) طالبة ، إحداهن تمثل عينة البحث الإستطلاعية (المجموعة غير المميزة) ، والمجموعة الأخرى من طالبات الفرقة الثانية (المجموعة المميزة) ، ثم تم حساب الفروق بين المجموعتين للتأكد من صدق الإختبارات وجدول (٦) يوضح ذلك .

## جدول (٦) صدق التمايز للإختبارات البدنية

ن<sub>١</sub>=ن<sub>٢</sub>=٤٠ طالبة

الإختبارات	مجموعة غير مميزة		مجموعة مميزة		قيمة ت
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
السرعة التزايدية	٦,٥٣	٠,٥٣٤	٥,٤١	٠,٦٢١	*٤,٣٣٥
القدرة العضلية للرجلين	١٩,٦٧	٦,١٠١	٢٣,١٥	٣,٨٧٣	*٤,٩٣٠
القدرة العضلية للذراعين	٥,٤٤	١,١٧٥	٦,٨٧	٠,٣٢١	٣,٣٤٥
المرونة	١٠,١٣	٣,٠٩٢	١٢,٥٢	٣,١٦٩	*٤,٩٨١
التوافق	٢٥,١١	٢,٤٨٩	٢١,٠٥	٢,٣٤١	*٣,٢٤٣
الرشاقة	٢٤,٩١	٤,٥٧٥	٢٠,٦٦	١,٢١٣	*٢,٩٥٦

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٠٢١ دال

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات المجموعة الغير مميزة ومتوسطات المجموعة المميزة في الإختبارات البدنية لصالح متوسطات المجموعة المميزة عند مستوى معنوية ٠,٠٥ . ثبات الإختبارات البدنية : استخدمت الباحثة طريقة التطبيق وإعادة التطبيق للتأكد من ثبات الإختبارات البدنية من خلال تطبيق الإختبارات على عينة مشابهة لعينة البحث عددهم ٤٠ طالبة و إعادة التطبيق بعد مرور أسبوعين من التطبيق الأول على نفس العينة وجدول (٧) يوضح ذلك .

## جدول (٧) ثبات الإختبارات البدنية

ن=٤٠ طالبة

المتغيرات	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
السرعة التزايدية	٦,٥٣	٠,٥٣٤	٦,٤٤	٠,٧٥٢	*٠,٩٦٥
القدرة العضلية للرجلين	١٩,٦٧	٦,١٠١	١٩,٨٩	٥,٥٢٤	*٠,٩٨٥
القدرة العضلية للذراعين	٥,٤٤	١,١٧٥	٥,٣٥	٠,٢٤٦	*٠,٩٤١
المرونة	١٠,١٣	٣,٠٩٢	١٠,٦٢	٢,١٦٩	*٠,٩٧٨
التوافق	٢٥,١١	٢,٤٨٩	٢٥,٤٣	٢,٣٢٢	*٠,٩٤١
الرشاقة	٢٤,٩١	٤,٥٧٥	٢٤,٧٦	٣,١١١	*٠,٩٨٨

قيمة معامل الارتباط الجدولة عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٣٢٥ دال

يتضح من جدول (٧) وجود علاقة طردية دالة احصائيا بين التطبيق الأول و التطبيق الثاني للعينة الإستطلاعية في الإختبارات البدنية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ .

## إختبارات تقييم مستوى الأداء المهارى لسباحة الزحف على البطن مرفق (٥) :

قامت الباحثة بالإطلاع على المراجع العلمية والدراسات السابقة في مجال السباحة Maglisho (١٩٩٣) ، سالم (١٩٩٧) ، حلمى (٢٠٠٠) ، القظ (٢٠٠٠) وذلك بهدف تحديد أهم الإختبارات الخاصة التى تقيس مستوى أداء سباحة الزحف على البطن ، ثم قامت بعرض تلك الإختبارات على السادة الخبراء فى مجال السباحة مرفق (٢) . وتم تقييم مستوى الأداء المهارى لسباحة الزحف على البطن بواقع درجة من عشرة لكل جزء من من مراحل الأداء الفنى لسباحة الزحف على البطن وفقاً لأراء السادة الخبراء ثم قامت الباحثة بإيجاد المتوسط الحسابى لدرجات المحكمين والبالغ عددهم (٣) محكمين مرفق (٦) .

## المعاملات العلمية للإختبارات المهارية قيد البحث :

صدق الإختبارات المهارية : تم حساب صدق الإختبارات المهارية قيد البحث عن طريق صدق التمايز بين مجموعتين متساويتين في العدد قوام كل منهن (٤٠) طالبة ، إحداهن تمثل عينة البحث الإستطلاعية (المجموعة غير المميزة) ، والمجموعة

الأخرى من طالبات الفرقة الثانية (المجموعة المميزة) ، ثم تم حساب الفروق بين المجموعتين للتأكد من صدق الاختبارات وجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨) صدق التمايز للاختبارات المهارية لسباحة الزحف على البطن.

ن = ٢ = ٤٠ طالبة

الإختبارات	مجموعة غير مميزة		مجموعة مميزة		قيمة ت
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
الطفو والانزلاق على البطن	٢,٦٧	٠,١٥٦	٧,٦٥	٠,٥٦١	*٥,٤١٤
ضربات الرجلين	١,٥٨	٠,٣٤١	٧,٦٩	٠,٢٥٨	*٤,٥٨١
حركة الذراع الأيمن	١,٦٦	٠,٣٢٣	٧,٥٦	٠,٩٦٥	*٦,٣٦٦
حركة الذراع الأيسر	١,٨٥	٠,١١٥	٧,٨٨	٠,٨٤٦	*٦,٣٤٩
حركات الذراعين	١,٨٨	٠,٢٧٤	٧,٧٥	٠,٧٧١	*٣,٧٢١
التنفس المنتظم	٠,٣٨١	٠,٣١٥	٨,٤٨	٠,٥٤٨	*٨,٤٠٥
التوافق	٣,٤٦	٠,٤١١	٨,٩٨	٠,٦٧٨	*٧,٢١٣

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية  $٠,٠٥ = ٢,٠٢١$  دال\*

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات المجموعة الغير مميزة ومتوسطات المجموعة المميزة في الإختبارات المهارية لصالح متوسطات المجموعة المميزة عند مستوى معنوية  $٠,٠٥$  .

ثبات الإختبارات المهارية : استخدمت الباحثة طريقة التطبيق وإعادة التطبيق للتأكد من ثبات الإختبارات المهارية من خلال تطبيق الإختبارات على عينة مشابهة لعينة البحث عددهم ٤٠ طالبة وإعادة التطبيق بعد مرور أسبوعين من التطبيق الأول على نفس العينة وجدول (٩) يوضح ذلك .

جدول (٩) ثبات الإختبارات المهارية لسباحة الزحف على البطن

ن = ٤٠ طالبة

المتغيرات	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
الطفو والانزلاق على البطن	٢,٦٧	٠,١٥٦	٢,٥٤	٠,٦٤٨	*٠,٨٤١
ضربات الرجلين	١,٥٨	٠,٣٤١	١,٣٢	٠,٣٢٨	*٠,٧٢١
حركة الذراع الأيمن	١,٦٦	٠,٣٢٣	١,٢١	٠,٤٠٥	*٠,٨٥٦
حركة الذراع الأيسر	١,٨٥	٠,١١٥	١,٦٧	٠,٥٣٣	*٠,٨٧٦
حركات الذراعين	١,٨٨	٠,٢٧٤	١,٨٨	٠,١٦٣	*٠,٨٧٧
التنفس المنتظم	٠,٣٨١	٠,٣١٥	٠,٣٢٠	٠,٤٠٣	*٠,٩١٥
التوافق	٣,٤٦	٠,٤١١	٣,٥٩	٠,٥٠٣	*٠,٩٦٣

قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى معنوية  $٠,٠٥ = ٠,٣٢٥$  دال\*

يتضح من جدول (٩) وجود علاقة طردية دالة احصائيا بين التطبيق الأول و التطبيق الثاني للعينة الإستطلاعية في الإختبارات المهارية عند مستوى معنوية  $٠,٠٥$  .

تصوير الأداء المهارى : تم تصوير الأداء المهارى للطالبات بكاميرا فيديو بسرعة ١٢٠ كادر / ث تم وضعها على الجانب الأيسر من حمام السباحة وعلى مسافة ( ٥ ) متر من الحارة التي يتم أداء الطالبة فيها ، واشتمل مجال التصوير على الأداء من البداية إلى النهاية ، وتم عرض تصوير الفيديو على إستوانة مدمجة لأفراد المجموعتين على (٣) محكمين في مجال السباحة من أعضاء هيئة التدريس والمتخصصين في مجال السباحة مرفق (٦) على أن يقوم السادة المحكمين بالتحليل الوصفى وتقييم الأداء المهارى بالدرجات لكل طالبة على حدة بواسطة إستمارة تقييم الأداء المهارى لسباحة الزحف على البطن مرفق (٥) وذلك دون معرفة الخبراء لإنتماء الطالبات إلى أى مجموعة من المجموعتين الضابطة والتجريبية لضمان عامل الحيادية ، مع تحديد درجة كل إختبار بمتوسط درجات الخبراء الثلاثة .

مقياس تقدير الذات المهارية: (من تصميم الباحثة) مرفق (٧)

تحديد عبارات مقياس تقدير الذات المهارية : استعانت الباحثة بمقياس تقدير الذات المهارية الذى أعده علاوي؛ الهلالي ؛ راغب (علاوي، محمد ١٩٩٨) والخاص بتقدير لاعب الكرة الطائرة للصفات المهارية التي يتمتع بها في ضوء إدراكه لمواطن القوة والضعف في كفايته المهارية الخاصة بكرة الطائرة ، حيث تم تعديل عبارات المقياس وفقا لطبيعة مقرر السباحة بشكل عام

وسباحة الزحف على البطن بشكل خاص وبعد إضافة بعض العبارات وحذف بعضها الآخر وإعادة صياغة البعض وبعد عرض المقياس على مجموعة من الخبراء مرفق (٨) تم وضع جميع العبارات فى قائمة تحتوى على مقياس خماسى ، وقد روعى عند صياغة العبارات أن يكون البعض إيجابياً والآخر سلبياً حتى لا تجيب الطالبة على العبارات دون تركيز أو تفكير وبالتالي نضمن جدية الطالبة فى الإجابة عن المقياس . ويتكون المقياس من (٤٠) عبارة منهم عدد (٣٠) عبارة إيجابية وعدد (١٠) عبارات سلبية ، ويوجد أمام كل عبارة من عبارات المقياس خمسة مستويات للإجابة هى : ( أبدا- نادرا- أحيانا - غالبا - دائما ) ، وتعطى أوزان الدرجات ( ١-٢-٣-٤-٥ ) للفقرات الإيجابية والعكس صحيح فى الفقرات السلبية وبذلك تكون الدرجة العليا للمقياس (٢٤٠) والصغرى (٤٠) درجة بمتوسط فرضى (١٢٠)

الفقرات الإيجابية لمقياس الذات المهارية ( ١-٢-٣-٤-٥-٦-٧-٨-٩-١٠-١١-١٢-١٣-١٤-١٥-١٦-١٧-١٨-١٩-٢٠-٢١-٢٢-٢٣-٢٤-٢٥-٢٦-٢٧-٢٨-٢٩-٣٠-٣١-٣٢-٣٣-٣٤-٣٥-٣٦-٣٧-٣٨-٣٩-٤٠ ) .

الفقرات السلبية لمقياس الذات المهارية ( ٤-٧-٩-١٠-١١-١٢-١٣-١٤-١٥-١٦-١٧-١٨-١٩-٢٠-٢١-٢٢-٢٣-٢٤-٢٥-٢٦-٢٧-٢٨-٢٩-٣٠-٣١-٣٢-٣٣-٣٤-٣٥-٣٦-٣٧-٣٨-٣٩-٤٠ ) وجدول (١٠) يوضح عبارات المقياس بعد التعديل .

### جدول ( ١٠ ) مقياس تقدير الذات المهارية

م	العبارات	ميزان التقدير
		أبدا نادرا أحيانا غالبا دائما
١	أستطيع أداء الطفو (وضع الجسم على الماء) بطريقة صحيحة	
٢	أتميز بالدقة فى الوقوف فى الماء	
٣	أستطيع الدخول فى الماء باليدين معا والذراعين حول الأذنين	
٤	أجد صعوبة فى الاحتفاظ بالوضع الانسيابى ٣ ث بعد الدخول	
٥	بعد أداء الطفو يمكننى أداء ضربات الرجلين بسلاسة	
٦	يمكن أن أودى ضربات الرجلين مع أول ضربات الذراعين بمهارة	
٧	أتردد فى النزول ووضع وجهى فى الماء	
٨	يمكننى أن أنوع فى وقفة الاستعداد بكل سهولة فى الماء أو من أعلى المكعب	
٩	لا أجيد السباحة السريعة	
١٠	يصعب على أخذ أول تنفس بعد أول دورة بالذراعين	
١١	أستطيع أن أحافظ على وضع الرأس فى سطح الماء مع خط الشعر	
١٢	أجيد إخراج الزفير والوجه فى الماء	
١٣	يمكننى أخذ شهيق واحد فى مرة التنفس الواحدة	
١٤	أجيد التنفس كل ٣ ضربات ذراع	
١٥	من السهل على أن انتظم فى إيقاع ضربات الرجلين	
١٦	يمكننى أن أودى دخول الذراع الماء بالأصابع أمام الكتف	
١٧	أستطيع أن أتحرك بسهولة وانسيابية فى الماء	
١٨	تعرف الطالبات مدى مهارتى فى سباحة الزحف على البطن	
١٩	أستطيع أن أعمل سرعة فى الدخول بداية من ٧,٥ متر	
٢٠	يصعب على الطالبات منافستى	
٢١	أستطيع أن أداء ضربات الرجلين من مفصل الفخذ	
٢٢	أتميز فى ضربات الرجلين ولا أجيد أداء باقى أجزاء سباحة الزحف على البطن	
٢٣	لو كنت فى موقف حرج فى الماء يمكننى التصرف	
٢٤	أستطيع توجيه نفسى فى الماء بسهولة	
٢٥	تحركاتى فى حمام السباحة دقيقة	
٢٦	يمكننى أن أجيد حركات الذراعين	

تابع جدول ( ١٠ ) مقياس تقدير الذات المهارية

م	العبارات	ميزان التقدير
		أبدا نادرا أحيانا غالبا دائما
٢٧	لا أحب القفز من مكعب البدء	
٢٨	أجيد التنفس في الماء عند أداء سباحة ليزحف على البطن	
٢٩	أستطيع دوران الرأس للتنفس مهما كان صعبا	
٣٠	تحركاتي واتزاني في الماء تمكنني من حسن أداء واجباتي .	
٣١	يمكنني الشد تحت الماء بالذراع وتقاطع الساعد مع أسفل الجسم	
٣٢	عندما تنزلق رجلى في الماء أستطيع الوقوف بسرعة ويثبتت عالي	
٣٣	أجيد أداء التنفس من اليسار واليمين في سباحة الزحف على البطن	
٣٤	أصعب جزء في سباحة الزحف على البطن هو التوقيت والتوافق	
٣٥	أجيد الإنسيابية في وضع جسمي في الماء	
٣٦	أستطيع عمل الذراعين بصورة تبادلية على التوالي.	
٣٧	أنا ممتازة في أداء نهاية الشد بخروج الذراع والابهام يلامس الفخذ	
٣٨	أدائي عند أخذ النفس غير جيد	
٣٩	يصعب على رجوع الذراعين بالمرفق العالي	
٤٠	بعض أجزاء سباحتي لا تعجب زميلاتي	

المعاملات العلمية لمقياس تقدير الذات المهارية :

حساب الصدق : تم حساب صدق مقياس تقدير الذات المهارية قيد البحث عن طريق صدق التمايز بين مجموعتين متساويتين في العدد قوام كل منهن (٤٠) طالبة ، إحداهن تمثل عينة البحث الإستطلاعية (المجموعة غير المميزة) ، والمجموعة الأخرى من طالبات الفرقة الثانية (المجموعة المميزة) ، ثم تم حساب الفروق بين المجموعتين للتأكد من صدق المقياس وجدول (١١) يوضح ذلك.

جدول (١١) صدق التمايز لمستوى تقدير الذات المهارية

ن=١ ن=٢=٤٠

المتغيرات	مجموعة غير مميزة		مجموعة مميزة		قيمة ت
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
تقدير الذات المهارية	٧١١.٨٧	٧٥٢.٠	٣١٤.٢٢٥	٦٢٣.٠	٣١٤.٦*

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٠٢١ دال\*

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات المجموعة الغير مميزة ومتوسطات المجموعة المميزة في مستوى تقدير الذات المهارية لصالح متوسطات المجموعة المميزة عند مستوى معنوية ٠,٠٥ .

حساب الثبات : استخدمت الباحثة طريقة التطبيق وإعادة التطبيق للتأكد من ثبات اختبار مستوى تقدير الذات المهارية من

خلال تطبيق الاختبار على عينة مشابهة لعينة البحث عددهم ٤٠ طالبة و إعادة التطبيق بعد مرور ١٥ يوم من التطبيق الأول على نفس العينة وجدول (١٢) يوضح ذلك .

جدول (١٢) معامل ثبات مقياس تقدير الذات المهارية

المتغيرات	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
	س <sup>١</sup>	ع <sup>١</sup> ±	س <sup>٢</sup>	ع <sup>٢</sup> ±	
تقدير الذات المهارية	٣١٤.٨٨	٧٢٦.٠	٩٨٧.٨٧	٨٤٣.٠	٩٧٥.٠*

قيمة معامل الارتباط الجدولة عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٣٢٥ دال\*

يتضح من جدول (١٢) وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين التطبيقين لمقياس تقدير الذات المهارية ، مما يدل على ثبات المقياس فى قياس ما وضع من أجله ، وبذلك يكون المقياس بصورته النهائية جاهز للتطبيق على عينة البحث الأساسية حيث إشملت عباراته على عدد (٤٠) عبارة .

الاختبار المعرفى لقياس مستوى التحصيل المعرفى لسباحة الزحف على البطن مرفق (٩) :

أعد هذا الإختبار المتولى (٢٠١٦) ويهدف إلى قياس مستوى التحصيل المعرفى لسباحة الزحف على البطن ، وقد تم تطبيقه على عينه مماثله لعينة البحث الحالية ، ويتكون من (٣٠) مفردة موزعة على نوعان من الأسئلة هما "أسئلة الإختيار من متعدد"، أسئلة من نوع الصواب والخطأ ، زمن الإختيار (٢٥) ق ، وقد وقع إختيار الباحثة على هذا الإختيار لإختيارها نفس المرحلة السنية تقريباً ، لحدائته وتمتعه بدرجة مقبولة من الصدق والثبات .

المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للإختبار المعرفى قيد البحث :

أولاً: الصدق:

تم حساب صدق الإختبار المعرفى قيد البحث عن طريق صدق التمايز بين مجموعتين متساويتين فى العدد قوام كل منهن (٤٠) طالبة ، إحداهن تمثل عينة البحث الإستطلاعية (المجموعة غير المميزة) ، والمجموعة الأخرى من طالبات الفرقة الثانية (المجموعة المميزة) ، ثم تم حساب الفروق بين المجموعتين للتأكد من صدق الإختبارات وجدول (٨) يوضح ذلك. وجدول (١٣) يوضح ذلك .

جدول (١٣) دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة فى الإختبار المعرفى

الاختبار	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		ت
	م	ع±	م	ع±	
التحصيل المعرفى	٢٦,٦٧	٢,٦١	١٣,٥٠	٢,٤٢	٨,٧٤

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) = ٢,٠٢١

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين المميزة وغير المميزة ولصالح المجموعة المميزة مما يدل على صدق الإختبار المعرفى فى قياس ما وضع من أجله.

ثانياً: الثبات

قامت الباحثة بإيجاد معامل الثبات باستخدام طريقة تطبيق الإختبار المعرفى وإعادة تطبيقه Test - Retest على العينة الإستطلاعية المسحوبة من مجتمع البحث بفارق ١٥ يوم بين التطبيقين وجدول (١٤) يوضح ذلك. جدول (١٤) معامل الإرتباط بين التطبيقين الأول والثانى فى الاختبار المعرفى (الثبات)

الاختبار	التطبيق الأول		التطبيق الثانى		قيمة "ر"
	م	ع±	م	ع±	
الاختبار المعرفى	١٣,٤٢	٢,٣٩	١٣,٦٥	٢,٥٢	٠,٩٥٤

قيمة " ر " الجدوليه عند مستوى دلالة ٠,٠٥ = ٠,٣٢٥

يتضح من جدول (١٤) أن قيمة معامل الإرتباط بين التطبيق الأول والثانى فى الاختبار المعرفى قد بلغت (٠,٩٥٤) وهذه القيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) مما يدل على ثبات درجات هذا الإختبار.

البرنامج التعليمى باستخدام نموذج مارزانو لأبعاد التعلم : مرفق (١٠)

- الهدف من البرنامج :

تحسين مستوى تقدير الذات المهارية وتعزيز بعض نواتج التعلم والمتمثلة في مستوى التحصيل المعرفي والأداء المهارى لسباحة الزحف على البطن (قيد البحث) والمقررة على طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة من خلال وضع برنامج تعليمي باستخدام نموذج مارزانو لأبعاد التعلم .

### ⊙ الأهداف المهارية:

تحسين مستوى الأداء المهارى والمتمثل في (الطفو والانزلاق على البطن - ضربات الرجلين - حركة الذراع الأيمن - حركة الذراع الأيسر - حركات الذراعين - التنفس المنتظم - مستوى الأداء المهارى) لدى طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة.

### ⊙ الأهداف معرفية:

تزويد الطالبات بالمعارف والمعلومات عن سباحة الزحف على البطن (قيد البحث) لرفع مستوى التحصيل المعرفي بحيث تستطيع الطالبة:

- ❖ تفهم التسلسل الحركي للأداء المهارى لسباحة الزحف على البطن قيد البحث.
- ❖ تطبيق سباحة الزحف على البطن بمستوى جيد مرتبط بالمعلومات المختلفة عن الأداء .
- ❖ تكتسب الطالبة القدرة على الملاحظة والتفكير .

### ⊙ الأهداف الوجدانية:

- تكتسب الطالبة الثقة بالنفس والشعور بالرضا.
- تنمى لدي الطالبة قوة الملاحظة والدقة والفهم والإدراك.
- تعود الطالبة التعلم بمفردها .

### أسس وضع البرنامج :

- أن يراعى خصائص الطالبات واحتياجاتهن البدنية والنفسية والمهارية .
- أن يتناسب محتوى البرنامج مع قدرات الطالبات .
- أن يتسم بالبساطة والسهولة .
- أن يتناسب محتوى البرنامج مع الهدف الموضوع .
- أن يساعد البرنامج على تحقيق مبدأ التفاعلية بين الطالبات .
- أن يراعى فيه توفير المكان الملائم .
- أن يراعى فيه توفير الإمكانيات المناسبة لتنفيذ البرنامج .
- أن يتميز البرنامج بالتشويق والإثارة من خلال التصميم وعرض المحتوى.
- أن يتيح البرنامج فرص الاشتراك والممارسة لكل الطالبات في وقت واحد.
- أن يراعى مبدأ التدرج في محتوى البرنامج من السهل إلى الصعب، ومن البسيط إلى المركب .
- أن يتم تقديم المعلومات التى يتضمنها البرنامج التعليمى فى إطار متكامل ومتربط وفعال يستخدم جميع الحواس .
- أن يتيح البرنامج فرص الإشتراك والممارسة لجميع المتعلمين فى وقت واحد .
- أن يتميز البرنامج بالتشويق والإثارة .
- أن يساعد البرنامج على تحقيق مبدأ التفاعلية بين المتعلمين .
- مراعاة شكل وحجم الصور ومقاطع الفيديو بما يتناسب وحجم الشاشة .
- أن يتم عرض جميع الصور ومقاطع الفيديو بواسطة الحاسب الألى المتصل بعارض البيانات (Data Show) .

### محتوى البرنامج التعليمى :

قامت الباحثة بإعداد البرنامج التعليمى باستخدام نموذج أبعاد التعلم لمارزانو حيث إشمتمل على (٢٤) وحدة تعليمية لمدة ٨ أسابيع وبواقع ثلاث وحدات تعليمية فى الأسبوع وزمن الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة ، وتتضمن الوحدات التعليمية الجزء

الإعدادى ويشمل الأعمال الإدارية (٥) ق والإحماء العام والخاص (١٠) ق ، والجزء الرئيسى ويشمل النشاط التعليمى والنشاط التطبيقى (٧٠) ق ثم الجزء الختامى (٥) ق. وقامت المجموعتين التجريبيية والضابطه بإتباع نفس المنهاج التعليمى المتبع ولكن الإختلاف بينهما يكون فى النشاط التعليمى والتطبيقى من الجزء الرئيسى . حيث تم التدريس للمجموعة التجريبيية بإستخدام بإستخدام نموذج مارزانو لأبعاد التعلم حيث بدأت الباحثة تنشيط الخبرات التعليمية والمعرفية السابقة للطالبات فى المهارات الأساسية فى السباحة بطرح مجموعة من الاسئلة ذات علاقة بموضوع الوحدة التعليمية التى ستدرس لتثير تفكيرهم وتنشط خبراتهم المعرفية السابقة ثم قامت بتطبيق نموذج مارزانو لأبعاد التعلم على النحو التالى :

أولاً: تقديم المفاهيم المعرفية والمهارات الحركية : وفى هذه المرحلة قامت الباحثة بعرض الصور والرسوم التوضيحية والفيديوهات التعليمية على الطالبات من خلال شاشة العرض Data show موصلة بالحاسب الآلى الخاص بالباحثة ثم بعد العرض تقوم الباحثة بتوجيه مجموعة من الأسئلة الاستقصائية عما تم رؤيته والهدف من هذه الأسئلة هو استثارة الطالبات وحثهم على التفكير وتنمية القدرات العقلية قدراتهم المهارية ، وتوليد نوع من التوتر المعرفى لدى الطالبات لغرض جمع المعلومات وإكتشاف المفاهيم الخاصة بالتحليل الفنى لسباحة الزحف على البطن.

ثانياً: مرحلة البناء المعرفى: وفى هذه المرحلة تقوم الباحثة بتوضيح المفاهيم المعرفية عمليا وتوضيح أهميتها فى الأداء الحركى من خلال توضيح الفيديوهات التعليمية والصور والرسوم التوضيحية الخاصة بسباحة الزحف على البطن موضوع الوحدة التعليمية مع الشرح المفصل لها أثناء العرض وبعده لتوضيح كيفية الأداء الصحيح لسباحة الزحف على البطن . ويتم العمل فى مجموعات تعاونية بتقسيم الطالبات إلى خمس مجموعات بواقع (٦) طالبات فى كل مجموعة .

ثالثاً: مرحلة تنمية تقدير الذات المهارية : تقوم الباحثة بتوجيه الطالبات نحو الأداء المهارى والتمارين التطبيقية الخاصة بسباحة الزحف على البطن من خلال تنفيذ موقف تعليمى يتطلب البحث والإستقصاء والتجريب من قبل الطالبة لإستدعاء مستوى تقدير الذات من خلال إدراكها لمواطن القوة والضعف فى كفايتها المهارية الخاصة بأجزاء سباحة الزحف على البطن قيد البحث وإكتشاف الأخطاء وتعديلها مما يساعد فى تنفيذ المطلوب .

رابعاً: مرحلة تقييم الأداء : تقوم الباحثة بمناقشة الطالبات فيما توصلوا إليه من طرق وأساليب للتوصل إلى حل للموقف التعليمى وطرح بعض الاسئلة للتأكد من البناء المعرفى للمفاهيم والتحليل الحركى لسباحة الزحف على البطن وجمع إجابات الطالبات لكل مجموعته حول الأسئلة التى تم طرحها عليهن ، وتم عرض هذه الإجابات ، وتمت المناقشة بين الطالبات والباحثة ونتيجة لهذه المناقشة تم التوصل إلى الأداء الأمثل لسباحة الزحف على البطن وتحديد المفاهيم السليمه للتحليل الحركى لهذه السباحة .

بينما تم التدريس للمجموعة الضابطه بإتباع الإسلوب التقليدى حيث إتبعته الباحثة الخطوات التالية عند تدريس محتوى

المقرر للمجموعة الضابطه :

- قامت الباحثة بشرح عملى ودقيق لأداء المهارة موضوع الدرس .
- قامت الباحثة بعرض سباحة الزحف على البطن أمام الطالبات من خلال عمل نموذج.
- قيام الطالبات بأداء المهارة بأنفسهم .
- قيام الباحثة بتصحيح الأخطاء وتوجيه وإرشاد الطالبات للأداء الصحيح .
- قيام الطالبات بأداء المهارة مرة أخرى بعد تصحيح الأخطاء .
- قيام الطالبات بالتدريب على الأداء الصحيح .
- التقدم بسباحة الزحف على البطن .

القياس القبلى:

بعد التأكد من المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للإختبارات قيد البحث من خلال التجربة الإستطلاعية تم إجراء

القياس القبلى لمجموعتى البحث (التجريبية والضابطه) فى مستوى اداء سباحة الزحف على البطن (قيد البحث) وفى مقياس تقدير

الذات المهارية قيد البحث خلال يومى الخميس والجمعة الموافق ١٠/٣١ ، ١١/١٩/٢٠١٩م

## تطبيق الدراسة الأساسية :

قامت الباحثة بتنفيذ الدراسة الأساسية لمدة (٨) أسابيع يدرس فيها (٢٤) وحدة تعليمية وزمن الوحدة (٩٠ دقيقة) وذلك في الفترة من يوم السبت الموافق (٢٠١٩/١١/٢) إلى يوم الأربعاء الموافق (٢٠١٩/١٢/٢٥)، وذلك أثناء اليوم الدراسي بواقع ثلاث وحدات تعليمية أسبوعياً ، حيث تم تعليم طالبات المجموعة الضابطة بالطريقة التقليدية (الشرح اللفظي والنموذج العملي) ، أما بالنسبة لطالبات المجموعة التجريبية فقد إتبعت الباحثة معهن التدريس باستخدام إستراتيجية نموذج أبعاد التعلم لمارزانو ، ويتضمن البرنامج التعليمي باستخدام نموذج أبعاد التعلم لمارزانو واللائي خضعت لهن المجموعة التجريبية على عرض صور توضيحية مرفق (١١) وفيديوهات تعليمية لسباحة الزحف على البطن باستخدام جهاز عرض البيانات (Data Show) المتصل بالكمبيوتر المحمول الخاص بالباحثة مع الشرح والتوضيح من قبل الباحثة أثناء العرض وبعده ، والذي يمدن بالمعلومات عن النواحي الفنية الدقيقة المرتبطة بسباحة الزحف على البطن المعروضة وكذلك التوجيهات الفنية والتعرف على الأخطاء الشائعة التي يمكن أن تقع بها الطالبة أثناء أدائها ، ثم تقوم الطالبات بالأداء العملي لما تشاهده وقد قسمت الباحثة المحتوى الزمني للوحدة التعليمية وهو ( ٩٠ ) دقيقة كما هو موضح بجدول (١٥) :

### جدول (١٥) التوزيع الزمني للوحدة التعليمية للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة

أجزاء الوحدة	الزمن	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة
الأعمال الإدارية	(٥) ق	الإصطفاف - أخذ الغياب	
النشاط التعليمي	(٣٠) ق	التعليم باستخدام نموذج أبعاد التعلم لمارزانو من خلال عرض صور توضيحية وفيديوهات تعليمية لسباحة الزحف على البطن باستخدام جهاز عرض البيانات المتصل بالكمبيوتر المحمول الخاص بالباحثة . - (٥) ق تنشيط الخبرات السابقة - (٥) ق تقديم المفاهيم المعرفية - (٥) ق بناء وتعميق المعرفة - (١٠) ق تنمية تقدير الذات مهارية - (٥) ق تقييم الأداء	التعليم باستخدام أسلوب الأوامر المتبع من خلال الشرح وإعطاء نموذج مع إعطاء التعليمات والنقاط الفنية الهامة لسباحة الزحف على البطن .
الإحماء	(١٠) ق	- أداء إحماء عام وتهيئة للجسم - تمارين إطالة ومرونة لمفاصل الجسم العاملة	
النشاط التطبيقي	(٤٠) ق	التطبيق العملي في الماء باستخدام تمارين لأداء الحركي لسباحة الزحف على البطن وتصحيح الأخطاء.	
الختام والتهيئة	(٥) ق	- تمارين تهدئة لرجوع الجسم إلى حالته الطبيعية الإصطفاف والتحية والإنصراف .	

القياس البعدي : بعد الإنتهاء من تطبيق البرنامج التعليمي قامت الباحثة بإجراء القياس البعدي على مجموعتي البحث التجريبية والضابطة خلال يومى الخميس والجمعة الموافق ٢٦ ، ٢٧ / ١٢ / ٢٠١٩ م وتم إجراء القياس البعدي بنفس طريقة القياس القبلي وتحت نفس الظروف والشروط التي تم فيها القياس القبلي.

المعالجات الإحصائية : إستخدمت الباحثة البرنامج الإحصائي (SPSS) والذي يشتمل على المعالجات التالية:

- المتوسط الحسابى - الإنحراف المعياري - الوسيط - معامل الإلتواء - معامل الارتباط
- اختبار "ت" لدلالة الفروق

- عرض النتائج ومناقشتها :

- عرض النتائج :

جدول (١٦) دلالة الفروق بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في مستوى تقدير الذات المهاريّة والتحصيل المعرفي والأداء المهاري في سباحة الزحف على البطن

ن = ٣٠ طالبة

الإختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		متوسط الفروق	قيمة "ت"
		س١	ع١ ±	س٢	ع٢ ±		
الطفو والانزلاق على البطن	درجة	٢,٦٧	٠,١٥٦	٩,٣٠	٠,٢٣٢	٦,٦٣	*٩,٥٦٨
ضربات الرجلين	درجة	١,٥٨	٠,٣٤١	٨,٥٤	٠,٣١٣	٦,٩٦	*١٢,٦٥٤
حركة الذراع الأيمن	درجة	١,٦٦	٠,٣٢٣	٧,٨٩	٠,٣٧٢	٦,٢٣	*١٠,٧٣٦
حركة الذراع الأيسر	درجة	١,٨٥	٠,١١٥	٧,٨٨	٠,٣٤١	٦,٠٣	*١١,٩١٢
حركات الذراعين	درجة	١,٨٨	٠,٢٧٤	٧,٧٩	٠,٤٧٦	٥,٩١	*٩,٣٧٦
التنفس المنتظم	درجة	٠,٣٨١	٠,٣١٥	٨,٠٣	٠,٣٤٩	٧,٦٤	*١٠,٦٥٤
التوافق	درجة	٣,٤٦	٠,٤١١	٨,٤٥	٠,٧١٥	٤,٩٩	*١٣,٧٣١
التحصيل المعرفي	درجة	١٣,٣١	٠,٣٤١	٢٨,٦٤	٣,١٤٦	١٥,٣٣	*٨,١٧١
تقدير الذات المهاريّة	درجة	٨٨٠,٧٢	٦,٥٧	٢٣٥,٦٤	١,٣٥٧	١٤٧,٣١	*٧,٥١٢

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية  $0,05 = 2,042$  \* دال عند مستوى  $0,05$

يتضح من جدول (١٦) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية  $0,05$  بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في مستوى تقدير الذات المهاريّة والتحصيل المعرفي والأداء المهاري في سباحة الزحف على البطن ولصالح القياسات البعدية. جدول (١٧) دلالة الفروق بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في مستوى تقدير الذات المهاريّة والتحصيل المعرفي والأداء المهاري في سباحة الزحف على البطن

ن = ٣٠ طالبة

الإختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		متوسط الفروق	قيمة "ت"
		س١	ع١ ±	س٢	ع٢ ±		
الطفو والانزلاق على البطن	درجة	٢,٧١	٠,١٥٣	٧,٤٢	١,٣٢٢	٤,٧١	*٥,٤٤٥
ضربات الرجلين	درجة	١,٦٣	٠,٣٢٣	٧,١٥	٠,٦٦٥	٥,٥٢	*٣,٥٣٧
حركة الذراع الأيمن	درجة	١,٧٧	٠,٣٦٢	٦,٤٠	١,٤٦٧	٤,٦٣	*٢,٥٦٦
حركة الذراع الأيسر	درجة	١,٨١	٠,١٣٣	٦,٦٥	٠,٧٧٣	٤,٨٤	*٢,٧٦٥
حركات الذراعين	درجة	١,٥٨	٠,٢٧٦	٦,٣٥	٠,٥٥٩	٤,٧٧	*٤,٣٢٩
التنفس المنتظم	درجة	٠,٢٦٨	٠,٣٣١	٦,٦١	٠,٦٢٤	٦,٣٤	*٥,٥٨٨
التوافق	درجة	٣,٥٧	٠,٢٤١	٦,٧٣	٠,٤٢٥	٣,١٦	*٦,٦٥٣
التحصيل المعرفي	درجة	١٣,٥٧	٠,٢٣٥	٢٢,٥٦	٤,٦٣١	٨,٩٩	٥,٤٢٤
تقدير الذات المهاريّة	درجة	٨٨,٢٠	٤,١٨	١١٥,٤٥	٢,٨١٦	٢٧,٢٥	*٧,٢٤٢

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية  $0,05 = 2,042$  \* دال عند مستوى  $0,05$

يتضح من جدول (١٧) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية  $0,05$  بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في مستوى تقدير الذات المهاريّة والتحصيل المعرفي والأداء المهاري في سباحة الزحف على البطن ولصالح القياسات البعدية.

جدول (١٨) دلالة الفروق بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى تقدير الذات المهارية والتحصيل المعرفي والأداء المهارى فى سباحة الزحف على البطن

ن=١ ن=٢ = ٣٠ طالبة

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة	
		س١	س٢	س١	س٢
الطفو والانزلاق على البطن	درجة	٩,٣٠	٠,٢٣٢	٧,٤٢	١,٣٢٢ ± ٢٤
ضربات الرجلين	درجة	٨,٥٤	٠,٣١٣	٧,١٥	٠,٦٦٥ ± ٢٤
حركة الذراع الأيمن	درجة	٧,٨٩	٠,٣٧٢	٦,٤٠	١,٤٦٧ ± ٢٤
حركات الذراع الأيسر	درجة	٧,٨٨	٠,٣٤١	٦,٦٥	٠,٧٧٣ ± ٢٤
حركات الذراعين	درجة	٧,٧٩	٠,٤٧٦	٦,٣٥	٠,٥٥٩ ± ٢٤
التنفس المنتظم	درجة	٨,٠٣	٠,٣٤٩	٦,٦١	٠,٦٢٤ ± ٢٤
التوافق	درجة	٨,٤٥	٠,٧١٥	٦,٧٣	٠,٤٢٥ ± ٢٤
التحصيل المعرفي	درجة	٢٨,٦٤	٣,١٤٦	٢٢,٥٦	٤,٦٣١ ± ٢٤
تقدير الذات المهارية	درجة	٢٣٥,٦٤	١,٣٥٧	١١٥,٤٥	٢,٨١٦ ± ٢٤

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية  $0,05 = 2,042$  \* دال عند مستوى  $0,05$

يتضح من جدول (١٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية  $0,05$  بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى تقدير الذات المهارية والتحصيل المعرفي والأداء المهارى فى سباحة الزحف على البطن ولصالح المجموعة التجريبية .

- مناقشة النتائج :

- مناقشة النتائج الخاصة بالقياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية فى مستوى تقدير الذات المهارية وتعزيز بعض نواتج التعلم فى سباحة الزحف على البطن :

يتضح من نتائج جدول (١٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية  $0,05$  بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية فى مستوى تقدير الذات المهارية والتحصيل المعرفي والأداء المهارى فى سباحة الزحف على البطن ولصالح القياسات البعدية ، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى فاعلية نموذج أبعاد التعلم لمارزانو والذي تم تنفيذه من خلال البرنامج التعليمي الخاص بسباحة الزحف على البطن مما ساهم فى توفير بيئة تعليمية جديدة ساعدت فى استثارة الطالبات للكشف عن المعلومة بأنفسهم من خلال تقديم المفاهيم المعرفية والمهارات الحركية وبناء وتعميق المعرفة باستخدام الصور والرسوم التوضيحية المرتبطة بالترج المهارى للسباحة قيد البحث والتي أوضحت مراحل الاداء المهارى بشكل متسلسل حسب خطوات أداء المهارة وكذلك بعض الفيديوهات التعليمية لسباحة الزحف على البطن من قبل سباحين ذو مستوى عالى مما أدى إلى زيادة تعميق وإستيعاب الطالبات لمفردات التحليل الحركى لسباحة الزحف على البطن وكذلك زيادة مستوى التحصيل المعرفي لديهن وتوجيهن نحو الأداء الحركى من خلال تنفيذهن لمهام تعليمية تتطلب البحث والإستقصاء والتجريب والإستنتاج من قبل الطالبات لإستدعاء ما تم تنفيذه وعرضه فى المراحل السابقة من الوحدة التدريسية فى البرنامج للتفاعل مع الموقف التعليمى حيث أن اكتساب المعرفة وتكاملها ومساعدة الطالبات على اكتساب المعرفة الجديدة وربطها مع المعرفة السابقة يعد من أهم أسس التعلم، ويتم ذلك من خلال توظيف المعلم لإستراتيجيات تقوم على ربط التعلم الجديد بالتعلم السابق ، وتنظيمها ليصبحا معا جزءا من الذاكرة بعيدة المدى ، ويتفق هذا مع أشار إليه Marzano ( ١٩٩٢ ) إلى أن تعميق المعرفة وصقلها يعتمد على إيجاد المعلومة فى الذاكرة ثم إعادة صياغتها وصقلها بحيث تتعمق فى عقل المتعلم ، كما أن إتاحة الفرصة للطالبات للمشاركة فى بعض الأنشطة التي تشجعهم على التعليق على المعلومات المعروضة للنقاش بحيث لا تقوم الطالبات بالإصغاء العادى ، بل عليهن تطوير مهارات التعامل مع المفاهيم المختلفة وذلك عن طريق قيامهن بتحليل أجزاء سباحة الزحف على البطن وتركيبها وتقييمها من خلال المناقشة مع

الآخرين ، وطرح الأسئلة المتنوعة ، أو القيام بالأعمال الكتابية ، حيث تهتمك الطالبات في أنشطة بالوحدة التعليمية تجبرهم على أن يستجيبوا للأفكار والآراء المطروحة ، وكيفية تطبيقها ، ضمن طرق عديدة لتلك المشاركة يساعد بدرجة كبيرة في سرعة فهم وتعلم سباحة الزحف على البطن وكذلك زيادة مستوى التحصيل المعرفي لديهن ، ويتفق هذا مع ما أوضحه Marzano, Robert J; Pickering, Debra J (٢٠٠٠) أن الفكرة الأساسية للإيجابية نحو التعلم تتمثل في أن اتجاهات الطلبة وإدراكاتهم تؤثر في مقدرتهم على التعلم ، لذا فإن فعالية التعلم لا تؤتى ثمارها لدى المتعلم إلا بالترسيخ والتنمية للاتجاهات والإدراكات الإيجابية نحو التعلم والتي تتحقق وفق ما حدده بأمرين مناخ التعلم ، والمهام الصفية . كما يتفق مع ما ذكره كلا من صالح ، بشير (٢٠٠٥) ، الزغبى ؛ السلامات (٢٠١١) أن تطبيق نموذج مارزانو لأبعاد التعلم يعمل على إيجاد بيئة تعليمية جديدة وناجحة بفكر متجدد يسهم في إكتساب الطلاب مهارات وعمليات عقلية وتنمية للتفكير من خلال تنظيم بيئة تعلم نشطة تدعم الطالب وتحثه على المناقشة والتفكير والتواصل مع الآخرين كما يعمل على بناء المواقف التعليمية التي تستثير الطالب للتساؤل والبحث والاستقصاء والتجريب للبحث عن الدقة والتوصل إلى نتائج تجعل منهم مفكرين ومنتجين وتحسن من سرعة عمليات التعلم فهي تطور مهارات التفكير المختلفة وتزيد من فهم المواد التعليمية وتكسيبهم البحث عن المعرفة والحصول عليها وإكتسابها وتشجيع الطلاب على التفكير على المحاولة والخطأ والتكرار والتكامل بين المعرفة وتطبيقاتها وتوظيفها في المواقف العملية .

وترجع الباحثة وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياس القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في متغير تقدير الذات المهارية (قيد البحث ) لصالح القياس البعدي إلى مساهمة البرنامج التعليمي بإستخدام نموذج أبعاد التعلم لمارزانو في إكتشاف القدرات الكامنة لدى الطالبات وإعاده صياغتها بشكل إيجابي مما أدى إلى زياده دافعية الطالبات وطموحاتهم للوصول إلى أعلى المستويات. ويتفق ذلك مع ما أشار إليه John Price (٢٠٠٦) أن مستوى أداء الرياضيين يتأثر إلى حد كبير بمدى ثقتهم في قدرتهم وموآهبهم ، فإذا لم يكن لدى اللاعب الإقتناع والاعتقاد بأنه يمتلك الموهبه في تحقيق الأداء المطلوب منه، والوصول للهدف الذي يسعى إليه، فإنه سوف لا يبذل الجهد والعمل الجادين اللذان يمكنانه من تحقيق الهدف. ويتفق ذلك مع نتائج دراسات كل من Daley, B. J., et.al (٢٠٠١) ، Hant, E. & Bell (٢٠٠٢) ، الزغبى ؛ السلامات (٢٠١١) ، عطية (٢٠١٤) ، القحطاني (٢٠١٤) ، المومني ؛ آخرون (٢٠١٥) أن التعلم بإستخدام نموذج أبعاد التعلم لمارزانو تعمل على جذب انتباه وإثارة اهتمام المتعلمين ومساعدتهم على إكتساب الخبرات والمهارات التعليمية والقدرة على حل المشكلات وجعلها باقية الأثر، ومن ثم تتحقق لديه أهدافه من التعلم.

كما ترى الباحثة هذا التحسن في مستوى تقدير الذات المهارية يرجع إلى إكتساب الطالبات المهارات اللازمة للآداء المهارى من خلال فاعلية نموذج أبعاد التعلم لمارزانو في عملية التعلم والذى ساهم في تنشيط وتعميق البناء المعرفى لدى الطالبات وطرح الاسئلة الاستقصائية المثيرة للتفكير من خلال مجموعات متعاونة للتشجيع على التفكير والتوصل الى حلول للأسئلة المطروحة عن كيفية الإنتقال الحركى والربط الحركى لسباحة الزحف على البطن وتحليلها والتعرف على مفرداتها ودقة الربط وتركيب أجزاء السباحة بشكل متسلسل تتطلب القيام بأنشطة إستكشافية تعمل على جذب إنتباه الطالبات وزيادة تركيزهم وعدم شعورهم بالملل ومن ثم تطوير أفكارهم ، واتجاهاتهم لطرح الأسئلة ، والإكثار من التساؤلات ( العلمية ) لتحفيز الطالبات على تقصى المعرفة العلمية وكذلك زيادة مستوى التحصيل المعرفى لديهن ، وتطبيق عمليات التعلم ذاتياً ، وتشجيعهن لطرح مزيد من الأفكار فى حل المشكلات المعروضة عليهن ، وتوفير بيئة تعاونية ساهمت بشكل كبير فى تنمية إكتساب المعرفة والتوصل الى المعرفة الجديدة وتعميقها وصلقلها، والقيام بعمليات التصنيف والبحث عن أوجه التشابه والاختلاف بين أجزاء السباحة وهذا ما تشير إليه Maria (٢٠٠٠) أن تقدير الذات هو شعور الفرد بالإيجابيه نحو ذاته ويتمثل ذلك في الكفاءه والقوه والاعجاب بالذات. ويتفق ذلك مع أشارت إليه دراسة Frieman,s (٢٠٠٣) ، دراسة حسن (٢٠٠٥)، قامت منصور (٢٠٠٧) ، ودراسة Kanuoglu (٢٠٠٨) ، دراسة المساعيد (٢٠١٤) ، ودراسة الإسكندراني (٢٠١٤) أن هناك أهمية لتقدير الذات وأنها تعد إدراكا واضحا لجوانب نشاط المتعلم وهى نظره واقعية لمسار عملية التعلم بهدف تصحيح الأخطاء فى الأداء البدني والمهارى ، وأن اللذين يتمتعون بالتقدير الذاتى المرتفع لديهم مستوى عالى من التحصيل المرتفع .

مناقشة النتائج الخاصة بالقياسات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في مستوى تقدير الذات المهارية وتعزيز بعض نواتج التعلم في سباحة الزحف على البطن :

كما يتضح من جدول (١٧) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في مستوى تقدير الذات المهارية والتحصيل المعرفي والأداء المهارى في سباحة الزحف على البطن ولصالح القياسات البعديّة وترجع الباحثة هذه الفروق إلى أن الطريقة التقليدية المتبعة بإسلوب الأوامر في التعليم والمتمثلة في الشرح اللفظي من خلال إعطاء فكرة واضحة عن كيفية الأداء الصحيح ، وكذلك عمل نموذج لمهارة سباحة الزحف على البطن المراد تعليمها ، ثم تقديم مجموعة من التدريبات المتدرجة من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب ثم تأتي الممارسة والتكرار من جهة الطالبات ، ثم إعطاء التغذية الرجعية من جانب الباحثة وتصحيح الأخطاء أثناء ذلك قد أتاح للطالبات فرصة التعلم بصور سليمة مطابقة للأداء الفنى للمهارة ومن ثم فقد أثرت إيجابياً في مستوى الأداء لسباحة الزحف على البطن وكذلك زيادة مستوى التحصيل المعرفي لديهن . كما أن التعليم بشكل جماعي أثار دافعية الطالبات للتنافس فيما بينهن لإبراز تفوق كل منهن على الأخرى مما جعل أداء كل من الطفو والإنزلاق وضربات الرجلين وحركات الذراعين والتنفس والربط والتوافق يتم بصورة أفضل ، حيث تميزت هذه الطريقة بأن الباحثة هي التي تتخذ القرارات ، وأن دور الطالبات هو الأداء حسب النموذج الذي يقدم أمامهن ويقومن بتقليد النموذج وهذا يتفق مع ما بينته كامل ؛ شلتوت ؛ خفاجة (٢٠٠٠) أن التدريس بإسلوب الأوامر (الشرح والنموذج) يؤدي إلى زيادة مستوى الفرد نتيجة للممارسة والأداء المتكرر والإسترجاع المباشر للمعلومات أثناء عملية التعلم . كما يتفق هذا مع ما أشار إليه علاوي ؛ رضوان (٢٠٠١) بأن شعور الفرد نحو جسمه يرتبط بثقته بنفسه وفي طريق تعامله مع البيئة المحيطة به وتمتعته بدرجة مرتفعة لتقديره لذاته كما يكون أكثر اجتماعية وألفه مع الآخرين ، كما أن الطريقة التقليدية المتبعة في عملية التعليم والمتمثلة في الشرح وأداء نموذج وإعطاء فكرة واضحة عن كيفية الأداء السليم وأداء نموذج للمتعلمين ثم تأتي الممارسة والتكرار من جانب الطالبات والتغذية المرتدة من جانب الباحثة وتصحيح الأخطاء أدى بدوره إلى الارتقاء بالمستوى المهارى لسباحة الزحف على البطن قيد البحث بالإضافة إلى أن التعلم بشكل جماعي أثار دافعية الطالبات للتنافس فيما بينهن لإبراز تفوق كل منهن على الأخرى مما جعلهن يودين المهارات بأفضل ما يمكن. وهذا يتفق مع ما ذكره سعد الدين (٢٠٠٥) إلى أهمية الطريقة التقليدية (الشرح اللفظي والنموذج العملي) والتي لا يمكن إغفالها حيث أنها تساهم بطريقة إيجابية في التعليم ، وكذلك ما أشار إليه عبد الكريم (٢٠٠٦) أن أسلوب الأوامر يعد من أساليب التدريس المباشرة ويظهر في هذا الأسلوب العلاقة المباشرة بين تنبيهات المعلم وإستجابات المتعلمين ، كما أنهم يتعلمون في هذا الأسلوب من خلال التقليد المتكرر ، ويؤدي كل أفراد المجموعة عملاً متماثلاً وتتفق هذه النتيجة مع ما أوضحه إبراهيم (٢٠٠٢) أن مستوى أداء اللاعبين يتوقف على مقدرة المدرب الرياضي اوالمعلم على الشرح الجيد للمهارة الحركية من حيث الوضع الصحيح للجسم كما أن التدريب المستمر على المهارة وتكرار الأداء وتعديله يؤدي إلى تكامل الأجزاء الصغيرة المكونة للمهارة الحركية وترباطها مما يؤثر على الجملة الحركية ككل ويسهم في تحسين مستوى الأداء.

مناقشة النتائج الخاصة بالقياسات البعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى تقدير الذات المهارية وتعزيز بعض نواتج التعلم في سباحة الزحف على البطن لصالح المجموعة التجريبية :

يتضح من جدول (١٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين القياسات البعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى تقدير الذات المهارية والتحصيل المعرفي والأداء المهارى في سباحة الزحف على البطن لصالح المجموعة التجريبية ، وترجع الباحثة ذلك إلى أن الطريقة التقليدية من خلال الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي لا تراعى الفروق الفردية بين الطالبات حيث أن هناك بعض الطالبات يتعلمن بطريقة جيدة عن طريق السمع ، والبعض الأخر عن طريق البصر وبعضهم يعتمد على النشاط الحركي والبعض الأخر يعتمد على التفاعل بينه وبين زملائه أو بينه وبين المعلم بينما تطبيق نموذج أبعاد التعلم لمارزانو والذي ساهم في تنشيط للعمليات العقلية وتوجيه الطالبات نحو القيام بالعديد من الانشطة العقلية كالتحليل والتفسير والتركيب والاستقراء للمهارات الحركية المؤداة وتوجيه الاسئلة الاستقصائية وإستكشافية ومحاولة التفكير وتنمية قدرات العقل

للإجابة عليها والتي من شأنها إثارة تركيز الطالبات كل ذلك كان له دور إيجابي في تحسين مستوى تقدير الذات المهارية وانعكس على مستوى الأداء ومستوى التحصيل المعرفي لديهن و يتفق ذلك مع ما أشار إليه Marzano, R.et.el (١٩٩٣) إلى أنه لا يكون ما تعلمه الطالبات في مسيرتهن العلمية ذا معنى إلا إذا تم توظيف هذه المعرفة بحيث تعود عليهن بالفائدة والمنفعة وبما يمكنهم من التمييز بين ما يخدم مصالحهم وبين ما لا يخدمها ، كما يتفق مع ما ذكره كل من محمد ( ٢٠٠٧ ) وقطامي (٢٠٠٥) أن التعليم باستخدام نموذج مارزانو يعد إستراتيجية تدريسية متكاملة فهو بمثابة نشاط مستمر يقوم به المتعلم فتتولد لديه طاقة ذاتية تجعله مثابرا وتشجعه على الدراسة والتعلم وتنشط لديه القدرة على التفكير بنفسه واكتسابه مهارات تجعله قادرا على تحليل نتائج ما قد يتوصل إليه في سبيل الوصول إلى التعلم وحل المشكلة وإنجاز تلك المهمة ، كما يتفق مع مع أوضحته المومنى ؛آخرون (٢٠١٥) أن إهمال عادات العقل يؤدي إلى تردى فى الناتج التعليمى ، لأن عادات العقل المنتجة ليست امتلاك المعلومات فحسب ، بل هى معرفة كيفية العمل عليها وإستخدامها ، مما يقود إلى إنتاج المعرفة ، ومن العادات العقلية المنتجة المقترحة من الباحثة فى البرنامج التعليمى قيد البحث والذى تم تطبيق نموذج مارزانو من خلاله هى التكامل، والاجتهاد، وحب الاستطلاع ، والإنتفاع على الأفكار الجديدة ، والتشكيك المبنى على المعرفة ، ومهارات الاستجابة الناقدة ، والتمثيل والعدالة ، والتفكير المرن .

كما ترجع الباحثة هذه الفروق فى تعزيز بعض نواتج تعلم سباحة الزحف على البطن من زيادة التحصيل المعرفى وتحسين مستوى الأداء المهارى إلى تأثير نموذج التعلم لمارزانو وما يحتويه البرنامج من مراحل متنوعة متمثلة فى (تنشيط الخبرات المعرفية - اكتساب المهارات الحركية- بناء وتعميق المعرفة - تنمية مهارات التفكير - تقييم الاداء ) ساعد الطالبات على تنظيم معلوماتهم وترتيبها فى أذهانهم وترسيخها بصورة جيدة مما أسهم فى تذكرها وإستدعائها ، كما أن الربط بين الجانب النظرى والجانب العملى أسهم فى رفع جانب التذكر لدى الطالبات ، والمناقشة والحوار والتفاعل المستمر بين الطالبات والباحثة وبين الطالبات أنفسهن عزز من تثبيت المعلومات لديهن مما ساهم فى عملية إسترجاعها مرة اخرى و زيادة مستوى التحصيل المعرفى لديهن مما جعله ذو فاعلية أفضل من أسلوب التعلم المتبع (التقليدى ) فى العملية التعليمية ، وهذا يتفق مع ما أشارت إليه دراسات كل من Daley, B. J., et.al (٢٠٠١) ، Hant, E. & Bell (٢٠٠٢) ، الزغبى ؛ السلامات (٢٠١١) ، عطية (٢٠١٤) ، القحطاني (٢٠١٤) ، المومنى ؛آخرون (٢٠١٥) بأن نموذج مارزانو لأبعاد التعلم بيئة تعليمية جديدة تساهم فى إكساب الطلاب مهارات وعمليات عقلية تحسن من سرعة عملية التعلم وفهم للمواد التعليمية .

كما تعزى الباحثة تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة فى تقدير الذات المهارية قيد البحث إلى أن نموذج أبعاد التعلم لمارزانو يتيح تقسيم الطالبات الى مجموعات متعاونة تجعل للطالبات دورا إيجابيا من خلال إدراك الطالبات لمواطن القوة والضعف فى نفسها مما أدى إلى زيادة قدرتهن على تقييمهن لأدائهن المهارى وتصورهن الإيجابي لأجسامهن أثناء الأداء المهارى ومن ثم جعلهن يتمتعن بدرجة تقدير مرتفعة لذاتهن المهارية وكذلك الاجابة على الاسئلة الإستقصائية التى تثير انتباه الطالبات وتنشط العمليات العقلية لديهن وتعمق الفهم والمعرفة هذا بالإضافة إلى مشاهدتهن للصور والرسوم التوضيحية لخطوات التحليل الفنى لسباحة الزحف على البطن وفيديوهات تعليمية توضح الأداء السليم للسباحة مما ساعد الطالبات على التصور الحركى الصحيح لسباحة الزحف على البطن وساهم فى توضيحها لهن خاصة تلك التى تؤدى بسرعة ، كما تتيح للطالبات فرصة كبيرة لإستيعاب المراحل المتتابعة لأداء السباحة من خلال الرؤية الواضحة والوقت الكافى أثناء مشاهدة أجزاء السباحة مما يساعد على الاهتمام والتركيز وفهم وإستيعاب شكل السباحة ومسار الحركة بها ويوضح لهن المراحل المختلفة والنقاط الفنية بها مما يعمل على تثبيتها ويجعل عملية التعلم سهلة وشيقة مما يكون له عظيم الأثر على تعلمهن سباحة الزحف على البطن بصورة جيدة والوصول إلى أفضل مستوى ممكن حيث يعد تقدير الذات من الأبعاد الرئيسيه والذى يؤثر ويوجه سلوك الأفراد بشكل كبير سواء إلى الإيجابيه او السلبيه فى التعامل مع الذات وقدراتها أو مع الآخرين ، وهذا يتفق مع ما أوضحه الخطيب ( ٢٠٠٤ ) أن مفهوم الذات يصف الذات بدلاله الأدوار والصفات التى يمتلكها الفرد فهو لا يتضمن وصفا للذات بالإيجابيه أو السلبيه أو تقييما لها بينما تقدير الذات يعتمد على التقويم الذى يجريه الفرد على هذا الوصف للذات. كما يتفق هذا مع ما يبينه راتب ( ١٩٩٥ ) أنه من الممكن تنمية قيمة و تقدير الذات المهارية لدى الفرد الرياضى عن طريق توفير خبرات النجاح وتجنب خبرات الفشل أثناء الأداء الرياضى والتفسير الصحيح لها ، فإتاحة الفرصة للرياضى لمعرفة مدى تقدمه يؤثر ذلك إيجابياً على جوانب النمو النفسى المتعددة

ويتوقع أن يمتد هذا التأثير الإيجابي في مجالات الحياة المختلفة. كما يتفق مع ما ذكره علاوي ( ٢٠٠٢ ) أن مفهوم تقدير الذات الرياضية لدى الفرد الرياضي يرتبط بالافتقار الداخلي للرياضي بكفاءته أو جدارته ، ويعتبر من العوامل الهامة التي تساعد الرياضي على فهم ذاته بصورة أكثر وضوحاً وواقعية هو نجاحه في قدرته على تقييمه لنفسه وتقديره لذاته بصورة موضوعية بعيدة عن التحيز وكذلك قدرته على نقد الذات وإدراك مواطن الضعف لديه . بينما لا تمكن الطريقة التقليدية - الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي- بعض الطالبات من متابعة الشرح ومن ثم صعوبة فهم المطلوب منهم ، كما أن هناك من لا يستطيعون رؤية نموذج المهارة بشكل سليم من زوايا مختلفة وبالتالي لا تتضح لهم النواحي الفنية لأداء المهارة بصورة صحيحة ، كما يتفق مع ما أوضحه جاسم (٢٠٠١) إلى أن المهارة المتعلمة هي أقل عرضة للفقان عن طريق تغيير الظروف، وكذلك ما ذكره شرف (٢٠٠٠) أن استخدام وسائل التعلم التكنولوجية المختلفة من ( الصورة - الحركة - الصوت - الفيديو - الحاسوب) في العملية التعليمية يمكنها من توصيل المعلومة أو الرسالة بصورة أفضل وأسرع للمتعلم وتساعد على تثبيت الخبرات التعليمية لديه وفي نفس الوقت تزيد من فاعلية العملية التعليمية وتجعلها أكثر تشويقاً وبالتالي تحقق الأهداف التعليمية المرجوه ، كما يتفق مع ما أشار إليه Marzano, R. (١٩٩٢) أن التقويم في نموذج مارزانو يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالوحدة التعليمية وليس من الضروري أفراد كل وحدة تعليمية بقياس كل بعد من أبعاد التعلم ،

وهذا ما يتفق مع دراسة ( Frieman,s (٢٠٠٣) ، دراسة حسن (٢٠٠٥)، قامت منصور (٢٠٠٧) ، ودراسة Kanuoglou (٢٠٠٨) ، دراسة المساعيد (٢٠١٤) ، ودراسة الإسكندراني (٢٠١٤) على أن إدراك الفرد لمواطن القوة والضعف في نفسه أدى إلى زيادة قدرته على تقييمه لأدائه المهاري وتصوره الإيجابي لجسمه أثناء الأداء المهاري ومن ثم جعله يتمتع بدرجة تقدير مرتفعة لذاته الرياضية .

#### الاستخلاصات والتوصيات :

##### أولاً: الاستخلاصات :

في ضوء أهداف البحث وفروضه وفي حدود عينة البحث واستناداً إلى المعالجات الإحصائية وما أشارت إليه من نتائج أمكن استخلاص الآتي :

- ١- تأثير نموذج أبعاد التعلم لمارزانو في تطوير مستوى تقدير الذات الرياضية في سباحة الزحف على البطن للمجموعة التجريبية .
- ٢- تأثير نموذج أبعاد التعلم لمارزانو في تعزيز بعض نواتج التعلم في سباحة الزحف على البطن للمجموعة التجريبية .
- ٣- الأسلوب التقليدي (الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي) له تأثير إيجابي في مستوى تقدير الذات الرياضية في سباحة الزحف على البطن للمجموعة الضابطة .
- ٤- الأسلوب التقليدي (الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي) له تأثير إيجابي في تعزيز نواتج التعلم في سباحة الزحف على البطن للمجموعة الضابطة.
- ٥- ساهم نموذج أبعاد التعلم لمارزانو بصورة أكثر إيجابية من الأسلوب التقليدي في تطوير مستوى تقدير الذات الرياضية وتعزيز بعض نواتج التعلم في سباحة الزحف على البطن .
- ٦- مقياس تقدير الذات الرياضية الذي أعدته الباحثة له معاملات صدق وثبات عالية ويصلح لقياس مستوى تقدير الذات الرياضية لطالبات الفرقة الأولى في سباحة الزحف على البطن على وجه الخصوص .

##### التوصيات:

- ١- استخدام نموذج أبعاد التعلم لمارزانو في تعليم أنواع السباحة الأخرى بكليات التربية الرياضية .
- ٢- استخدام مقياس تقدير الذات الرياضية الذي أعدته الباحثة في قياس مستوى تقدير الذات الرياضية في سباحة الزحف على البطن بكليات التربية الرياضية .
- ٣- إدراج نموذج أبعاد التعلم لمارزانو ضمن محتوى مقرر طرق التدريس بكليات التربية الرياضية .

- ٤- الاهتمام بمواكبة الأساليب الحديثة في تدريس مقررات التربية الرياضية بصفة عامة ومقرر السباحة بصفة خاصة.
- ٥- تدريب القائمين بالتعليم على كيفية بناء برامج أبعاد التعلم لمارزانو في المقررات الدراسية المختلفة سواء العملية أو النظرية .
- ٦- إجراء دراسات مماثلة باستخدام أساليب جديدة مبتكرة على طالبات كليات التربية الرياضية .

المراجع العربية والأجنبية:

أولاً: المراجع العربية:

إبراهيم، مفتي (٢٠٠٢). *التدريب الرياضي التربوي*، "مؤسسة المختار للنشر والتوزيع، القاهرة .

Ibrahim, Mufti (2002). *Educational Sports Training*, Al-Mukhtar Foundation for Publishing and Distribution, Cairo.

الإسكندراني، زينب (٢٠١٤). *بناء مقياس لتقدير الذات المهارية في التعبير الحركي الحديث*، المؤتمر العلمي الأول لقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركي " استراتيجيات التطوير وجودة الأداء رؤية مستقبلية "، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق .

Al-Iskandarani, Zainab (2014). *Building a scale of self-esteem skill in modern movement expression*, the first scientific conference of the Department of Exercise, Gymnastics and Kinetic Expression "Development strategies and quality of performance, a future vision", Faculty of Physical Education for Girls, Zagazig University.

الخطيب، بلال (٢٠٠٤). *معايير تقدير الذات للاعمار ١٣ - ١٧ سنة علي مقياس مطور للبيئة الاردنيه* ، رساله دكتوراه غير منشوره ، الجامعة الاردنيه ، عمان - الاردن .

Al-Khatib, Bilal (2004). *Standards of self-esteem for ages 13-17 on a developer scale for the Jordanian environment*, unpublished PhD thesis, University of Jordan, Amman - Jordan.

الزغبى، طلال؛ السلمات، محمد (٢٠١١). *اثر استخدام إستراتيجية مبنية على نموذج مارزانو لأبعاد التعلم لطلبة المرحلة الأساسية العليا في منطقة السلط في تحصيلهم للمفاهيم الفيزيائية وتنمية مهارات التفكير الناقد واتجاهاتهم نحو الفيزياء* ، المجلة التربوية ، العدد ٩٨ ، المجلد ٢٥ .

Al-Zoghbi, Talal; Salamat, Muhammad (2011). *The effect of using a strategy based on the Marzano model of learning dimensions for students of the higher basic stage in the Al-Salt region on their achievement of physical concepts and the development of critical thinking skills and their attitudes towards physics*, The Education Journal, No. 98, Volume 25.

العماري، أسماء (٢٠١١). *أثر استخدام كل من التعليم الشكلي والإدراكي على إكتساب الأداء الجيد في سباحة الزحف على البطن للمبتدئين* ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية .

Al-Amari, Asma (2011). *The effect of using both formal and perceptual education on gaining good performance in abdominal crawling swimming for beginners*, Ph.D.

القحطاني، عثمان (٢٠١٤). *فاعلية برنامج إثرائي قائم على نموذج أبعاد التعلم لمارزانو لمادة الجبر في تنمية عادات العقل المنتج لدى الطلاب المتفوقين في الصف الثاني متوسط بالمملكة العربية السعودية* ، بحث منشور ، المجلة العربية لتطوير التفوق ، العدد الثامن ، المجلد الخامس .

Al-Qahtani, Othman (2014): *The Effectiveness of an Enrichment Program based on Marzano's Learning Dimensions Model of Algebra in Developing the Habits of Productive Mind among*

*Outstanding Students in the Second Intermediate Grade in the Kingdom of Saudi Arabia*, published research, The Arab Journal for the Development of Excellence, Issue Eight, Volume Five.

القط، محمد (٢٠٠٠). *السباحة بين النظرية والتطبيق* ، مكتب العزيزي للكمبيوتر، الزقازيق .

Al-Qatt, Muhammad (2000): *Swimming between theory and practice*, Al-Azizi Computer Office, Zagazig.

المتولى، دينا (٢٠١٦). تأثير بعض التمرينات النوعية بإسلوب التعلم الذاتي الموجه على مستوى الأداء البدني والمهاري والتحصيل المعرفي في سباحة الزحف على البطن ، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .

El-Metwali, Dina (2016): *The effect of some specific exercises in a self-directed learning method on the level of physical performance, skills and cognitive achievement in abdominal crawling swimming*, The Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences, College of Physical Education for Boys, Helwan University.

المساعد، اصلان (٢٠١٤). تقدير الذات وعلاقته بدافعيه التعلم لدي طلاب كلية العلوم التربويه في جامعه ال البيت في ضوء بعض المتغيرات، مجله المناره للبحوث والدراسات - الاردن .

Al-Masaeed, Aslan (2014): *Self-esteem and its relationship to learning motivation among students of the College of Educational Sciences at Al-Bayt University in light of some variables*, Al-Manara Journal for Research and Studies - Jordan.

المهدى، شيرين (٢٠٠٥). تأثير استخدام كل من الأسلوب التعاوني والتنافسي على جوانب التعلم لرياضة السباحة ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، جامعة المنوفية ، كلية التربية الرياضية بمدينة السادات .

El-Mahdy, Sherine (2005). *The effect of using both cooperative and competitive method on learning aspects of swimming*, unpublished PhD thesis, Menoufia University, Faculty of Physical Education in Sadat City.

المومني، فيحاء؛ الخطابية، عبدالله؛ القضاء، محمد (٢٠١٥). أثر نماذج التخطيط القائمة على نموذج أبعاد التعلم لمارزانو في الاستيعاب المفاهيمي للمفاهيم العلمية لدى طالبات الصف الثامن الاساسي في الاردن ، بحث منشور ، كلية العلوم الربوية ، المجلد ٤٢ ، العدد الأول ، جامعة اليرموك .

Al-Momani, Faiha; Al-Khattaba, Abdullah; Al-Qudah, Muhammad (2015) *The effect of planning models based on Marzano's learning dimensions model on the conceptual comprehension of scientific concepts among students of the eighth grade in Jordan*, published research, Faculty of Interest-Based Sciences, Vol. Yarmouk University .

جاسم، وجيه (٢٠٠١). *نظريات الاكتساب والتطور الحركي* ، عمان ، دار وائل للطباعة والنشر، الاردن.

Jassim, Wajih (2001), *Theories of Acquisition and Kinetic Development*, Amman, Wael House for Printing and Publishing, Jordan.

حسن، ثائر (٢٠٠٥). تقدير الذات البدنية والمهارية وعلاقته بدقة أداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة ، مجلة التربية الرياضية ، المجلد الرابع عشر، العدد الثاني، كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى .

Hassan, Thaer (2005) *Physical Self-Esteem and Skills and Its Relation to Accurate Performance of Offensive Skills in Volleyball*, Physical Education Journal, Volume Fourteen, Number Two, College of Physical Education, University of Diyala

حلمى، عصام (٢٠٠٠). *تاريخ وتعليم التنكيك الحديث فى السباحة*، منشأة المعارف، الإسكندرية.

Helmy, Essam (2000). *History and Teaching of Modern Techniques in Swimming*, Ma'arif Institute, Alexandria.

راتب، أسامة (١٩٩٥). *علم النفس الرياضى*، دار الفكر العربى، القاهرة.

Ratib, Osama (1995), *Sports Psychology*, House of Arab Thought, Cairo.

سالم، وفيقة (١٩٩٧). *الرياضات المائية أهدافها - طرق تدريسها - تدريبيها - أساليب تقويمها*، منشأة المعارف، الإسكندرية.

Salem, Wafiqah (1997). *Water sports: its objectives - methods of teaching it - training - methods of evaluating it*, Ma'arif Institute, Alexandria.

سعد الدين، أحمد (٢٠٠٥). *تأثير استخدام الوسائل الفائقة على تعليم سباحة الصدر للأطفال المبتدئين*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان.

Saad Eddin, Ahmad (2005) *The effect of using superior methods on teaching breaststroke swimming to beginners, an unpublished master's thesis*, College of Physical Education for Boys in Al-Haram, Helwan University.

شرف، عبد الحميد (٢٠٠٠). *تكنولوجيا التعليم فى التربية الرياضية*، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

Sharaf, Abdel-Hamid (2000) *Educational Technology in Physical Education*, Al-Kitab Center for Publishing, Cairo.

صالح، ماجدة؛ بشير، هدى (٢٠٠٥). *استخدام نموذج أبعاد التعلم فى تنمية المهارات والمفاهيم المرتبطة ببعض الخبرات التعليمية المتطلبة لطفل الروضة*، مجلة دراسات فى المناهج وطرق التدريس، العدد ١٠٧.

Saleh, Magda, Bashir, and Hoda (2005). *The use of the learning dimensions model in developing skills and concepts related to some educational experiences required for kindergarten children*, Journal of Studies in Curricula and Teaching Methods, No. 107.

عبد الحميد جابر، عمر محمود (٢٠٠٧). *اختبار الذكاء اللفظي للمرحلة الثانوية والجامعية*، دار النهضة المصرية، القاهرة.

Abdel Hamid Jaber, Omar Mahmoud (2007) *Verbal Intelligence Test for the secondary and university levels*, Dar Al-Nahda Al-Masrya, Cairo.

عبد العال، عزة (٢٠١٢). *تأثير برنامج تعليمى باستخدام التمرينات الغرضية على مستوى أداء سباحة الزحف على البطن*، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.

Abdel-Al, Azza (2012). *The effect of an educational program using intentional exercises on the performance of abdominal crawling swimming*, an unpublished master's thesis, Faculty of Physical Education, Assiut University.

عبد العزيز، حمدى (٢٠٠٣). *تقويم مراحل الأداء التعليمية بفصول تعليم السباحة بمركز خدمة البيئة وتنمية المجتمع بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة*، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.

Abdul Aziz, Hamdy (2003). *Evaluation of educational performance stages in swimming classes at the Center for Environmental Service and Community Development at the*

*College of Physical Education for Boys in Cairo, unpublished PhD thesis, College of Sports Education for Boys, Helwan University.*

عبد الفتاح، أبو العلاء (١٩٩٤). *تدريب السباحة للمستويات العليا، دار الفكر العربي، القاهرة.*

Abdel Fattah, Abu Al-Ela (1994) *Swimming training for higher levels*, Arab Thought House, Cairo.

عبد الكريم، محمود (٢٠٠٦). *ديناميكية تدريس التربية الرياضية، مركز الكتاب، القاهرة.*

Abdel Karim, Mahmoud (2006). *The dynamics of teaching physical education*, Book Center, Cairo.

عطية، إلهام (٢٠١٤). *فاعلية توظيف برنامج الكورت في تنمية أبعاد التعلم لمارزانو في مادة العلوم لدى طالبات الصف السابع الاساسي، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزهر، غزة.*

Attia, Ilham (2014). *The Effectiveness of Employing the Kurt Program in the Development of Learning Dimensions for Marzano in the Science Subject for Seventh Grade Students*, "Master Thesis, College of Education, Al-Zahr University, Gaza

علاوي، محمد (١٩٩٨). *موسوعة الإختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.*

Allawi, Muhammad (1998). *Encyclopedia of Psychological Tests for Athletes*, Al Kitab Publishing Center, Cairo.

علاوي، محمد (٢٠٠٢). *علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة.*

Allawi, Muhammad (2002), *Psychology of Training and Sports Competition*, Arab Thought House, Cairo.

علاوي، محمد؛ رضوان، نصرالدين (٢٠٠١). *إختبارات الأداء الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة.*

Allawi, Muhammad; Radwan, Nasreddin (2001): *Kinetic Performance Tests*, Arab Thought House, Cairo.

علاوي، محمد؛ رضوان، نصرالدين (٢٠٠١). *الإختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.*

Allawi, Muhammad; Radwan, Nasreddin (2001). *Skillful and psychological tests in the sports field*, Arab Thought House, Cairo.

قطامي، يوسف؛ محمد، أميمة (٢٠٠٥) *عادات العقل والتفكير النظرية والتطبيق، دار الفكر، عمان، الأردن.*

Kattame, Youssef; Muhammad, Omaima (2005) *Habits of Mind and Thinking Theory and Practice*, Dar Al Fikr, Amman, Jordan.

كامل، ذكية؛ شلتوت، نوال؛ خفاجة، مرفت (٢٠٠٠). *أساسيات في تدريس التربية الرياضية، مطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية.*

Kamel, Zakiah; Shaltout, Nawal; Khafaga, Mervat (2000). *Fundamentals in Teaching Physical Education*, Al Radaa Artistic Press, Alexandria.

كردي، خالد (٢٠١٠). *تأثير برنامج مقترح باستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية على تعلم سباحة الزحف على البطن لدى طلاب كلية التربية البدنية والرياضية بجامعة الحديدة-الجمهورية اليمنية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أسيوط، كلية التربية الرياضية.*

Kurdi, Khaled (2010): *The Effect of a Proposed Program Using the Teaching Assignment Analysis Method on Learning to Learn Belly Crawling among Students of the College of*

*Physical Education and Sports at Al-Hudaydah University - Republic of Yemen,*  
Unpublished Master Thesis, Assiut University, College of Physical Education.

محمد، إيمان (٢٠٠٧). فاعلية نموذج أبعاد التعلم في تنمية مهارات التفكير لدى طلاب المرحلة الثانوية في مادة علم الاجتماع ،  
مجلة القراءة والمعرفة ، مصر .

Muhammad, Iman (2007): *The Effectiveness of the Learning Dimensions Model in Developing Thinking Skills for Secondary Students in Sociology*, Reading and Knowledge Journal, Egypt.

منصور، بثينة (٢٠٠٧). تقدير الذات وعلاقته بمركز السيطرة ، مجله كلية الاداب العدد ٧٩ جامعه بغداد - العراق .

Mansour, Buthainah (2007) *Self-esteem and its relationship to the control center*, College of Arts Journal, Issue 79, University of Baghdad - Iraq.

يوسف، سعد (٢٠٠٦). تأثير استخدام أسلوبي التعلم التعاوني والإتقان على الجانب المعرفي والمهارى لسباحة الزحف على البطن لطلبة قسم التربية الرياضية ، جامعة الأزهر ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، جامعة طنطا ، كلية التربية الرياضية .

Youssef, Saad (2006). *The effect of using cooperative learning and mastery methods on the cognitive and skillful side of abdominal crawling swimming for students of the Physical Education Department, Al-Azhar University*, unpublished PhD thesis, Tanta University, Faculty of Physical Education.

ثانيا : المراجع الأجنبية:

Crowley's . 2004.*learn to swim simplicity way . swimming technique* , vol. 41 . no. 2, July / September.

Daley, B. J., Watkins, K., Williams, S. W., Courtenay, B., Davis, M., & Dymock, D. (2001). *Exploring in a technology-enhanced environment. Educational Technology & Society*, 4(3), 126- 138 [http://www.ifets.massey.ac.nz/periodical/vol\\_3\\_2001/daley.html](http://www.ifets.massey.ac.nz/periodical/vol_3_2001/daley.html)

Frieaman, S. 2003.*The relationship between anxiety and self perceived Competence in children*, Dissertation Abstracts, 63(9), 497-A.

Hant, E. & Bell, S. 2002. *The effect on achievement and attitude of standard tex book consistent with learning model*. "Diss. ABS .Int., vol (74),No(10),3690.

John C. Price 2006.*Martial Arts and Cognitive Psychology: Toward Further Research in the Cognitive Aspects of Martial Arts* Capella University.

Kanuoglou 2008.*Achievement in Physucal education and eslfconcept of Greet students in grades 5 nd 6;Percebt Mot skills* 2008 Aug;107(1):65-9.

Keivin Juba 2001. *S58imming for fitness*, Black, London .

Maglisho, E.W 1993 : *Swimming even faster* , May field publishing company, California .

Maria, K. and Harnish, D.L, (2000).*Self –Esteem in children*, *British Journal of Education Psychology*, pp229-242, (70)

Marzano, R. 1992. *A Different Kind of Classroom:Teaching with Dimensions of Learning*. Alexandria,VA : Association for Supervision and Curriculum Development,(ERIC), ED 350 086.

- Marzano, R.et.el. 1993. *Integrating Instructional Programs through Dimensions of Learning.* Educational Leadership. 47 (5), 68- 103.**
- Marzano,R. 2006. *Transforming class room grading* Alexandria ,VA:ASC.**
- Marzano , R., and Kendal , J. (1995), *The systematic Identification and Articulation of Content Standards and Benchmarks.* Aurora, Colorado: Mid-Continent Regional Educational Lab,(ERIC),ED 403 308.**
- Marzano, Robert J; Pickering, Debra J 2000.A *different kind of classroom: Teaching with dimensions of learning, translated by Jaber Abdel Hamid, Safa Alasr, and Nadia Sharif.* Cairo, Dar Kebaa for printing, publishing, and distribution.**
- Marzano, R., Pickering, D., and McTighe, J. (1993), *Assessing student outcomes: performanceassessment using the Dimensions of Learning model.*Alexandria Va: Association for Supervision and Curriculum Development, (ERIC), ED 461 665**