

المقدمة ومشكلة البحث

١ / .

بدأ العوم مع بداية الحياة ، فقد فطر الله الكثير من المخلوقات على العوم، واستطاع الإنسان العوم منذ وجد على ضفاف الأنهار والبحيرات والبحار، ولقد مارسه الإنسان ثم مارس السباحة كضرورة دفاعية أو هجومية في تصديه للأخطار المحدقة به. وعليه فالسباحة قديمة قدم التاريخ نفسه، مارسها الفراعنة القدماء، ويدل على ذلك الآثار الفرعونية الموجودة في متحف اللوفر في باريس، والتي يمثل بعضها المصريين القدماء وهم يسبحون في نهر النيل، وتدل ملحمة الإلياذة لهوميروس أن الإغريق عرفوا السباحة واستعملوها في معاركهم الحربية، وفي المجتمع الإسبارطي، كانت السباحة مادة إجبارية يتعلمها كل طفل وفيها شاع نعت الرجل الجاهل للرجل الذي لا يعرف القراءة والسباحة، أما الرومان فكانوا يدرّبون جيوشهم على اجتياز الأنهار مع كامل المعدات الحربية سباحة (٥٩).

وتعتبر رياضة السباحة من أقدم الرياضات الإسلامية وقد حفلات السنة النبوية الشريفة بالموافق والأقوال التي تشهد بمكانة الرياضة بشكل عام وبالسباحة بشكل خاص حيث قال رسول الله (ﷺ) كل شيء ليس من ذكر الله فهو لهو ألا أربع خصال : مشي الرجل بين الفرضين وتأديبه لفرسه وملاعبته لأهله وتعلمه السباحة (١١ : ٩٩).

يذكر **حسام الدين فاروق ٢٠٠٤م** أنه بنهاية الحرب العالمية الثانية أُنْجِه العالم إلى زيادة الاهتمام بالنواحي العلمية وتخصيص ميزانيات مالية ضخمة لغرض البحث العلمي في كافة فروع المعرفة ومنها الرياضة وبذلك أصبح التفوق الرياضي يعبر عن مدى التقدم والحضارة للدول في المجال السياسي والاقتصادي والاجتماعي وعلى ذلك زاد الاهتمام بالرياضة السباحة حيث ركزت البحوث العلمية الرياضية على اكتشاف المشكلات وكيفية علاجها للارتقاء بالرياضي ورفع كفاءته البدنية والنفسية والعقلية وكانت المحصلة النهائية لهذا التقدم التوصل إلى الأجهزة والأدوات الدقيقة المساعدة على التعليم والتدريب والتقويم إلى جانب التوصل إلى تحديد العناصر البدنية الهامة بالرياضة السباحة بصفة عامة وبأنواع السباحة بصفة خاصة إلى جانب ابتكار طرق وأساليب تدريبية جديدة زادت من فرص تكوين البطل فنياً وبيولوجياً ونفسياً وعقلياً واجتماعياً ولقد مارس المصريون السباحة على مر العصور، بدءاً من العصر الفرعوني ودلالاتها النقوش على جدران معابد بني حسن، وأبو سنبل حتى العصر الإسلامي ، والعصر الحديث ، فممارسة السباحة تتمشى مع ظروف البيئة بوجود نهر النيل (١٧ : ٨ - ٩) .

ويشير حامد عبد الخالق ١٩٨٠م إلى انتهاء عملية التعلم بالنسبة للمعارف العقلية عندما يكتسب المتعلم هذه المعرفة في حين أن عملية التعلم بالنسبة للمهارات الحركية لا تتم بمجرد فهم الأداء ولكن بالقدرة على أداء هذه المهارة (١٥ : ١٢) .

وترى منال أبو المجد ٢٠٠١م أن التربية الرياضية قد طرقت في الآونة الأخيرة أبواب التكنولوجيا الحديثة حيث يتسابق الباحثين في تصميم برامج تعليمية باستخدام أحدث النظريات العلمية للوصول بالعملية التعليمية إلى أعلى مستوى لذا فإن التقدم والتطور الكبير في مجالات الرياضة المختلفة أدى بطبيعة الحال إلى التقدم والتطور في رياضة السباحة ونتيجة لذلك استلزم الأمر التطوير في أساليب التعلم واستخدام التقنيات الحديثة والإطلاع على أحدث ما وصل له العلم في مجال السباحة لتساير رياضة السباحة ذلك الركب من التقدم والتطور (٤٥ : ٢ - ٣) .

ويشير أسامه راتب ١٩٩٨م إلى أن تعليم السباحة يختلف باختلاف المرحلة العمرية حيث لكل مرحلة عمرية خصائصها التي تميزها عن غيرها و من ثم فمعرفة المدرس لهذه الخصائص و أن يضعها في الاعتبار خلال مراحل التعلم المختلفة يجعل عملية التعلم أكثر كفاءة و فاعليه و بالرغم من البدء في الأعمار الصغيرة إلا أنه لا يقتصر تعلم السباحة على عمر معين دون الآخر فرياضة السباحة يمكن تعلمها في أي مرحلة عمرية (٨ : ٥٩) .

ويتفق كل من محمد شحاتة وآخرون ١٩٩٨م علي أنه لكي يتمكن المعلم من دفع طلابه إلى التعلم فلا بد له من استخدام طرق وأساليب مختلفة ومتعددة مما يتطلب من المعلم أن يكون ملماً إماماً تاماً بكيفية حدوث التعلم من جانب الطلاب وكيف تؤثر الطرق والأساليب المستخدمة في سرعة تحقيق الهدف من عملية التعليم وهو إتقان وتثبيت الأداء وكذلك توفير الوسائل والطرق المختلفة لمراعاة الفروق الفردية بين الطلاب (٣٦ : ٩١) .

ويتفق كل من على عبد المجيد ١٩٨٧م ، عبد المنعم سليمان ومحمد خميس ١٩٩٥م ، عطيات خطاب ١٩٩٧م ، ليلي زهران ١٩٩٧م على أن التمرينات الغرضية الخاصة عبارة عن وسيلة مساعدة تهدف لأعداد وتنمية الأنواع الحركية لمختلف أنواع الأنشطة التنافسية الرياضية

كما يمكن استخدامها كجانب تعويضي لمعالجة القصور والضعف الناتج من الاستمرار في ممارسة نشاط رياضي معين (٢٩:٢٩) (٣٢:٢٤) (٣٠:٢٦) (٤٠:٣٣) .

ويتفق كل من حازم حسن ١٩٩٦م ، مهلب عبد الرزاق ٢٠٠٢م على أن التدريب النوعي عبارة عن مجموعه من التمرينات والتدريبات التي تتشابه في تكوينها الحركي والتركيب الديناميكي مع الأداء المهاري وتمرينات هذا النوع من التدريبات هي أقصى درجات التخصص في تنمية الأداء المهاري ، كما ونوعاً وتوقيتاً وفقاً للاستخدامات اللحظية للعضلات أو المجموعات العضلية داخل الأداء المهاري كما تعتبر هذه التمرينات بمثابة تمرينات مساعده تهدف للأعداد وتنمية المهارات الحركية الخاصة بنوع النشاط الرياضي في محاولة تشغيل وبناء الجسم بما يتناسب مع متطلبات المهارات (٢٢ : ٤٦) (١٤ : ٥) .

و أسلوب سباحة الفراشة هو أسلوب مطور من سباحة الصدر ورائد هذا التطور هو ديفيد أرمبرستير David armbruster مدرب السباحة بجامعة أيوا ١٩٣٤م حيث حاول الوصول لشكل أفضل للمرحلة الرجوعية للذراعين في سباحة الصدر حيث تتم هذه المرحلة تحت الماء مما يعرض ضربات الذراعين لمزيد من المقاومة الناتجة عن الاحتكاك بالماء فقام بتعديل مسار الحركة الرجوعية للذراعين بحيث أصبحت خارج الماء وسمي هذا الأسلوب (الفراشة) ورغم صعوبة هذه الطريقة ألا أنها حققت زيادة في السرعة . وفي عام ١٩٣٥م قام جاك سيج Jack Seig السباح بنفس الجامعة بتطوير ضربات الرجلين بحيث تتشابه مع حركة ذيل السمكة Fish Tail وسمي هذا الأسلوب دولفين . وبعد ذلك قام كل من أرمبرستير ، سيج بدمج كلا الأسلوبين فنتج عن هذا الدمج طفرة في السرعة حيث يتكون من ضربة ذراعين فراشة وضربتين رجلين دولفين في الدورة الواحدة وفي الوقت الحاضر يطلق على السباحة ككل سباحة الفراشة وأحياناً سباحة الدولفين (٦٠) .

كما أن سباحة الفراشة تعلم للسباحين بعد أن يكونوا قد تعلموا الثلاث أنواع الأخرى من السباحات التنافسية كقاعدة . ومفتاح النجاح في هذه السباحة هو التوافق الجيد بين حركة الذراعين و ضربات الرجلين (٦١) .

يشير مجدي إبراهيم ١٩٩٦م أنه كلما زادت صعوبة المهارة كلما أحتاج المعلم إلى زيادة عدد الأجزاء التي يتدرب عليها اللاعب في صورته خطوات تعليم حتى يضمن أن كافة الأجزاء المكونة للحركة قد تم إتقانها ، وهذا يوضح أن كل خطوه تعليمية يختارها المعلم يجب أن تكون خطوه ناجحة نحو تحقيق الهدف الأساسي وهو إنجاز المهارة بصوره جيده . وقد يدخل بعض المعلمين والمدرسين خطوات تعليمية غير ضرورية لا تسهم في تقريب المتعلم من إنجاز المهارة المراد تعلمها على حسب الخطوات التعليمية الضرورية لاعتقادهم بأنها قد تفيد في سرعة اكتساب المهارة الجديدة مما يؤدي إلى ظهور بعض جوانب القصور في أداء السباح أو تأخره في اكتساب المهارة (٣٥ : ٢ - ٣) .

وحيث أن سباحة الفراشة من السباحات الصعبة والمركبة والتي يجد معلم السباحة صعوبة في إكساب براءع السباحة المخطط الحركي الخاص بها فقد افترض الباحث انه يمكن من خلال برنامج تعليمي باستخدام التمرينات الغرضية الاهتمام بكل أجزاء سباحة الفراشة وتفصيلها الدقيقة بحيث يكون ناتج العملية التعليمية في صورة أقرب إلى المثالية.

٣/١ هدف البحث:

يهدف البحث إلي تصميم برنامج تعليمي باستخدام التمرينات الغرضية لبراءع

سباحة الفراشة وذلك من خلال الأهداف الفرعية التالية :

١/٣/١ التعرف على تأثير استخدام البرنامج التعليمي المقترح على مستوى الأداء المهاري من خلال القياس (البعدي) للمجموعة التجريبية .

٢/٣/١ التعرف على تأثير استخدام البرنامج التعليمي المتبع على مستوى الأداء المهاري من خلال القياس (البعدي) للمجموعة الضابطة .

٣/٣/١ التعرف على الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية و الضابطة .

٤/٣/١ التعرف على الفروق بين نسبة التحسن لكل من المجموعتين التجريبية و الضابطة في مستوى الأداء المهاري

٤/١ فروض البحث:

١/٤/١ توجد فروق داله إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري لسباحة الفراشة .

٢/٤/١ توجد فروق داله إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري لسباحة الفراشة.

٣/٤/١ توجد فروق داله إحصائياً بين القياسيين البعديين للمجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري لسباحة الفراشة لصالح المجموعة التجريبية.

٤/٤/١ توجد فروق في نسبة التحسن للفروق بين متوسطات القياسين القبلي و البعدي للمجموعتين التجريبية و الضابطة في مستوى الأداء المهاري لسباحة الفراشة لصالح المجموعة التجريبية.

٥/١ مصطلحات البحث

١/٥/١ التعلم

- عملية تغيير أو تعديل في سلوك الفرد نتيجة قيامه بنشاط شريط ألا يكون هذا التغيير أو التعديل قد تم نتيجة للنضج أو لبعض الحالات المؤقتة كالتعب أو تعاطي بعض العقاقير المنشطة، و غير ذلك من العوامل ذات التأثير الوقتي على السلوك أو الأداء (٢٣ : ٢).

٢/٥/١ السباحة

- إحدى أنواع الرياضات المائية و التي تستخدم الوسط المائي كوسيلة للتحرك خلاله و ذلك من خلال الذراعين و الرجلين و الجذع بغرض الارتقاء بكفاءة الإنسان بدنيا و مهاريا و عقليا واجتماعيه و نفسيا (٢٣: ٢).

٣/٥/١ التمرينات الغرضية

- ذلك النوع من التمرينات الذي يتم فيها التدريب على المهارة أو تعليمها في شكل أجزاء من طبيعة الأداء المهاري الفعلي وتفاصيله الدقيقة بحيث تكون في مجموعها الشكل الكلي للمهارة (١٩: ٨).

٤/٥/١ برنامج تعليم السباحة

- عبارة عن مجموعة من المهارات المختارة و المنظمة و التي تساعد على التعامل مع الوسط المائي و الشعور بالأمن و الطمأنينة و السلامة و التحرك ببسر و سهولة (٣٤ : ٩).

٥/٥/١ مستوي الأداء المهاري

- الدرجة التي يحصل عليها اللاعب في أدائه لاختبار خاص بالمهارة (٤٣: ٦).