

الفصل الخامس

٥ / الإستخلاصات والتوصيات

١ / الإستخلاصات

٢ / التوصيات

٥ / الإستخلاصات والتوصيات

١/٥ الإستخلاصات:

فى ضوء نتائج البحث يمكن للباحثة تقديم إستخلاصات البحث على النحو التالى:

- وجود فروق دالة إحصائيا فى القياسات البيئية فى أبعاد مستوى الأداء الفنى لسباحة الدولفين بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية فى كل من ٢٥م رجلين دولفين على الظهر ، ٢٥م زراع (يمين- يسار- معا) ، ٢٥م دولفين لصالح المجموعة التجريبية فى حين عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعتين فى ٢٥م رجلين دولفين على الجانب .
- وجود فروق فى الترتيب التنازلى للقياس البيئى فى جميع أبعاد مستوى الأداء الفنى لسباحة الدولفين بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية .
- وجود فروق دالة إحصائيا فى القياسات البيئية بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى بعد المستوى الرقمى فى ٥٠م دولفين بالبداة لصالح المجموعة التجريبية وعدم وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعتين فى ٥٠م دولفين من أسفل .
- وجود فروق فى الترتيب التنازلى للقياس البيئى فى بعدى مستوى الأداء الرقمى لسباحة الدولفين بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية .
- وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسين البعدى والبيئى للمجموعة التجريبية فى أبعاد مستوى الأداء الفنى لسباحة الدولفين لصالح القياس البعدى وتراوحت نسب التحسن ما بين (٢٢%) إلى (٦١%) فى أبعاد مستوى الأداء الفنى لسباحة الدولفين .
- وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسين البعدى والبيئى للمجموعة الضابطة فى أبعاد مستوى الأداء الفنى لسباحة الدولفين لصالح القياس البعدى وتراوحت نسب التحسن ما بين (٢٧%) إلى (٥٦%) .

- وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدى والبنى للمجموعة التجريبية لأبعاد المستوى الرقمى لسباحة الدولفين للمجموعة التجريبية فى ٥٠م دولفين من أسفل لصالح القياس البعدى وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين فى ٥٠م دولفين بالبدا بين القياسين وبلغت نسب التحسن (١٠%) ، (١٤%) .
- وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدى والبنى لأبعاد المستوى الرقمى لسباحة الدولفين للمجموعة الضابطة فى بعدى المستوى الرقمى لصالح القياس البعدى وبلغت نسب التحسن (٨%) ، (٩%) .
- وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات البعدية فى أبعاد مستوى الأداء الفنى لسباحة الدولفين بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية .
- وجود فروق فى الترتيب التنازلى للقياسات البعدية فى جميع أبعاد مستوى الأداء الفنى لسباحة الدولفين بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية .
- وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات البعدية فى بعدى مستوى الأداء الرقمى لسباحة الدولفين بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية وهو الأمر الذى يشير إلى أفضلية النتائج للمجموعة التجريبية .
- وجود فروق فى الترتيب التنازلى للقياسات البعدية فى بعدى المستوى الرقمى لسباحة الدولفين بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية وهو الأمر الذى يوضح أفضلية النتائج للمجموعة التجريبية .
- عدم وجود فروق دالة إحصائية فى حالة القلق بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة .
- وجود فروق دالة إحصائية فى حالة القلق بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى . وهو الأمر الذى يشير إلى ارتفاع متوسط درجات حالة القلق فى القياس القبلى بدرجة أكبر منه فى القياس البعدى .

٢/٥ التوصيات:

فى إطار ما أسفرت عنه نتائج البحث توصى الباحثة بما يلى :

١/٢/٥ التوصية لدى مدربي الأطفال المبتدئين فى السباحة بالأندية الرياضية ومراكز الشباب بما يلى :

- استخدام البرمجية التعليمية المعدة بتقنية الوسائط فائقة التداخل (الهيبرميديا) التى تم تطبيقها فى الدراسة الحالية فى تعليم الأطفال المبتدئين لمهارة سباحة الدولفين نظرا لنتائجها الواضحة فى الوصول بهم إلى مستوى التوافق الجيد .
- مناقشة المدربين فى مجال رياضة السباحة عدم الحكم النهائى على مستوى السباحين المبتدئين فى تعلم مهارة سباحة الدولفين باستخدام تقنية الوسائط فائقة التداخل (الهيبرميديا) كنتيجة للإختبارات والقياسات البينية ، وإعتبار نتائج هذه الإختبارات والقياسات البينية عامل هام من بين عوامل التغذية الراجعة الهادفة إلى تطوير وتحسين الأداء الفنى والرقمى .

٢/٢/٥ التوصية للمتخصصين فى تدريب رياضة السباحة وتكنولوجيا التعليم

الرياضى بما يلى :

- تقييم البرمجية التعليمية المعدة بتقنية الوسائط فائقة التداخل (الهيبرميديا) المطبقة فى الدراسة الحالية وذلك بتطبيقها على عينات مختلفة من الأطفال المبتدئين فى تعلم مهارة سباحة الدولفين للتعرف على نتائجها وبالتالي إمكانية تعميمها فى عمليات تعليم الأطفال المبتدئين لمهارة سباحة الدولفين أو إدخال بعض التعديلات عليها فى ضوء عمليات التقييم .
- تشجيع المتخصصين فى مجال تدريب رياضة السباحة ، وتكنولوجيا التعليم الرياضى وبعض الخبراء فى المجالات المرتبطة لدراسة وإنتاج برمجيات الكمبيوتر التعليمية المعدة بتقنية الوسائط فائقة التداخل (الهيبرميديا) لتعليم مهارات رياضة السباحة - وخاصة سباحة الدولفين- نظرا لأهمية هذه البرمجيات التعليمية وأهمية تقنية الوسائط فائقة التداخل (الهيبرميديا) فى إكساب الأطفال المبتدئين التوافق الجيد فى هذه المهارات الحركية .

٣/٢/٥ التوصية للإتحاد المصرى للسباحة والأندية الرياضية ومراكز الشباب بما يلى :

- الإهتمام بتدريب المدربين الحاليين فى السباحة وخاصة مدربي الناشئين- على كيفية إستخدام الكمبيوتر والبرامج التعليمية المعدة بتقنية الوسائط فائقة التداخل (الهيبرميديا) حتى يمكن إكسابهم القدرة على تعليم الأطفال المبتدئين للمهارات الحركية للسباحة بإستخدام هذه الوسائل التكنولوجية الحديثة .
- توفير أجهزة الكمبيوتر فى أماكن تدريب رياضة السباحة للأطفال المبتدئين وكذلك توفير البرمجيات التعليمية المعدة بتقنية الوسائط فائقة التداخل (الهيبرميديا) لإمكان تدريب الأطفال المبتدئين على إستخدام هذه البرمجيات التعليمية فى عمليات التعلم وخاصة تعلم مهارة سباحة الدولفين .

٤/٢/٥ التوصية لكليات التربية الرياضية وخاصة أقسام مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية والتدريب الرياضى والرياضات المائية بما يلى :

- مناقشة أقسام مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية والتدريب الرياضى والرياضات المائية بكليات التربية الرياضية بالإهتمام بتدريس تكنولوجيا التعليم الرياضى الذى يهتم بصورة واضحة بالتقنيات التكنولوجية الحديثة و إستخدام الكمبيوتر وبصفة خاصة تقنية الوسائط فائقة التداخل (الهيبرميديا) حتى يمكن تخريج عناصر قادرة على إستخدام الأساليب التكنولوجية العلمية الحديثة فى عمليات التعليم الرياضى فى رياضة السباحة .

قائمة المراجع

- المراجع العربية
- المراجع الأجنبية

قائمة المراجع

المراجع العربية:

- ١- أبو العلا أحمد عبد الفتاح (١٩٩٦) : $٤ \times ١٢ = ٤٨$ ساعة لتعلم السباحة ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٢- أبو العلا أحمد عبد الفتاح (١٩٩٤) : تدريب السباحة للمستويات العليا ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٣- أحمد حسن حسن رخا (٢٠٠٣) : " وضع برنامج لتعليم المهارات الأساسية للمبتدئين فى الملاكمة باستخدام الكمبيوتر " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس .
- ٤- أحمد حمدى محمد عفيفى (١٩٨٩) : " التغذية الراجعة وأثرها فى تعلم مبادئ السباحة لطلاب الجامعة " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة المنيا .
- ٥- أحمد حمدى محمد عفيفى (١٩٨١) : " العلاقة بين كل من المرونة والقوة بالرقم المسجل لسباحة الدولفين " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .
- ٦- أحمد عبد الفتاح حسين (٢٠٠٥) : " فاعلية برنامج تعليمى باستخدام الوسائل فائقة التداخل على التحصيل المعرفى ومستوى الإجاز الرقمية مسابقات الميدان والمضمار " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة .
- ٧- أحمد مصطفى السويفى (١٩٩٧) : السباحة للجميع ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .
- ٨- أحمد يوسف سعد الدين (٢٠٠٥) : " تأثير استخدام الوسائل الفائقة على تعليم سباحة الصدر للأطفال المبتدئين " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .
- ٩- أسامة أحمد عبد العزيز (٢٠٠١) : " أثر برنامج تعليمى باستخدام الهمبرميديا على تعلم مسابقة الوثب العالى لدى البتدئين " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .

- ١٠- أسامة كامل راتب (١٩٩٨) : **النمو الحركى** ، الطبعة الثانية ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ١١- أسامة كامل راتب (١٩٩٨) : **تعليم السباحة** ، الطبعة الثالثة ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ١٢- أسامة كامل راتب ، على محمد ذكى (١٩٨٦) : **الأسس العلمية لتدريب السباحة** ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ١٣- الغريب زاهر إسماعيل (٢٠٠١) : **تكنولوجيا المعلومات وتحديث التعليم** ، دار الكتاب ، القاهرة .
- ١٤- الغريب زاهر إسماعيل (١٩٩٠) : **الكمبيوتر والإنترنت فى التعليم خطوة خطوة** ، دار القلم للنشر والتوزيع ، الكويت .
- ١٥- النبوى عبد الخالق سلامة (٢٠٠١) : " **تأثير إستخدام الحاسب الآلى متعدد الوسائط على تعلم بعض مهارات رياضة الجمباز** " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .
- ١٦- أمانى رفعت بسيونى البحيرى (٢٠٠٢) : " **تأثير التعلم الذكى بإستخدام الحاسب الآلى على بعض مهارات المبارزة لدى المعاقين حركياً** " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .
- ١٧- أمين الخولى ، أسامة راتب (٢٠٠١) : **التربية الحركية** ، الطبعة الخامسة ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ١٨- الإتحاد المصرى للسباحة (٢٠٠٢) : " **مشروع النجوم الثلاثة لتأهيل البراعم فى سباحة المنافسات** " ، وثائق منطقة القاهرة للسباحة ، القاهرة .
- ١٩- تامر أحمد حسن (٢٠٠٠) : " **تأثير إستخدام تقنيات التعليم فى الجزء الرئيسى من الدرس على مستوى الأداء المهارى لتلاميذ المرحلة الإعدادية** " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان .
- ٢٠- ثناء عبد الباقي حسنين (١٩٩٢) : **مقدمة فى تعليم وتدريب السباحة والإنقاذ** ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
- ٢١- جمال علاء الدين (١٩٨٠) : **دراسات معملية فى بيوميكانيكا الحركات الرياضية** ، دار المعارف ، القاهرة .

- ٢٢- جوزيف ناجى أديب بقطر (٢٠٠٣) : " تأثير برنامج تعليمى باستخدام أسلوب الوسائط الفائقة على تعلم بعض المهارات الأساسية لتنس الطاولة للمبتدئين " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بمدينة السادات ، جامعة المنوفية .
- ٢٣- جيهان حامد عبد الرحمن (٢٠٠٧) : " تأثير برنامج تعليمى باستخدام الحاسب الآلى على تعلم الوثب العالى بالطريقة الظهرية لطالبات الصف الرابع الإبتدائى " ، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة ، العدد (٧)
- ٢٤- حاتم حسين الدرينى (١٩٩٥) : " أثر بعض أنواع من التغذية الراجعة على تعلم السباحة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا
- ٢٥- حاتم عبد المنعم صالح الدياسطى (١٩٩٩) : " معايير إختيار الأطفال المتقدمين لتعليم السباحة بالأندية الرياضية (٦-٨) سنوات وفقاً للبرامج الموضوعه " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان
- ٢٦- حمدى فايد عبد العزيز (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 .
- ٢٧- زينب محمد أمين (٢٠٠٠) : إشكاليات حول تكنولوجيا التعليم ، دار الهدى للنشر والتوزيع ، المنيا .
- ٢٨- زينب محمد أمين (١٩٩٥) : " أثر إستخدام الهيبرميديا على التحصيل الدراسى والإتجاهات لدى طلاب كلية التربية " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، قسم تكنولوجيا التعليم ، كلية التربية ، جامعة المنيا .
- ٢٩- سالى محمد محمد عبد اللطيف (٢٠٠٥) : " فعالية برنامج تعليمى مقترح باستراتيجية كيلر(تفريد التعليم) باستخدام الهيبرميديا على تعلم بعض مهارات الهوكى لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .
- ٣٠- سعد جلال ، محمد علاوى (١٩٩٥) : علم النفس التربوى الرياضى ، الطبعة الخامسة ، دار المعارف ، القاهرة .

- ٣١- شيرين دسوقي (٢٠٠٥) : " تأثير استخدام الحاسب الآلى (الكمبيوتر) على تعليم بعض مهارات الكرة الطائرة لتلميذات المرحلة الثانوية " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان .
- ٣٢- صالح محمد صالح (٢٠٠٤) : تقويم الحصيلة بمدارس السباحة فى ضوء مقومات الجودة الشاملة ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، جامعة الإسكندرية .
- ٣٣- طلحه حسام الدين ، وآخرون (١٩٩٨) : علم الحركة التطبيقى ، الجزء الأول ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ٣٤- عائشة محمد الفاتح أحمد (٢٠٠١) : " تصميم برنامج تعليمى بالحاسب الآلى (الكمبيوتر) لتعلم بعض مهارات المبارزة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان .
- ٣٥- عادل فوزى جمال (١٩٩٩) : إعداد الطفل للسباحة "مرشد المعلم" ، المؤتمر العلمى (التربية البدنية والرياضية بين النظرية والتطبيق) ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان .
- ٣٦- عادل فوزى جمال (١٩٩٦) : السباحة للأطفال والناشئين ، دار الهدى ، القاهرة .
- ٣٧- عبد العزيز محمد عبد العزيز (٢٠٠٢) : " تأثير برنامج بالرسوم المتحركة على تعلم سباحتي الزحف على البطن والظهر لدى المبتدئين " ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .
- ٣٨- عثمان مصطفى عثمان ، هشام محمد عبد الحليم (٢٠٠٤) : " أثر برنامج تعليمى باستخدام أسلوب الهيبرميديا على تعلم بعض المهارات بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية " ، مجلة علوم وفنون ، المجلد العشرين ، العدد الأول ، جامعة حلوان .
- ٣٩- عصام الدين عبد الخالق مصطفى (٢٠٠٣) : التدريب الرياضى ، الطبعة الحادية عشر ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
- ٤٠- عصام محمد أمين حلمى (١٩٩٧) : إتجاهات حديثة فى تدريبات السباحة وتخطيط البرامج ، الجزء الأول ، دار المعارف ، الإسكندرية .
- ٤١- على فهمى البيك ، عصام حلمى (١٩٩٩) : إتجاهات حديثة فى تعليم السباحة ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .

- ٤٢- على البيك ، عصام حلمى وآخرون (١٩٩٥) : إتجاهات حديثة فى تعليم السباحة (الزحف - الظهر) ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
- ٤٣- على محمد السيسى ، إيهاب مصطفى كامل (٢٠٠٣) : " تصميم برنامج تعليمى باستخدام الحاسب الآلى ومعرفة تأثيره على بعض المهارات الهجومية لدى الناشئين فى كرة السلة " ، المجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية ، العدد الأول ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .
- ٤٤- غادة محمد يوسف السيد (٢٠٠٦) : " فاعلية برنامج تعليمى باستخدام الهيبرميديا على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية فى البالية " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق .
- ٤٥- غيداء عبد الشكور محمد (٢٠٠٦) : " فاعلية برنامج تعليمى باستخدام الوسائط الفائقة على تعلم مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين على جهاز الحركات الأرضية " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان .
- ٤٦- فاطمة محمد فليفل (٢٠٠٣) : " أثر برنامج تعليمى باستخدام أسلوب الهيبرميديا على تعلم مهارات كرة السلة لدى تلميذات الحلقة الثانية من التعليم الأساسى " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .
- ٤٧- فاطمة محمد فليفل (١٩٩٩) : " أثر برنامج تعليمى مقترح باستخدام أسلوب الوسائط المتعددة على تعلم بعض مهارات كرة السلة لطالبات كلية التربية الرياضية بالمنيا " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .
- ٤٨- فؤاد البهى السيد (٢٠٠١) : الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، الطبعة السادسة ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٤٩- كمال عبد الحميد ، محمد صبحى حسنين (٢٠٠٠) : اللياقة البدنية ومكوناتها (الأسس النظرية - الإعداد البدنى - طرق القياس) ، الطبعة الرابعة ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٥٠- مايسه محمد عفيفى (٢٠٠٦) : " فاعلية إستخدام الهيبرميديا على تعلم سباحة الزحف على الظهر للمبتدئات " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق .

- ٥١- محمد حامد البلتاجى (٢٠٠٠) : " تأثير استخدام الوسائل السمعية البصرية على تعلم السباحة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .
- ٥٢- محمد حسن رخا (٢٠٠٣) : " وضع برنامج باستخدام أسلوب الهيرميديا لتعلم سباحة الزحف على البطن للمبتدئين " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس .
- ٥٣- محمد حسن علاوى (٢٠٠٧) : مدخل علم النفس الرياضى ، الطبعة السابعة ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ٥٤- محمد حسن علاوى (٢٠٠٢) : علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٥٥- محمد حسن علاوى (٢٠٠٢) : سيكولوجية المدرب الرياضى ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٥٦- محمد حسن علاوى (٢٠٠٠) : " علم نفس المدرب والتدريب الرياضى " ، الطبعة الثانية ، دار المعارف ، القاهرة .
- ٥٧- محمد حسن علاوى (١٩٩٩) : علم التدريب الرياضى ، الطبعة الثالثة عشر ، دار المعارف ، القاهرة .
- ٥٨- محمد حسن علاوى (١٩٩٩) : " علم النفس الرياضى " ، الطبعة العاشرة ، دار المعارف ، القاهرة .
- ٥٩- محمد حسن علاوى (١٩٩٨) : موسوعة الإختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ٦٠- محمد حسن علاوى (١٩٩٨) : سيكولوجية النمو للمربي الرياضى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ٦١- محمد حسن علاوى ، أسامه كامل راتب (٢٠٠٢) : البحث العلمى فى التربية الرياضية وعلم النفس الرياضى ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٦٢- محمد حسن علاوى ، محمد نصر الدين رضوان (٢٠٠٧) : القياس فى التربية الرياضية وعلم النفس الرياضى ، الطبعة الخامسة ، دار الفكر العربى ، القاهرة .

- ٦٣- محمد حسن علاوى ، ومحمد نصر الدين رضوان (٢٠٠٢) : الإختبارات المهارية
والنفسية فى المجال الرياضى ، الطبعة الرابعة ، دار الفكر العربى ،
القاهرة .
- ٦٤- محمد حسن علاوى ، محمد نصر الدين رضوان (٢٠٠٠) : إختبارات الأداء الحركى
، الطبعة الرابعة ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٦٥- محمد رضا البغدادي (١٩٩٨) : تكنولوجيا التعليم والتعلم ، دار الفكر العربى ،
القاهرة .
- ٦٦- محمد سعد زغول ، محمد على محمود وهانى سعيد عبد المنعم (٢٠٠٣) : " تصميم
وإنتاجية برمجية كمبيوتر تعليمية معدة بتقنية الهيبريميديا وأثرها على
جوانب التعلم لمهارات ضربات الكرة بالرأس فى كرة القدم ، مجلة نظريات
وتطبيقات ، بكلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة بالإسكندرية .
- ٦٧- محمد سعد زغول وآخرون (٢٠٠١) : تكنولوجيا التعليم وأساليبها فى التربية
الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ٦٨- محمد سعد زغول ، يوسف محمد على (١٩٩٥) : " أثر إستخدام الوسائط المتعددة
على تعليم بعض مهارات الكرة الطائرة لتلاميذ الحلقة الثانية للتعليم
الأساسى " ، المجلد السابع ، العدد الأول ، كلية التربية الرياضية ، جامعة
حلوان .
- ٦٩- محمد صبحى حسانين (٢٠٠١) : القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضة ،
الجزء الأول ، الطبعة الرابعة ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٧٠- محمد صبرى عمر (١٩٩٩) : هيدروديناميكا الأداء فى السباحة ، الطبعة الثانية ،
منشأة المعارف ، الإسكندرية .
- ٧١- محمد عطيه خميس (٢٠٠٢) : " منظومة تكنولوجيا التعليم " ، مجلة تكنولوجيا
التعليم ، المؤتمر العلمى السابع للجمعية المصرية لتكنولوجيا التعليم ، الجزء
الثانى ، المجلد العاشر .
- ٧٢- محمد على القط (١٩٩٩) : المبادئ العلمية للسباحة ، مكتب العزيزى للكمبيوتر ،
الزقازيق .
- ٧٣- محمد على القط (١٩٩٨) : السباحة بين النظرية والتطبيق ، مكتب العزيزى
للكمبيوتر ، الزقازيق .

- ٧٤- محمد على محمود ، مصطفى عبد القادر الجبلانى (٢٠٠٢) : " تأثير إستخدام أسلوب الهيرميديا على تعلم مهارتى التصويب وضرب الكرة بالرأس لدى المبتدئين فى كرة القدم " ، مجلة نظريات وتطبيقات ، العدد السادس والأربعون ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية .
- ٧٥- محمد محمود توفيق (٢٠٠٣) : " أثر برنامج تعليمى باستخدام الهيرميديا على تعلم بعض مهارات كرة اليد لدى طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة المنيا " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .
- ٧٦- محمود حسن ، على البيك ، مصطفى كاظم (١٩٩٩) : المنهاج الشامل لإعداد معلمى ومدربرى السباحة (تعليم - تدريب - تخطيط وتنظيم - تحكيم) " ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
- ٧٧- محمود عبد الفتاح عنان (١٩٩٩) : سباحة المنافسات ، مكتبة إبراهيم حلى ، المدينة المنورة ، المملكة العربية السعودية .
- ٧٨- مدحت يحيى عبد الرحمن حسن (٢٠٠٧) : " برنامج تعليمى باستخدام الهيرميديا وتأثيره على تعلم مسابقة دفع الجلة لدى طلبة المدارس الثانوية الفنية الصناعية " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .
- ٧٩- منار صلاح عبد الفتاح محمد (٢٠٠٦) : " تفعيل درس التربية الرياضية باستخدام الوسائط الفائقة لتلميذات الحلقة الثانية من التعليم الأساسى " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق .
- ٨٠- منى محمد نجيب (٢٠٠٧) : " فاعلية برنامج للهيرميديا على تعلم بعض مهارات الطوق فى التمرينات الفنية الإيقاعية " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق .
- ٨١- منى محمود جاد (٢٠٠٠) : " فاعلية برامج الكمبيوتر متعددة الوسائل القائمة على الرسوم والصور المتحركة فى تعليم المهارات الحركية " ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان .
- ٨٢- نادية غريب حموده (٢٠٠٤) : " تأثير إستخدام الهيرميديا على تعلم مهارة الدرجة الأمامية الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية " ، مجلة العلوم البدنية والرياضة ، العدد الخامس ، السنة الثالثة ، جامعة المنوفية .

- ٨٣- نبيل جاد عزمى (٢٠٠١) : التصميم التعليمى للوسائط المتعددة ، دار الهدى للنشر والتوزيع ، المنيا .
- ٨٤- هالة أحمد ذكى (٢٠٠٥) : " تأثير إستخدام أسلوب الهيبرميديا على تعليم مهارة التصويب بالوثب الطويل والجانب المعرفى فى كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة " ، مجلة العلوم البدنية والرياضة ، السنة الرابعة ، العدد السابع ، المجلد الثانى ، جامعة المنوفية .
- ٨٥- هالة محمد مالك ، عليه عادل زهران (٢٠٠١) : " أثر إستخدام الوسائل التكنولوجية على المستوى المهارى لسباحى الزحف على البطن والظهر " ، المجلة العلمية للبحوث والدراسات فى التربية الرياضية ، العدد الثانى ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس .
- ٨٦- هانى أحمد صبرى الحسينى (٢٠٠٧) : " تأثير إستخدام الهيبرميديا على تعلم بعض مهارات كرة اليد لتلاميذ المدارس الإعدادية الرياضية " ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق .
- ٨٧- هدى محمد محمد الخضرى (٢٠٠٤) : التقنيات الحديثة لإنتقاء الموهوبين الناشئين فى السباحة مع دليل مقترح للإنتقاء ، المكتبة المصرية ، الإسكندرية .
- ٨٨- وفيقة مصطفى سالم (٢٠٠٧) : تطبيقات تكنولوجيا التعليم وتفعيل العملية التعليمية فى التربية البدنية والرياضة ، الكتاب الثانى ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
- ٨٩- وفيقة مصطفى سالم (٢٠٠٦) : تكنولوجيا التعليم والتعلم فى التربية الرياضية ، الطبعة الثانية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
- ٩٠- وفيقة مصطفى سالم (٢٠٠٠) : الرياضات المائية - أهدافها - طرق تدريسها - أسس تدريسها - أساليب تقويمها ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .

ثانيا : المراجع الأجنبية

- ٩١- Brain ,G and Joan ,V. (١٩٩٨) : Design considerations for hypermedia & systems Micro Computers for Information Management . Vol . ٥ . Nr . ١ .
- ٩٢- Cockerton , T. and Shimel , R . (١٩٩٧) : Evaluation of a hypermedia docuoment as learning tool .Journal of Computer . Vol . ١٣ . Nr . ٢ .
- ٩٣- Cox , R (١٩٩٩) : Sport psychology ٣rd . ed . , Dubogee IA
- ٩٤- Dan , W . (٢٠٠٢) : Hypermedia the integrated learning enviroment . Blomington . Indiana .
- ٩٥- Deadman , G . (١٩٩٧) : An analysis of pupils reflective writing within a hypermedia framework . Journal of Computer . Vol . ١ . No ١٥ .
- ٩٦- Finsher , A . (١٩٩٥) : Multimedia literacy . New York , Mcgraw – Hill .
- ٩٧- Glazewski , J. (٢٠٠٠) : Hypermedia-based proplem based learning New York .
- ٩٨- Gyeski , D. (١٩٩٩) : Multimedia for learning development. New Jersey Englewood cliffs .
- ٩٩- Hanin ,Y (٢٠٠٤) : Emotions in sport. Champaign IL : Human kinetics .
- ١٠٠- Hiller , R. and ,Wilkinson .C.(١٩٩٩) : The effect of volleyball software on female high school students . Volleyball Performance . Vol ,٦٥. No . ٦ .
- ١٠١- <http://www.corbis.com>
- ١٠٢- <http://www.macromedia.com>
- ١٠٣- Jonassen , D. (٢٠٠١) : Hypertext / hypermedia .New Jersey :Englewood .Cliffs .
- ١٠٤- Karnatzky , B. (١٩٩٤) : A logical of hypermedia . Journal of Information .Vol . ٧٧ .

- ۱۰۵- Lampert , M.(۱۹۹۰ : Using hypermedia technology to support a new pedagogy of teacher education .Michigan .National Center for Research Education .
- ۱۰۶- Leonard ,J. (۱۹۹۲) : "Science of coaching swimming leisure Press , Champaign" , Illinois , U.S.A .
- ۱۰۷- Libert , Rand Morris ,W. (۱۹۸۶) : Cognitive and emotional compoment of test anxiety Psychological Report .
- ۱۰۸- Malina , R .and Bouchard ,C.(۲۰۰۱) : Growth, maturation and physical education .Human kinetics , Champaign ,ILL .
- ۱۰۹- Martens , R .et al .(۱۹۹۰) : Competition anxiety in sport .Champaign IL : Human kinetics .
- ۱۱۰- Mathias . M.(۱۹۹۱). Comparison of effectiveness of interactive viedio in teaching ability to analysis two psychmotor skills in swimming Diss . Abs .Inter . vol ۰۱.
- ۱۱۱- Monty , E. (۲۰۰۰) : The effect of linear . non linear computer assisted instruction Diss . Inter Vol ۰۶. December .
- ۱۱۲- Peach , A .(۱۹۹۷) .The effect of knowledge with hypermedia linear instruction Diss . Abs. Inter Vol ۰۷ .
- ۱۱۳- Reves , T.(۱۹۹۲) : Evaluating multimedia Educational Technology .
- ۱۱۴- Skinsly , M.and Brodie , D.(۱۹۹۰) : The effectiveness of computer assisted learning in physical education United Kingdom , Sport Express .

- ۱۱۵- Spielberger , C.D (۱۹۹۰) : Anxiety as an emotional state . NY : Academic .
- ۱۱۶- Stein, J. (۱۹۹۶) : Practical new technologies in physical education .George Mason University.
- ۱۱۷- Thomas, J. and Nelson , J,(۲۰۰۲) : Research methods in physical activity . Human kinetics . ILL .
- ۱۱۸- Vanek , M.(۱۹۹۹) : Sport psychology Prague . Sport Edition .
- ۱۱۹- Weinberg , R. . and Gould , D. (۱۹۹۹) : Foundations of sport and exercise psychology , Human Kinetics ILL .
- ۱۲۰ Zeiliger , R. , (۲۰۰۲) : Concept based navigation in educational hypermedia Liege Belgique . Vol ۱ .