

قائمة المرفقات

مرفق رقم (١)
استمارة استطلاع رأي الخبراء لتقنين البرنامج التعليمي المقترح

بسم الله الرحمن الرحيم

الاستاذ الدكتور /

تحية طيبه وبعد.....

تقوم الباحثه بإجراء دراسته ضمن متطلبات الحصول على درجه الماجستير موضوعها :
"برنامج تعليمي مقترح لتنمية الادراك الحسي- حركي في السباحه لاطفال ما قبل المدرسه "

وحيث ان | جراءات البحث تستلزم الإستعانه بخبرتكم العميقه في مجال
التخصص بهدف الوصول الي تقنين البرنامج المقترح بطريقه عمليه والذي
سيطبق على اطفال من سن ٤-٥ سنوات ؛ لذا نرجو من سيادتكم الاجابه
على إستمارة الاستبانة المرفقه التي ستساعد في وضع الاسس التي سيقوم
عليها البرنامج ونشكركم سلفا على تجاوبكم معنا .

والسلام عليكم

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام

الباحثه
معيدة /علياء حيدده

الهدف من البرنامج

تنمية الادراك الحس - حركى لاطفال مرحلة من ٤ - ٥ سنوات بهدف تعليمهم المهارات الاساسية للسباحة

العنصر	المدة المقترحة	مناسب	غير مناسب	يقترح تغييرها الى
عدد وحدات البرنامج	٥ وحدات			
عدد الدروس في كل وحدة	٥ دروس			
زمن الدرس	٤٥ ق			
عدد الدروس في كل اسبوع	٥ دروس			
اجمالي عدد دروس البرنامج	٢٥ درسا			

اقتراحات اخرى

مرفق رقم (٢)
البرنامج التعليمى المقترح لتنمية الادراك الحس - حركى

الهدف من البرنامج :

تنمية الادراك الحس - حركى فى السباحة لاطفال ما قبل المدرسة من ٤ - ٥ سنوات .

عدد الوحدات خمس وحدات
عدد الدروس سبع وعشرون درسا
مدة البرنامج خمسة اسابيع
مدة الدرس خمس واربعون دقيقة

الهدف من كل وحدة :

الوحدة الاولى تهدف الى تنمية معرفة الذات الجسمية والوعى بالفراغ
وازالة عامل الخوف .

الوحدة الثانية تهدف الى تنمية الاتزان والايقاع والتحكم العضلى العصبى
وتعليم الغوص فى الماء مع فتح العينين .

الوحدة الثالثة تهدف الى تنمية التمييز السمعى وتنمية التحكم العضلى
الدقيق وتعليم التنفس .

الوحدة الرابعة وتهدف الى تنمية ادراك الاشكال والتعرف على الاشكال
وتعليم الطفو على البطن والظهر والوقوف منه .

الوحدة الخامسة وتهدف الى تنمية عنصر التوافق بين العين والقدم والعين
واليد و تعليم التقدم للامام عن طريق تحريك الاطراف .

الهدف من الوحدة : ١- إزالة عامل الخوف
ومصادقة الماء ٢- معرفة الذات الجسمية
٣- الوعي بالفراغ .

الوحدة الاولى
الدرس الاول
الادوات المستخدمة : الصفارة الطوق
البالون .

اقتراحات	مناسب مميز مناسب	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
		(وقوف - الزراعان جانبا) الجرى مع تقليد الطير . (وقوف) الجرى ولس الزميل من الظهر . (وقوف) الجرى مع رفع الركبتين عاليا لتقليد الحصان . (وقوف) رسم دوائر بالقدم على الارض ثم الوثب داخل الدائرة .	الجزء التمهيدي ٥ق خارج الماء
		(جلوس على حافة الحمام) تحريك الرجلين اماما وخلفا . (وقوف) المشى للامام مع مسك الماسورة باليد اليمنى - ثم اليد اليسرى . (وقوف - مسك الماسورة باليدين) التزلق للجانب . (وقوف - مسك الماسورة) ثني الجزع اماما لوضع الوجه فى الماء مع فتح العينين . (وقوف) ثني الركبتين لوضع الرأس والوجه فى الماء واخراج الزفير . (وقوف) المشى جماعات بعرض الحمام . (وقوف) لعبة العصفورة - دوران الرأس يمينا ويسارا تبعا لاتجاه المدرب . (وقوف) المشى مع دفع البالون للامام على سطح الماء باجزاء الجسم المختلفة. اليدين - المرفق - الرأس - الوجه . (وقوف) رمي الكرة للمدرب ثم الجرى للجهة الاخرى مع التجديف باليد (مثل الكلب)	الجزء الرئيسي ٣٥ ق داخل الماء
		(وقوف) رفع اليد التى يذكرها المدرب . (وقوف) لمس أجزاء الجسم التى يذكرها المدرب .	الجزء الختامي ٣ق

الهدف من الوحدة : ١- إزالة عامل الخوف
ومصادقة الماء ٢ - معرفة الذات الجسمية
٣- الوعي بالفراغ .

الوحدة الاولى
الدرس الثاني
الادوات المستخدمة : الصفارة الطوق
البالون .

اقترحات	مناسب	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
		(وقوف) الجري والتصفيق باليدين حول الحمام (وقوف) الجري ولمس اليدين للركبتين حول الحمام . (وقوف) الجري والانتشار الحر تقابل اليد اليمنى مع اقرب زميل عند سماع الصفارة . (وقوف) الانتشار الحر الجري تقابل اليد اليسرى مع اقرب زميل عند سماع الصفارة .	الجزء التمهيدي هق خارج الماء
		(جلوس على حافة الحمام) تحريك الرجلين اماما وخلفا . (وقوف - الزراعان جانبا) عمل دوائر بالزراعين حول الجسم . (وقوف - الزراعان جانبا) دفع الكفين للامام ولأسفل . (وقوف - مسك الماسورة) ثني الجذع اماما لوضع الوجه في الماء مع فتح العينين . (وقوف - مواجه) دفع الكرة للامام . (وقوف) المشي ببطء للامام مع النفخ في الماء لعمل ثقب في الماء . (وقوف) لعبة العصفورة - دوران الرأس يمينا ويسارا تبعاً لاتجاه المدرب . (وقوف) وضع مكعبات في الماء وعند سماع الصفارة ! جمع المكعبات .	الجزء الرئيسي ٣٥ ق داخل الماء
		(وقوف) المشي مع دفع البالون للامام على سطح الماء . (وقوف) دفع البالون داخل الماء . (وقوف) الوشب في الماء - محاولة فرقة البالون الذي يمسكه الزميل في الماء .	الجزء الختامي هق

الهدف من الوحدة : ١- إزالة عامل الخوف
ومصادقة الماء ٢- معرفة الذات الجسمية
٢- الوعي بالفراغ .

الوحدة الاولى
الدرس الثالث
الادوات المستخدمة : الصفارة الطوق
البالون .

اقترحات	ممتاز	مستوى النشاط	اجزاء الدرس
		<p>(الجرى) التصفيق باليدين حول الحمام . (الجرى) لمس اليدين للركبتين حول الحمام . (الجرى) الانتشار الحر تقابل اليد اليمنى مع اقرب زميل عند سماع الصفارة . (الجرى) الانتشار الحر تقابل اليد اليسرى مع اقرب زميل عند سماع الصفارة .</p>	الجزء التمهيدي ٥ق خارج الماء
		<p>(الجلوس على حافة الحمام) تحريك الرجلين اماما وخلفا . (وقوف - الزراعان جانبا) عمل دوائر بالزراعين حول الجسم . (وقوف - الزراعان جانبا) دفع الكفين للامام ولاسنفل . (وقوف - مواجه) دفع الكرة للامام . (وقوف) المشى ببطء للامام . (وقوف) لعبة العصفورة - دوران الرأس يمينا ويسارا تبعا لاتجاه المدرب .</p>	الجزء الرئيسي ٣٥ ق داخل الماء
		<p>(وقوف) المشى مع دفع البالون للامام على سطح الماء . (وقوف) دفع البالون داخل الماء . (وقوف) الوثب في الماء - محاولة فرقة البالون الذي يمسه زميل في الماء .</p>	الجزء الختامي ٥ق

الهدف من الوحدة : ١- إزالة عامل الخوف
ومصادقة الماء ٢ - معرفة الذات الجسمية
٣- الوعي بالفراغ .

الوحدة الاولى
الدرس الرابع
الادوات المستخدمة : المقعد السويدي -
الطوق - الكرات .

اقترحات	مناسب غير مناسب	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
		<p>وقوف (الجري وتقليد الحيوانات . وقوف مواجه المقعد السويدي) الصعود بقدم ثم الاجرى .</p> <p>الجتو) رفع الركبتين والمشى على اربع .</p>	الجزء التمهيدي خارج الماء
		<p>جلوس على حافة الحمام (تالوثب فى الماء ثم رش الزميل بالماء .</p> <p>وقوف - مسك الكرة باليدين) دفع الكرة لاسفل ومحاولة تنبيئها بين الفخذين .</p> <p>وقوف - الزراعين جانباً) عمل دوائر بالزراعين .</p> <p>وقوف (جرى الاطفال خلف احدثهم . وقوف مواجه) شد الحبل على عيئة قاطرتين .</p> <p>وقوف قاطرتين مسك العصى) تتابع تسليم لعصى من الجرى .</p> <p>وقوف مسك الكرة) رمى الكرة للمرور من بين الطوق الذى مسكه الزميل . الوقوف) وضع طوق مطاط فى وسط الطفل والذهاب به الي الجزء العميق .</p>	الجزء الرئيسى ٣٥ ق داخل الماء
		<p>وقوف (الوثب فى الماء لاعلى ارتفاع .</p> <p>وقوف - تشابك اليدين خلف الظهر) المشى والجرى للامام بعرض الحمام على عيئة مسابقة .</p> <p>وقوف) أخذ شهبق ومحاولة التقاط الاشياء لغاطسة فى الماء .</p>	الجزء الختامى ٥ ق

الهدف من الوحدة : ١- إزالة عامل الخوف
ومصادقة الماء ٢ - معرفة الذات الجسمية
٣- الوعي بالفراغ .

الوحدة الاولى
الدرس الخامس
الادوات المستخدمة : الصفارة الدف -
الكرات .

اجزاء الدرس	محتوى النشاط	مناسب يميز مناسب اقترحات
الجزء التمهيدي هق خارج الماء	(وقوف) الجري للامام والرجوع لمكان البداية مع الصفارة . (وقوف) الجري ثم الحجل ثم المشي مع إيقاع الدف . (الانبطاح) الزحف للامام فى اقل ارتفاع - زحف التمساح .	
الجزء الرئيسى ٣٥ ق داخل الماء	(جلوس على حافة الحوض) النزول ببطيء فى المنطقة الضيقة . اللعب بالماء وغسل الوجه واليدين . (وقوف على حافة الحمام) تمسك المدرب لعصى - الوثب لاعلى فى الماء مع محاولة لمس العصي . (وقوف - الرراغان جانبا) عمل دوائر بالزراعين حول الجسم . (وقوف) وضع الرأس والوجه فى الماء ثم رفعه مع خروج الزفير فى الماء . (وقوف - الزراعان جانبا) تقليد حركة المروحة . (وقوف) الانتشار فى الماء - يقوم كل اربع اطفال بعمل دائرة عند سماع الصفارة . (مسابقة البالونات) توضع عدد من البالونات فى الماء - يقوم الاطفال عند سماع الصفارة بالوثب فى الماء لفرقة أكبر عدد من البالونات . (وقوف) دفع الكرة لاسفل وتثبيتها بين الفخذين ثم الوثب لاعلى فى المكان .	
الجزء الختامى هق	(وقوف) المشي مع مع التنصيق اسفل الماء . (وقوف) رش الزميل بالماء . (وقوف) رفع اليد التى يذكرها المدرب .	

الهدف من الوحدة : ١- تعليم العوص في الماء مع فتح العينين و الوثب في الماء من اماكن مختلفة الارتفاع ٢- تنمية الاتزان ٣- الايقاع والتحكم العضلى العصبى .

الوحدة الثانية
الدرس الاول
الادوات المستخدمة : الصفارة البالون
العصى الطوق .

اقتراعات	مناسب يميز مناسب	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
		<p>(وقوف) الجري حول الحمام (وقوف) الوثب في المكان مع ثنى الركبتين . (وقوف) ميل الجزع خلفا للمس الكعيبين بالاصابع . (الانبطاح - اليدين تحت الصدر) مد الزراعين .</p>	الجزء التمهيدي هق خارج الماء
		<p>(وقوف) القفز في الماء داخل الطوق ثم الصعود من طوق ثان او ثالث . (وقوف) للوثب من اول درجه منعليه للسلم الحمام (وقوف) ثنى الركبتين والغوص اسفل الماء - يقوم كل زميل بالاشارة لزميله بعدد ما بالاصابع - ثم يقوم برفع الرأس وابلغ الزميل بالعدد الذي رآه .</p>	الجزء الرئيسى هق ٢ داخل الماء
		<p>(وقوف) الوثب للماء والغوص لالتقاط اشياء ثقيلة من الجزء الضحل . (وقوف - مواجه) تشبيك الايدي - مرور الاطفال من اسفل الزراعين مع ثنى الركبتين بحيث تكون الرأس في الماء . (وقوف - الزراع خلف الظهر) ثنى الجزع لالتقاط اشياء ثقيله من تحت الماء . (وقوف) انتشار في الماء - الغوص تحت الماء عند سماع الصفارة .</p>	
		<p>(وقوف) رفع احدي القدمين والارتكاز على الاخرى لاطول وقت ممكن . (وقوف) الوثب في الماء - محاولة فرقة البالون الذي يمسه الزميل في الماء . (وقوف) مسابقة العوص في الماء لاطول مدة مع فتح العينين .</p>	الجزء الختامى هق

الهدف من الوحدة : ١- تعليم الغوص فى الماء مع فتح العينين و الوثب فى الماء من اماكن مختلفة الارتفاع ٢- تنمية الاتزان ٣- الايقاع والتحكم العضلى العصبى .

الوحدة الثانية
الدرس الثانى
الادوات المستخدمة : كيس الجيوب الصفارة
مكعبات خشبية ملونة اطلاق .

اجزاء الدرس	محتوى النشاط	مناسب مميز مناسب اقتراحات
الجزء التمهيدي خارج الماء	(وقوف) المشى والجري بالتبديل حول الحمام حسب ايقاع المدرب . (وقوف) الجرى والانتشار الحر - التوقف على الوضع الذى فيه الطفل عند سماع الصفارة . (وقوف) إتزان اللمس : وضع كيس الجيوب على بعد ياردة - يحاول الطفل لمس كيس الجيوب بالقدم القريبة دون الوقوع .	
الجزء الرئيسى ٣٥ ق داخل الماء	(وقوف) الوثب فى الماء مع الدوران نصف دائرة . (وقوف) الوثب فى المكان مرتين ثم جلوس التربع فى قاع الحمام مع فتح العينين . (وقوف) -مسك بعض الاطفال الطوق بيدواحدة مروق المجموعة الأخرى من الاطواق تحت سطح الماء مع فتح العينين . (وقوف) المتنى مع وضع طبق على الرأس وعند سماع اشارة الحرب الغوص فى الماء مع مسك الطبق وخروج الرفير فى الماء (وقوف) الوثب مع ثنى الركبتين الى الماء لجمع مكعبات خشبية ملونة بحيث يتم جمع كل لون على حدة . (وقوف) رفع احدي القدمين مع رفع اليد العكسية لاعلى - ثم الحجل للامام مع الايقاع .	
الجزء الختامى ٥ ق	(وقوف) الوثب الى الماء من حافة الحمام مع ثنى الركبتين . (وقوف) أخذ شهيق ثم الغوص فى الماء لإخراج الرفير . (وقوف) فرغعه البالون فى الماء بيدواحدة والأخرى خلف الظهر .	

الهدف من الوحدة : ١- تعليم العوص في الماء مع فتح العينين و الوثب في الماء من اماكن مختلفة الارتفاع ٢- تنمية الاتزان ٣- الايقاع والتحكم العضلى العصبى.

الوحدة الثانية
الدرس الثالث
الادوات المستخدمة : الدف الصفارة
العصى الطوق الكرة.

اقتراحات	مناسب يميز مناسب	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
		(وقوف) الجري حول الحمام وتقليد طيران العصاير . (وقوف) الجرى حول الحمام ثم المشى على اطراف الاصابع ثم الحجل مع التبديل مع ايقاع الصفارة . (وقوف) الكتكوت يشرب الماء: لمس الرأس ثم الجثو على الركبتين مع امتداد الزراعان خلفا للإلتزان ؛ الإنحناء اماما ببطء للمس المرتبة بجهة الرأس .	الجزء التمهيدي صق خارج الماء
		(وقوف) الوثب في الماء داخل الطوق ثم الصعود من الطوق الثانى او الثالث . (وقوف) الوثب في الماء بأوضاع مختلفة - من الجرى ؛ من المشى ؛ من الجنو . (وقوف) - مسك عدد من الاطفال اطواق بيد واحدة) يحاول كل طفل من المجموعة الأخرى قذف الكرة داخل الطوق . (وقوف) الوثب للأمام في الماء ثم التبديل بالجري عند سماع الصفارة . (وقوف) الوثب في الماء ؛ عمل دوائر بالرجل . (وقوف) رفع احدي القدمين مع رفع اليد العكسية لاعلى - ثم الحجل للأمام مع الايقاع . (وقوف) إحدى الذراعين خلف الظهر التقاط عدد من كرات تنس الطاولة من على سطح الماء . (وقوف) أخذ شهيق محاولة البقاء في الماء لأطول فترة ممكنة . (وقوف) الجرى في الماء بعرض الحمام ؛ الفوص في الماء عند سماع الصفارة مع فتح العينين ؛ ثم البقاء لأطول مدة ممكنة .	الجزء الرئيسى صق ٣٥ داخل الماء
		(وقوف) الوثب في الماء مع عمل نصف دائرة ؛ ثم الجلوس تربيع في قاع الحمام . (وقوف في الماء) أخذ شهيق عميق ؛ الفوص لأطول وقت ممكن .	الجزء الختامى صق

الهدف من الوحدة : ١- تعليم الغوص في الماء مع فتح العينين و الوثب في الماء من اماكن مختلفة الارتفاع ٢- تنمية الاتزان ٣- الايقاع والتحكم العضلى العصبى .

الوحدة الثانية
الدرس الرابع
الادوات المستخدمة : البالون ، الحبال ، الصفاره .

اقترحات	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
	<p>(وقوف) المشى و الجري مع لمس المرفقين ثم الركبتين حسب ايقاع المدرب .</p> <p>(وقوف) الجرى حول الحمام مع عمل دوائر بالزراعين .</p> <p>(وقوف) الوثب لاعلى للمروق فوق مرتبة بالعرض والنزول في الجهه الاخرى مع ثبات القدمين</p> <p>(وقوف) الوثب الى الماء مع الدوران نصف دائرة و مسك الركبتين .</p>	<p>الجزء التمهيدى خارج الماء</p>
	<p>(وقوف) الوثب في الماء وعمل عجله بالرجلين ثم رسم دوائر بالذراعين مع ضغط اليدين في الماء لاسفل لمحاولة الوقوف في الماء .</p> <p>(وقوف)الوثب في المكان ثم الجلوس تربييع في قاع الحمام .</p> <p>(وقوف) الوثب في الماء بالقدمين ثم بقدم واحده ثم التبديل بالآخري .</p> <p>(وقوف) الجري في الماء رفع البالون لاعلى بالذراعين .</p>	<p>الجزء الرئيسى ٣٥ ق داخل الماء</p>
	<p>(وقوف) المشى في الماء مع تشابك الايدي خلف الظهر و وضع ملعقه في الفم وبها كره تنس طاولة والوصول الي الجهه الاخرى من الحمام .</p> <p>(وقوف) لعبه السمك والشبكه : مجموعه من الاطفال داخل الدائره- الغوص تحت الماء للخروج من الدائره .</p> <p>(وقوف) فاطرتين مواجهه ا سدا الحبل في الماء .</p> <p>(وقوف) عمل قفزة الضفدعة بغطسه الدر فيل .</p>	<p>الجزء الختامى ٥٥ ق</p>
	<p>(الوقوف)المشى في الماء بعرض الحمام مع رفع الذراعين عاليا للتصفيق كل اربع خطوات ثم الغطس تحت الماء والجلوس تربييع .</p>	

الهدف من الوحدة : ١- تعليم الغوص في الماء مع فتح العينين و الوثب في الماء من اماكن مختلفة الارتفاع ٢- تنمية الاتزان ٣- الايقاع والتحكم العضلي العصبي .

الوحدة الثانية
الدرس الخامس
الادوات المستخدمة : الدف الطوق مكعبات خشبية ملونة . كيس الجيوب .

اجزاء الدرس	محتوى النشاط	مناسب غير مناسب اقتراحات
الجزء التمهيدي صق خارج الماء	(وقوف) المشي والجري والوثب بالقدمين حول الحمام حسب ايقاع المدرب . (وقوف) الجري عكس الاشارة . (وقوف) قذف كيس الجيوب لاعلى ولقفه من المشى ثم من الجرى . (وقوف) وضع الطوق في جذع الطفل محاولة الاحتفاظ بدوران الطوق حول الجسم لاطول مدة .	
	(وقوف) الجرى مع رمى الكرة للمرب ثم الوثب في الماء (وقوف) المروق بين الاطواق بالغوص في الماء مع فتح العينين . (وقوف) - مسك بعض الاطفال للطوق بيد واحدة) يحاول كل طفل من المجموعة الأخرى قذف الكرة داخل الطوق من الوضع نصف وقوف . (وقوف) (مواجه) لعبة صيد السمك : عدد من الاطفال منتشرين على عرض الحمام ويقوم طفلين على جانبي الحمام بتصويب الكرة عليهم ومن تلمسه الكرة يخرج من اللعبة وعند مروق الكرة من فوقهم الغوص تحت الماء . (نصف الوقوف - احد الذراعين عاليا) محاولة الاتزان لاطول مدة ممكنة . (نصف الوقوف) احد الذراعين عاليا) المشى للامام مع تبديل رفع الذراعين عاليا . (وقوف) الوثب بقدم واحدة وجمع اكبر عدد من الاطباق في الطوق (وقوف) الدفع من الحائط والاتزلاق في الماء .	
الجزء الرئيسي ٣٥ في داخل الماء	(وقوف) الوثب في المكان لاعلى ثم الغوص في الماء مع تقليد التماثيل . (وقوف) المشى للامام اربع خطوات ثم الوثب عاليا اربع مرات .	
الجزء الختامي صق		

الهدف من الوحدة :		الوحدة الثالثة	
١- التنفس (شهيق - زفير)		الدرس الأول	
٢- تنمية التمييز السمعي .		الادوات المستخدمة : الدف الصفارة	
٣- تنمية التحكم العضلي الدقيق .		الكرات الصغيره	
اقترحات	مناسب غير مناسب	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
		<p>(وقوف) الجري حول الحمام مع تصفيق المدرب</p> <p>(وقوف) تبادل الجري و المشي و الحجل تبعا لابقاع الدف .</p> <p>(وقوف) ثني الجذع أمام أسفل مع ضغط الزراعين .</p> <p>(وقوف) المشي مع التصفيق باليدين كل اربع خطوات .</p> <p>(وقوف) الجري للتنقل من مربع الى آخر مرسوم علي الارض تبعا للرقم المكتوب عليه مع صفاره الحرب .</p>	الجزء التمهيدي هق خارج الماء
		<p>(وقوف) نفخ الكرات الصغيره في الماء الي مكان معين</p> <p>(وقوف) الجري للامام مع التصفيق باليدين ثم عمل وضع الطفو علي البطن عند سماع الصفاره</p> <p>(وقوف) دائره اخذ شهيق عميق و خروج الزفير و مشاعده البقبقه .</p> <p>(وقوف) الجري في الماء انتشار تبادل الصقف بين الزميلين (صفقة واحدة) ثم الوثب في المكان و عمل وضع الطفو علي الظهر .</p> <p>(وقوف) امسك الماسورة اخذ شهيق عميق دخول الوجه في الماء ثم خروج الزفير بعد دوران الرأس من الناحيه اليمنى .</p> <p>(وقوف) المشي في الماء مع تشبيك اليدين خلف الظهر و عمل شهيق و زفير لمشاعده البقبقه .</p> <p>(وقوف) امسك الماسورة اخذ شهيق عميق دخول الوجه في الماء ثم خروج الزفير بعد دوران الرأس من الناحيه اليسرى .</p>	الجزء الرئيسي هق ٢٥ داخل الماء
		<p>(وقوف) رمي الكره لاعلي والجلوس تربيح و خروج الزفير ببطء .</p> <p>(وقوف) اخذ وضع التكور عند سماع الصفارة و اداء وضع الطفو علي البطن .</p>	الجزء الختامي هق

الهدف من الوحدة :
 ١- التنفس (شهيق وزفير)
 ٢- تنمية التمييز السمعي
 ٣- تنمية التحكم العضلي الدقيق.

الوحدة الثالثة
 الدرس الثاني
 الادوات المستخدمة : الصفارة
 العصي - الطوق - اطلاق - الدف .

اجزاء الدرس	محتوى النشاط	مناسب غير مناسب اقترحات
الجزء التمهيدي حق خارج الماء	(وقوف) المشى للامام نقل العصا من يد الى اخرى عند سماع الصفارة ويكرر مع الجرى . (وقوف) تبادل ثني الرقبه على الجانبين مع تبادل رفع الكتفين للمس الاذن بالكتف . (وقوف) الوثب للامام من بين العصي دون لمسها (وقوف) دفع الطوق للامام والحفاظ عليه دون الوقوع .	
الجزء الرئيسي ٣٥ ق داخل الماء	(وقوف الذراعان جانبيا) الدوران في الماء عند سماع الدف ثم الغطس في الماء وعد اصابع اليد . (وقوف) الطفو على البطن مع مسك الكرة ؛ أخذ شهيق من الجانب وخروج الزفير في الماء اماما . (وقوف) الجلوس تربيع في الماء والبقاء أطول وقت ممكن وخروج الزفير ببطء من الفم والانف (وقوف مواجه مسك الكرة) رمى الكرة للزميل ثم الطفو على البطن مع أخذ النفس من الامام؛ يقوم الزميل الآخر بالفوس تحت الماء وخروج الزفير ببطء ومشاهدة البقية . (وقوف) ثني الجذع لوضع الوجه في الماء وعند سماع الصفارة الجلوس تربيع وخروج الزفير ومشاهدة البقية . (وقوف) مسك الكرة باليدين (الفوس تحت الماء وإخراج الزفير ثم ترك الكرة ترتد لاعلى عند سماع الصفارة . (وقوف) الطفو على الظهر مع مسك لوحه الطفو وعند سماع التصفيق مرتين تغيير الاتجاه وعمل وضع الطفو على البطن مع أخذ النفس من الامام .	
الجزء الختامي حق	(وقوف) وضع الطبق على الراس المسمى في الماء "مسابقة" . (وقوف الزراعان في الماء) رفع الزراعين والتصفيق عند سماع الصفارة .	

الهدف من الوحدة :
 ١- التنفس (سهيق - زعير)
 ٢- تنمية التمييز السمعي
 ٣- تنمية التحكم العضلي الدقيق.

الوحدة الثالثة
 الدرس الثالث
 الادوات المستخدمة : الصفارة -
 العصي - الكرة .

اقترحات	مناسب	مناسب	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
			<p>(وقوف) المشى وفقا للايقاع بطيء سريع . (وقوف) الجري حول الحمام مع التصفيق ثلاث عند سماع الصفارة . (وقوف) الوثب في المكان مع ضم وفتح الزراعين . (وقوف مسك العصا من المنتصف افقية) دوران العصا لتغيير اتجاهها .</p>	الجزء التمهيدى مع خارج الماء
			<p>(الجلوس على حافة الحمام) دفع الماء بالرجلين اماما ثم الوثب في الماء عند سماع الاشارة . (وقوف) عمل قفزة الضغده بغطسه الحرفيل . (وقوف مسك الكرة امام الصدر) الطفو على البطن ثم اخراج الزفير على سطح الماء . (وقوف) المشى ثم تشبيك اليدين خلف الظهر مع اخذ شهيق من الفم ثم دخول الراس وخروج الزفير من كل جانب في الماء . (وقوف مواجه مسك الكرة) رمى الكرة للزميل ثم الطفو على الظهر مع تحريك الاطراف واخذ التنفس ويقوم الزميل الاخر بعمل طفو على البطن . (وقوف العصا على راحة اليد) المشى للامام لاطول مسافة "مسابقة" . (وقوف) مسك الكرة باليدين) الغوص تحت الماء وإخراج الزفير ثم ترك الكرة ترتد لاعلى عند سماع الصفارة . (وقوف) مسك الماسوره باحد الذراعين ووضع الراس داخل الماء لاداء حركات الذراعين بضرب الزراع مع اخذ نفس في كل مره ويكرر بالذراع الاخر . (وقوف) الطفو على الظهر مع تحريك الرجلين لضرب الكرة .</p>	الجزء الرئيسى مع ٣٥ داخل الماء
			<p>(وقوف) المشى في الماء وعند سماع الاشارة الغوص تحت الماء لإخراج الزفير . (وقوف مواجه) التصفيق بضرب كفي الزميل .</p>	الجزء الختامى مع

الوحدة الثالثة:

الدرس الرابع

الادوات المستخدمة : الصفارة

العصى الطوق البالون.

- الهدف من الوحدة :
- ١- التنفس (شهيق - زفير)
 - ٢- تنمية التمييز السمعي
 - ٣- تنمية التحكم العضلي الدقيق.

اقترحات	مناسب غير مناسب	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
		<p>(وقوف) المشى والجري والحل بالنديل الانتطاح على الارض ارفع الجذع والرجلين . او عوفا الجري حول الحمام وعند سماع الصفارة عمل دوائر جانبية بكل زراع .</p> <p>(وقوف) المشى للامام مع التصفيق باليدين كل اربع عدات .</p>	<p>الجزء التمهيدي هو خارج الماء</p>
		<p>(وقوف) مسك لوحة الطفو (المشى في الماء ثم وضع الوجه وخروج الزفير من كل جانب - الوصول الي الجهة الاخرى من الحمام . (وقوف مواجه) تفل مسك الطوق على سطح الماء (مرور الزميل من الطوق باستخدام حركة الطفو مع تحريك الرجلين وخروج الزفير داخل الماء . (وقوف مواجه لحافة الحمام) دفع الحائط وعمل الطفو وعند سماع الصفارة التوقف ثم الوثب عاليا والجلوس تربيع في ارض الحمام مع خروج الزفير . (وقوف دائره) التصفيق ثلاث مرات ثم الوثب عاليا الغطس في الماء لعمل اي تمثال داخل الماء مع مساعدة البقعه . (وقوف انتشار مع مسك الاطواق) تصويب الاطواق على الزميل ؛ يفور من يدخل في وسطه اكبر عدد من الاطواق .</p> <p>(وقوف) الطفو على الظهر مع مسك لوحة الطفو و محاولة الوصول لحافة الحمام في اسرع وقت .</p>	<p>الجزء الرئيسي هو داخل الماء</p>
		<p>لعبة صغيرة :</p> <p>المشى في الماء مع غلق العينين وتجميع اكبر قدر من الاطواق المنتشرة على سطح الماء . (وقوف) اعد التصفيق مره واحده والوثب بقدم واحدة وجمع اكبر عدد من الاطواق وعند التصفيق مرتين الوثب بالقدمين وفرقه البالون .</p>	<p>الجزء الختامي هو</p>

الوحدة الثالثة

الدرس الخامس

الادوات المستخدمة : اطلاق الكرة
الدف • البالون •

الهدف من الوحدة :

- ١- التنفس (الشهيق - الزفير)
- ٢- تنمية التمييز السمعي
- ٣- تنمية التحكم العضلي الدقيق.

اقترحات	مناسب غير مناسب	مستوى النشاط	اجزاء الدرس
		<p>(وقوف) الجري حول الحمام وعند سماع الصفارة الجري عكس الاتجاه .</p> <p>(وقوف) مسك الكرة وتنطيط الكرة باليد اليمنى وعند سماع الصفارة تنطيطها باليد اليسرى .</p> <p>(وقوف) رمي الكرة باليد اليسرى لاعلى ولقفها باليد اليمنى .</p>	الجزء التمهيدي هق خارج الماء
		<p>(وقوف) الوثب في الماء داخل الطوق .</p> <p>(وقوف) مسك لوحة الطفو (الطفو) المحاولة الوصول لحافة الحمام مع تحريك الرجلين .</p> <p>(وقوف) اخذ شهيق عميق وخروج الزفير ببطء (مسابقه)</p> <p>(وقوف) الطفو على البطن ودفع الكرة للامام باليدين .</p> <p>(وقوف) نفخ الكرات الصغيره في الماء الي الجهه الاخرى من الحمام . (مسابقه)</p> <p>(وقوف) الطفو على الظهر مع مسك لوحه الطفو .</p> <p>(الوقوف) دائره النفخ في الماء (إحداث ثقب) .</p> <p>(الوقوف في مجموعتين) مسابقه تتابع بين المجموعتين المشي مع مسك لوحه الطفو واخذ النفس من الامام شهيق وزفير بشكل منتظم .</p> <p>(وقوف) انتشار فرقع البالون بيد واحده ثم الغطس في الماء والبقاء اطول وقت ممكن مسابقه .</p>	الجزء الرئيسي ٢٥ ق داخل الماء
		<p>لعبة صغيرة : الشي اماما مع وضع الطبق على الرأس ومحاولة الاحتفاظ به لأكبر مسافة .</p> <p>(وقوف) المشي للامام مع التصفيق مرتين اعلى سطح الماء ومرتين اسفل الماء .</p> <p>(وقوف) رمي الكرة لاعلى عند سماع الدف ثم الجلوس ترسيخ وخروج الزفير ببطء .</p>	الجزء الختامي هق

الهدف من الوحدة :
 ١- الطفوعلى البطن والظهر والوقوف منه
 ٢- تنمية إدراك الاشكال .
 ٣- التعرف على الاشكال .

الوحدة الرابعة
 الدرس الاول
 الادوات المستخدمة : الصفارة - مقعد سويدي

اقتراحات	مناسب مناسب مناسب	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
		<p>(وقوف) الجري الحرو عند سماع الصفارة ؛ تكوين خط مستقيم عمق او قاطرة او دائرة</p> <p>(رقود) رفع الذراعين جانبا ؛ فتح الرجلين لتكوين شكل النجمة . (وقوف) الوثب فى المكان عمل نجمة .</p>	الجزء التمهيدي حق خارج الماء
		<p>(وقوف) الوثب الى الماء مع الدوران نصف دائره ومسك الركبتين . (الانبطاح) مسك المقعد سويدي لآخذ وضع الطفوعلى على البطن مع وضع الوجه والماء . (وقوف) الجرى فى الماء عمل دوائر باليدين على جانبي الجسم . (وقوف) الذراعين اماما) مسك الماسورة ؛ مد الرجلين خلفا مع وفتحهما للوصول لطفو النجمة</p>	الجزء الرئيسى ٣٥ ق داخل الماء
		<p>(وقوف) الوثب لآعلى مع ثنى الركبتين على الصدر (وقوف) عمل دائرة بالقدم اليمنى ثم بالقدم اليسرى . (وقوف) مسك الماسورة) ثنى الجذع لوضع الرأس فى الماء ثم رفع الرجلين لآعلى سطح الماء لآخذ وضع الطفوعلى البطن . تعليم وضع الطفوعلى البطن : (وقوف) ثنى الجذع لوضع الرأس فى الماء ؛ ثم رفع الرجلين لآعلى مع مسك الماسورة ؛ ثم تركها وعمل الطفوعلى البطن (وقوف) مسك الماسورة مع محاوله اخذ وضع الطفوعلى الظهر .</p>	
		<p>(وقوف) المشى فى الماء بعرض الحمام مع رفع الزايعين عاليا للتصفيق كل اربع عدات . (وقوف فى الماء) الجرى عكس اشارة المدرب . الجرى بعرض الحمام والصعود باسرع ما يمكن .</p>	الجزء الختامى حق

- الهدف من الوحدة :
- ١- الطفو على البطن والظهر والوقوف منه
 - ٢- تنمية إدراك الأشكال .
 - ٣- التعرف على الأشكال .

الوحدة الرابعة
الدرس الثاني

الأدوات المستخدمة : الدف - الصفارة
الطوق - مكعبات خشبية ملونة - مثلثات .

محتوى النشاط	مناسب غير مناسب	اقتراحات
<p>(وقوف) الجري الحر عمل دوائر مع تشبيك الأيدي عند سماع إشارة المدرب .</p> <p>(الجلوس تربيح) رفع الذراعين جانبا عند سماع إشارة المدرب .</p> <p>(وقوف) انتشار الجري عند سماع الصفارة لتكوين أشكال حسب طلب المدرب مثل مثلث أو مربع أو مستطيل .</p>		
<p>(وقوف) الوثب إلى الماء مع رمي الكرة للمدرب أثناء الدوران لعمل نصف دائرة .</p> <p>(وقوف في الماء) ثني الجذع لجمع المكعبات من قاع الحمام حسب اللون الذي يحدده المدرب .</p> <p>(وقوف ذراع عاليا) الصفو على البطن .</p> <p>(وقوف ذراعين عاليا) مسك الطوق باليدين الطفو على البطن .</p> <p>(وقوف) أخذ وضع التكور ثم الوقوف منه .</p> <p>(وقوف) عمل دائرة بالقدم اليمنى ثم بالقدم اليسرى .</p> <p>(وقوف) ثني الجذع لوضع الرأس في الماء ثم جمع مربع من لون ومثلث من لون آخر .</p> <p>(وقوف) ثني الجذع لجمع المثلثات من قاع الحمام .</p> <p>(وقوف) عمل قفذه الضفدع بغطسه الدرفيل .</p>		
<p>(وقوف) المشي في الماء بعرض الحمام مع رفع الذراعين عاليا للتصفيق كل أربع عدات .</p> <p>(وقوف في الماء) الجري عكس إشارة المدرب .</p> <p>(وقوف) أخذ شهبق عميق وخروج الزفير .</p>		

الجزء
التهيدي هق
خارج الماء

الجزء الرئيسي
هق
داخل الماء

الجزء الختامي
هق

لوحة الرابعه
الدرس الرابع
لاذوات المستخدمة : الصقارة

الهدف من الوحدة :
١- الطفو على البطن والظهر والوقوف منه
٢- تنمية إدراك الأشكال .
٣- التعرف على الأشكال .

اقترحات	مناسب	مناسب	محمى السباط	اجزاء الدرس
			<p>(وقوف) الجري الحر؛ تكوين خط مستقيم صف او قاطرة أو دائرة عند سماع الصقارة</p> <p>(وقوف) الحجل بالتبادل على ايقاع الدف وعند التوقف اخذ وضع من الاوضاع الاساسيه حسب طلب المدرب (الانبطاح - الرقود - الجلوس تربيع - زحف التماسح) .</p> <p>(وقوف مواجه) تنطيط الكره بتمثيل وضع الطفل ككره .</p>	الجزء التمهيدى هق خارج الماء
			<p>(وقوف) الوثب الى الماء مع عمل نصف دائره والجلوس تربيع</p> <p>(وقوف) أخذ وضع طفو القنديل والوقوف منه .</p> <p>(وقوف) أخذ وضع طفو التكور ثم الوقوف منه .</p>	
			<p>(وقوف) اخذ وضع الطفو على الظهر بمساعده الزميل .</p> <p>(وقوف) أخذ وضع طفو التكور ثم الوصول الي وضع الطفو على الظهر .</p> <p>(وقوف) عمل قفزه الضفدعه بغطسه الجرفيل .</p> <p>(وقوف) ثنى الجزع لوضع الرأس فى الماء ثم رفع الرجلين لاعلى سطح الماء لاخذ وضع الطفو على البطن مع مسك الماسورة .</p> <p>(وقوف) المروق بين عمودين ممسوكين من قبل المدرب وعمل وضع الطفو على الظهر .</p>	الجزء الرئيسى هق ٣٥ داخل الماء
			<p>(وقوف) المشى فى الماء بعرض الحمام مع رفع الذراعين عاليا للتصفيق كل اربع عدات .</p> <p>(وقوف) الجرى فى الماء عكس اشارة المدرب .</p>	الجزء الختامى هق

الوحدة الرابعة
الدرس الخامس

الأدوات المستخدمة : الصفارة ، الطوق .

الهدف من الوحدة :

- ١- الطفو على البطن والظهر والوقوف منه
- ٢- تنمية إدراك الأشكال .
- ٣- التعرف على الأشكال .

اقتراحات	مناسب	مناسب	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
			<p>(ووقوف) الجري حول الحمام عمل اشكال مثل دائره - مربع - مثلث - مستطيل .</p> <p>(ووقوف) الزحلقه الجانبيه مع تغيير السرعة .</p> <p>(ووقوف) رسم دوائر على الارض او وضع اطواق ووقوف كل طفل فوق الطوق ماعدا طفل يقف في منتصف الملعب ويسمى قطعاً يقوم الاطفال بتغيير الاماكن بناء على طلب القط .</p>	الجزء التمهيدى خارج الماء
			<p>(الجلوس) الوثب في الماء ثم أخذ وضع الطفو على البطن (ووقوف) الجري في الماء انتشار تبادل الصنف بين الرميلين صنفه واحده ثم الوثب في المكان وعمل وضع الطفو على الظهر .</p> <p>(ووقوف) شكل مثلث رمي الكره من ضلع لضع ثم عمل وضع الطفو على البطن .</p> <p>(ووقوف) الانزلاق دفع الحائط وضع الطفو على الظهر مع مسك لوحه الطفو .</p> <p>(ووقوف) الطفو على الظهر بدفع الحائط . (مسابقه)</p>	الجزء الرئيسى ٢٥ ق داخل الماء
			<p>(ووقوف) الدفع من الحائط لأخذ وضع الطفو على البطن والانزلاق في الماء ثم الوقوف منه .</p> <p>(ووقوف) الانزلاق دفع الحائط الطفو على البطن للمروق داخل الطوق .</p>	
			<p>(ووقوف) الجري عكس اشاره المدرب في الماء .</p> <p>لعبة الدبة وقعت في البير</p> <p>(ووقوف) شكل دائرة) طفل داخل الدائرة - محاوله الخروج منها بالفوس تحت الماء .</p> <p>(ووقوف) المشى في الماء رفع الزراعان عاليا للتصفيق كل اربع خطوات .</p>	الجزء الختامى ٥ ق

الوحدة الخامسة
الدرس السادس
الأدوات المستخدمة : الدف - الصفارة
الطوق • الكرة

الهدف من الوحدة :
-تعليم جمل مركبه مكونه من المهارات السابقه .
-تعليم جمل مكونه من ابعاد الادراك المحس-حركي

اقترحات	مناسب غير مناسب	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
		(وقوف) الجري ثم الحجل ثم المشي مع إيقاع الدف . (الانبطاح) الزحف للامام في اقل ارتفاع - زحف التماسح . (وقوف) الحجل بقدم واحدة داخل الطوق . (وقوف) الوثب داخل الطوق وخارجه .	الجزء التمهيدي حق خارج الماء
		(وقوف) الدفع من الحائط والانزلاق في الماء ثم الوقوف منه . (وقوف) المروق بين الاطوق بعمل وضع الطفو على البطن مع تحريك الاطراف . (وقوف) الجري للامام مع التصفيق باليدين ثم عمل وضع الطفو على البطن عند سماع الصفارة (وقوف) الانزلاق دفع الحائط الطفو على الظهر عند سماع الدف تغير وضع الجسم وعند سماع الصفارة الوثب في الماء بقدم واحده . (وقوف) دائره اخذ شهيق عميق وخروج الزفير مع مساعدة البقيه . (وقوف) الجري في الماء انتشار تبادل الصقف بين الزميلين (صقف واحدة) ثم الوثب في المكان وعمل وضع الطفو على الظهر . (وقوف) مواجهه) لعبة عبء السمك : عدد من الاطفال منتشرين على عرض الحمام ويقوم طفلين على جانبي الحمام بتصويب الكرة عليهم ومن تلمسه الكرة يخرج من اللعبة . (نصف وقوف - الزراعين عاليا) محاولة الاتزان لاطول مدة ممكنة . (نصف وقوف) رفع الذراع العكسي لاعلى (المشي للامام مع الايقاع .	الجزء الرئيسي ٢٥ ق داخل الماء
		(وقوف) المشي في الماء بعرض الحمام رفع الذراعين عاليا للتصفيق كل اربع عدات . (وقوف في الماء) الجري عكس اشارة المدرب . (وقوف) المشي ووضع الكرة على الراس ومحاولة الاحتفاظ بها (وقوف) الزراعين في الماء اخراج الزراعان والتصفيق عند سماع الصفارة .	الجزء الختامي حق

مناسب / غير مناسب / اقتراحات	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
	<p>الهدف من الوحدة :</p> <p>١- التقدم للامام عن طريق تحريك الاطراف .</p> <p>٢- تنمية التوافق بين العين واليد .</p> <p>٣- تنمية التوافق بين العين والقدم .</p>	<p>لوحة الخامسة</p> <p>الدرس الاول</p> <p>لاذوات المستخدمة : الصفارة ، الكرة -</p> <p>كيس الحبوب - العصى - الخبل .</p>
	<p>(وقوف) المشي والجري بالتبديل .</p> <p>(وقوف) الجري وتقليد حركة حيوانات واصواتهم .</p> <p>(وقوف مواجه) الوثب فوق الخبل .</p> <p>(وقوف) رمي كيس الحبوب لاعلي والتصفيق مره واحده قبل اللقف ثم صفتين و ثلاث .</p>	<p>الجزء</p> <p>التمهيدي هق</p> <p>خارج الماء</p>
	<p>(وقوف)الوثب في الماء للمس عصا المدرب .</p> <p>(وقوف) رمي عدد من الكرات ثم الوثب الي الماء لجمعها .</p> <p>(وقوف) الفوض للبحث عن اشياء ثقيله في قاع الحمام والتقاطها .</p> <p>الجلوس علي حافه الحوض (عمل ضربات بالرجلين في الماء .</p> <p>(الانبطاح علي حافه الحوض) عمل ضربات الرجلين في الماء .</p> <p>(وقوف مع مسك الماسوره) اخذ وضع الطفو علي البطن ثم اداء حركات تبادليه بالرجلين .</p> <p>(وقوف مسك الماسوره) اخذ وضع الطفو علي البطن ثم اداء حركه تبادليه للرجلين بمساعد الزميل .</p> <p>(وقوف) اخذ وضع الطفو علي الظهر ثم اداء حركات تبادليه بالرجلين بمساعده الزميل .</p> <p>(وقوف مواجه) عمل حركه الطاحونه بالذراع الايمن ثم الايسر وذلك حسب اشاره المدرب .</p>	<p>الجزء الرئيسي</p> <p>٢٥ هق</p> <p>داخل الماء</p>
	<p>(وقوف) - قاطرتين بالمواجهه مع مسك احد الزميلين الكره باليدين) قذف الكره للزميل الاخر ثم عمل وضع الطفو علي البطن و اداء حركات تبادليه بالرجلين .</p> <p>(وقوف) الوثب في المكان مع فتح وضع الذراعين والرجلين .</p>	<p>الجزء الختامي</p> <p>هق</p>

الوحدة الخامسة

الدرس الثاني

الأدوات المستخدمة : الصفارة -
العصى - الطوق - اطلاق .

الهدف من الوحدة :

- ١- التقدم للامام عن طريق تحريك الاطراف .
- ٢- تنمية التوافق بين العين واليد .
- ٣- تنمية التوافق بين العين والقدم .

اقترحات	مناسب غير مناسب	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
		(وقوف) الجري حول الحمام برمي كيس الحبوب لاعلى ولقعه . (وقوف) الجري عكس الاشارة فمتلا إذا اشار المدرب لاسفل يقفز الاطفال لاعلى . (وقوف) تصويب الكرة على الصولجان .	الجزء التمهيدي هي خارج الماء
		(الانبطاح) على حافة الحوض وعمل ضربات بالرجلين في الماء . (وقوف) المشي مسافه ١٢م مع عمل الحركات التبادليه بالذراعين للامام ثم الرجوع الي مكان البدايه . (وقوف) مواجه لحافه الحمام) الطفو على البطن مع مسك الماسورة و أداء حركات تبادلية بالرجلين و أداء حركات تبادليه بالرجلين مع بمساعدة الزميل . (وقوف) الظهر مواحه لحافه الحمام) الطفو على الظهر مع مسك الماسورة و أداء حركات تبادلية ببالرجلين مساعده الزميل . (وقوف) مواجه ارمي الكرة داخل الطوق . (وقوف) دفع الحائط لأخذ وضع الطفو على البطن ثم تحريك الرجلين للمروق من الطوق . (وقوف) مسك لوحه الطفو عمل ضربات تبادليه بالرجلين مسافه ١٢م . (وقوف) ارمي الكرة لاعلى ثم التصفيق مرتين ولقها .	الجزء الرئيسي ٣٥ ق داخل الماء
		(وقوف) مواجه قاطرتين مسك قاطرة للاطواق) الغوص لمروق افراد القاطرة الاخرى داخل الاطواق . (وقوف) الوثب الي الماء لبعده مسافه ثم العوده بالتبادل بالمشي مع تحريك الذراعين بالتبادل .	
		(وقوف مع وضع طبق على الرأس) المشي في الماء . (وقوف) الذراعان في الماء اخراج الذراعان عاليًا والتصفيق عند سماع الصفارة .	جزء الختامي ٥ ق

الوحدة الخامسة

الدرس الثالث

الأدوات المستخدمة : كيس الحبوب - العصي

- الكرة .

الهدف من الوحدة :

- ١- التقدم للامام عن طريق تحريك الاطراف .
- ٢- تنمية التوافق بين العين واليد .
- ٣- تنمية التوافق بين العين والقدم .

اقترحات	مناسب غير مناسب	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
		<p>(وقوف) الحربي حول الحمام مع رمي كيس الحبوب لاعلي ولفقه .</p> <p>(وقوف) الوتب للامام وللخلف دون لمس العصي التي علي الارض .</p> <p>(وقوف) اركل الكرة بالقدم في مواجهه الجائط ثم مسكها باليدين عند رجوعها .</p> <p>(وقوف) الوتب في الماء مع الدوران نصف دائرة ثم الجلوس تربع علي ارض الحمام .</p> <p>(وقوف) الوتب اماما لبعده مسافه في الماء ثم العودة بالتبادل مشى مع تحريك الذراعين بالتبادل .</p> <p>(وقوف كل (:) حمل الزميل لآداء حركات تبادليه بالذراعين .</p> <p>(وقوف) الطفو علي البطن الوجه في الماء مع تحريك الرجلين و اداء ضربات الذراعين الكلايين تحت الصدر مع اخذ النفس من الامام مسافه م .</p> <p>(وقوف) مجموعه تمسك الكرات في الماء هو الاخري يجلس علي حافة الحمام المجموعه الاولى ترمي الكرة باليدين تجاه قدم الزميل المواجه له علي حافة الحمام ليقوم الاخر بضربها بالقدم ثم اداء حركه الطفو علي البطن بمساعده اللوحه وبدون اخذ التنفس .</p> <p>(وقوف) السباحة بعرض الحوض بالطريقة الزعيقية علي الظهر .</p> <p>(وقوف) قاطرتين بالمواجهه) رمي الكرة للزميل المواجه ثم عمل وضع الطفو علي البطن مع تحريك الاطراف للوقوف اخر القاطره المقابله .</p> <p>(وقوف) دفع الجائط (١) خارج الماء الطفل (٢) داخل الماء في الكرة للطفل داخل الماء ثم وضع الطفو علي الظهر مع حركه الرجلين وهو مسك بالكرة</p> <p>وقوف (المسي وضع الكرة علي الراس ومحاولة الاحتفاظ بها</p> <p>(وقوف) الوتب في الماء بأوضاع مختلفه .</p>	<p>الجزء التمهيدي هو خارج الماء</p> <p>الجزء الرئيسي هو داخل الماء</p> <p>الجزء الختامي هو</p>

الوحدة الخامسة

الدرس الرابع

الادوات المستخدمة : الصفارة -

الطوق - اطلاق - الكرة

الهدف من الوحدة :

١- التقدم للامام عن طريق تحريك الاطراف .

٢- تنمية التوافق بين العين واليد .

٣- تنمية التوافق بين العين والقدم .

اقترحات	مناسب غير مناسب	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
		(وقوف) الحجل بالنبدال على الارتفاع ؛ وعند توقف الارتفاع أخذ اي وضع من الاوضاع الاساسية حسب طلب المدرب . (وقوف) الحجل بقدم واحدة داخل الطوق . (وقوف) الوثب داخل الطوق وخارجه .	الجزء التمهيدى هو خارج الماء
		(وقوف) الوثب من امكان مختلفه الارتفاع . (وقوف) الذراعان عاليا ؛ مسك الطوق ؛ سقوط الطوق من اعلى حول الجسم - الغوص فى الماء لتناوله مرة اخرى . (وقوف مسك كرة بالزرعين مع ضمها على الصدر) الطفو على الظهر مع تحريك الرجلين . (وقوف) السباحة بعرض الحمام بالطريقه الرعنيه على الظهر . (وقوف مواجه مع شباك الايدي) عمل طفو على البطن مع اداء حركات تبادلية بالرجلين - مسابقة . (وقوف (:)) الطفل (١) خارج الماء الطفل (٢) داخل الماء رمى الكرة للطفل داخل الماء ثم عمل طفو على الظهر مع حركة الرجلين وهو ممسك بالكرة . (وقوف) دفع الحائط وعمل وضع الطفو على البطن ؛ ثم الغوص فى الماء للبحث عن اشياء ثقيلة ؛ ثم التقدم للامام مع تحريك الرجلين اثناء حمل الاشياء . (وقوف) المشى فى الماء مع وضع طبق على الرأس ؛ والحفاظ عليه من السقوط .	الجزء الرئيسى هو داخل الماء
		(وقوف) الجرى على ميثه قاطره ثم عند سماع الصفارة عمل دوائر كل خمسه في دائره (وقوف) المشى فى الماء مع غلق العينين . (وقوف) الجرى بعرض الحمام والصعود بأسرع ما يمكن من الناحية الثانية .	الجزء الختامى هو

الوحدة الخامسة
الدرس الخامس

الادوات المستخدمة : البالون - الكرسي .

الهدف من الوحدة :

- ١-التقدم للامام عن طريق تحريك الاطراف .
- ٢- تنمية التوافق بين العين واليد .
- ٣- تنمية التوافق بين العين والقدم .

اقترحات	مناسب فيمناسب	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
		(وقوف الذراعين جانباً) الجرى مع تقليد حركة الطير . (وقوف - ثبات الوسط) مرجحة احد الرجلين في جميع الاتجاهات ثم يكرر بالرجل الاخرى . (وقوف - الذراعين عالياً مع تشبيك اليدين) ثنى الجرع اماماً اسفل للمس الركبتين باليدين .	الجزء التمهيدي مع خارج الماء
		(وقوف) الوثب في الماء مع ثنى ومد الركبتين ثم عمل الطفو على البطن مع تحريك الاطراف . (وقوف) ضرب البالون بأجزاء الجسم المختلفه مع محاولة عدم اسقاطها . (وقوف) ضرب الماء باليد اليسرى مع رفع ركبة الرجل اليميني عالياً . (وقوف) الانزلاق على الماء مع مسك لوحه الطفو امسابقه . (وقوف) رفع الركبة اليميني عالياً مع دوران الركبة يساراً والتبديل .	الجزء الرئيسى ٣٥ ق داخل الماء
		(وقوف) الطفو على البطن مع تحريك الاطراف مسابقه . (وقوف) الطفو على الظهر مع تحريك الاطراف مسابقه . (وقوف) الوثب في الماء ثم الوقوف لرمى الكرة الى الطفل الذى مسك بها ويأخذ وضع الطفو على الظهر مع تحريك الرجلين للوصول الى الجهة الاخرى من الحمام . (وقوف) اخذ وضع الطفو على البطن والوجه في الماء والذراعين امام الصدر ثم تحريك الرجلين بالسباحه الكلابيه مسافه ١٠م مسابقه	
		(وقوف) المنى في الماء مع النصفيق مرتين كل اربع عدات . (وقوف) الوثب في المكان والفوس تحت الماء عند سماع الصفارة .	الجزء الختامى مع

الهدف من الوحدة :
تعليم جمل مركبه مكونه من المهارات السابقه .
تعليم جمل مركبه مكونه من ابعاد الادراك الخمس
حركي .

الوحدة الخاصة
الدرس السابق
الادوات المستخدمة : الكرة - الواح الطفو
الاطباق . المقعد السويدي .

اقترحات	مناسب غير مناسب	محتوى النشاط	اجزاء الدرس
		<p>(وقوف) الحرى؛ الحجل؛ المشى بالتبديل مع ايقاع الدف . (انبطاح على مقعد سويدي) عمل حركة الزراعين تحت سطح الماء فى سباحة الرحف على البطن . (رقود على مقعد سويدي) أداء الحركة الزعيقية للزراعين على الظهر .</p> <p>(وقوف) الوثب فى الماء من اماكن مختلف الارتفاع وبأوضاع مختلفه . (جلوس على حافة الخوض) النزول ببطء فى المنطقة الضحلة ؛ اللعب بالماء وغسل الوجه واليدين . (وقوف) وضع الرأس والوجه فى الماء ثم رفعه . (وقوف) السباحة الكلايه بعرض الحمام سابقه (وقوف) المشى فى الماء على اطراف الاصابع ثم على الكاحل ثم عمل وضع الطفو على الظهر مع تحريك الاطراف عند سماع التصفيق مرتين . (وقوف) أخذ وضع التكور ثم الطفو البطن مع تحريك الاطراف ثم الوقوف وعند سماع الدف تغير الاتجاه . (وقوف) رمى الكرة لاعلى ثم التصفيق للقف الكرة وعند سماع الصفاره عمل رائره مكونه من ٥ افراد . (وقوف) عمل تشكيلات مختلفه ؛ مثلث مربع . (وقوف) الطفو على البطن مع تحريك الرجلين بمساعدة لوحة الطفو . (وقوف) المشى للامام مع عمل حركة الخرايع ثم الطفو على البطن مع حركة الخرايع . (وقوف) مواجهه قاطرتين كرمى الكرة للزميل ثم أداء وضع الطفو على البطن مع أداء حركات الرجلين للوصول للقاطرة الاخرى . (وقوف) أخذ شهيق عميق ثم الغطس تحت الماء مع فتح العينين وجمع اشياء ثقيله .</p>	<p>الجزء التمهيدي هـ خارج الماء</p>
		<p>لعبة صغيرة: المشى فى الماء مع غلق العينين وتجميع اكبر عدد من الاطباق المنتشرة على سطح الماء . (وقوف) وضع طبق على الرأس (المشى فى الماء . (وقوف) شهيق عميق ثم اخراج الزفير فى الماء . (وقوف) مسابقة حركات الرجلين من وضع</p>	<p>الجزء الرئيسى ق ٢٥ داخل الماء</p> <p>الجزء الختامى هـ</p>

مقياس دايتون للوعى الحركى لأطفال أربع وخمس سنوات :

الإسم : الجنس :

تاريخ الميلاد : المدرسة :

تاريخ الإختبار :

١ - الذات الجسمية (نصف درجة لكل إجابة صحيحة وأقصى درجة (تسع) درجات

يطلب من الطفل لمس أجزاء جسمه التالية حسب نداء المدرس /

الرأس () الكعبان () الأذنان ()

المعدة () المرفقان () أصابع القدم ()

الأنف () الرجلان () الذقن ()

الظهر () العينان () القدمان ()

القم () الوسط () الرسغان ()

الصدر () أصابع اليد () الكتفان ()

٢ - المجال والإتجاهات (نصف درجة كل إتجاه صحيح ، وأقصى درجة (خمس)

درجات .

أ - يطلب من الطفل الإشارة الى الإتجاهات التالية :

أمام () خلف أعلى () أسفل ()

بجانبك ()

ب - يوضع مكعبان على منضدة ويطلب من الطفل وضعهما :

أسفل () أعلى () أعلى القمة ()
فى القاع بين ()

٣ - الإتران - يمنح الطفل درجتين اذا حقق الإختبار وصفاً اذا لم يحقق . يقف الطفل على أطراف القدمين لمدة (ثمان) ثوان .

٤ - الإتران (يمنح الطفل درجتين لك قدم الدرجة القصوى (أربع) درجات أو صفر اذا لم يُؤد ، يقف الطفل على قدم واحدة والعينان مغلقتان لمدة (خمس ثوان) ثم تبديل للقدمين .

٥ - الإتران (يمنح الطفل درجتين اذا احتفظ بالقدمين معاً أثناء الوثب) يثب الطفل بالقدمين معاً لأعلى .

٦ - الإيقاع والتحكم العضلى العصبى .

(يمنح الطفل درجتين اذا تمكن من الحجل على قدم واحدة (ست) مرات متتالية وأقصى درجة أربع)

٧ - (يمنح الطفل درجتين اذا ادى زحقة للأمام لمسافة (ثلاثين) قدماً .

٨ - الزحقة للجانب يمنح الطفل نقطتين اذا زحف بشكل صحيح للإتجاه السليم .

٩ - الزحقة للأمام والخلف يمنح الطفل نقطتين اذا زحف بشك صحيح للإتجاه السليم .

١٠ - توافق العين والقدم يمنح الطفل درجتين اذا قام بأداء المسافة حيث يستخدم شريطاً بخطواط متقاطعة مع الوثب عالياً على العلامة .

١١ - التحكم العضلى الدقيق يمنح الطفل درجتين فى حالة اللف لاكامل للورق ودرجة فى حالة جزء من الورقة . ولا يحصل على درجات اذا احتاج الطفل لمساعدة ويستخدم فى أداء هذا الإختبار نصف صفحة من صفحات الجرائد حيث يلتقط الورقة من على الأرض بيد واحدة واليد الأخرى خلف ظهره . ثم يحاول لف الجريدة حوله بيده وهو فى هذا الوضع .

١٢ - إدراك الأشكال يمنح الطفل درجة لكل إختبار صحيح بين الشكلين . يستخدم الطفل قطعة ورق مرسوم عليها دوائر ومربعات ومثلثات متقاربة فى الساحة بينها دائرتان متشابهتان تماماً وبعيدان عن بعضهما البعض .

١٣ - نفس الورقة السابقة يطلب من الطفل التعرف على الشك المرسوم على طريق الإشارة الى الكل الذى يمثل نداء المدرس . فيقال أشر الى الدائرة أو أشر الى الربع ويمنح

الطفل درجة للدائرة ويمنح درجتين اذا تعرف على المربع أو المثلث ، الدرجة من (خمس)
فيطلب المدرس من الطفل ثلاثة أشكال تمثل المربع والمثلث والدائرة .

١٤ - التمييز السمعي يمنح الطفل درجة ذا سجل كل مرة بطيقة صحيحة - يطلب من
الطفل ان يواجهك بظهره . يقوم المدرس بنقر عدد ثلاث مرات .

١٥ - توافق العين واليد يمنح الطفل درجة لكل محاولة ناجحة ويستخدم لوحة بها ثلاث
ثقوب . أقطارها بالتالي $\frac{4}{3}$ بوصة ، $\frac{8}{5}$ بوصة ، $\frac{2}{1}$ بوصة ، ويطلب منه وضع أسبعه
فيها دون لس حوافها .

الطفل درجة للدائرة ويمنح درجتين اذا تعرف على المربع أو المثلث ، الدرجة من (خمس)
فيطلب المدرس من الطفل ثلاثة أشكال تمثل المربع والمثلث والدائرة .

١٤ - التمييز السمعي يمنح الطفل درجة ذا سجل كل مرة بطيقة صحيحة - يطلب من
الطفل ان يواجهك بظهره . يقوم المدرس بنقر عدد ثلاث مرات .

١٥ - توافق العين واليد يمنح الطفل درجة لكل محاولة ناجحة ويستخدم لوحة بها ثلاث
ثقوب . أقطارها بالتالي $\frac{4}{3}$ بوصة ، $\frac{8}{5}$ بوصة ، $\frac{2}{1}$ بوصة ، ويطلب منه وضع أسبعه
فيها دون لمس حوافها .

استارة تسجيل نتائج الاختبار والقياسات المستخدمة

اولا : بيانات شخصية :

الاسم :

الجنس :

المدرسة :

تاريخ الميلاد :

تاريخ الاختبار :

ابعاد الاختبار	الدرجة الكلية لكل بعد	قبلي	بعدي
١ - الذات الجسمية	٩		
٢ - المجال والاتجاهات	٥		
٣ - التوازن (الاتزان)	٢ او صفر		
٤ - التوازن (الاتزان)	٤ او ٢ او صفر		
٥ - التوازن (الاتزان)	٢ او صفر		
٦ - الايقاع والتحكم العضلي العصبي .	٤ او ٢ او صفر		
٧ - " " "	٢ او صفر		
٨ - " " "	٢ او صفر		
٩ - " " "	٢ او صفر		
١٠ - توافق العين والقدم	٢ او صفر		
١١ - التحكم العضلي الدقيق	٢ او صفر		
١٢ - ادراك الاشكال	٣ او ٢ او صفر		
١٣ - التعرف على الاشكال	٥ او ٣ او ١		
١٤ - التمييز السمعي	٢		
١٥ - توافق العين واليد	٣		

مرفق رقم (٥)
اختبارات تقييم مستوى تحصيل المهارات الاساسية للسباحة

الدرجة	التقييم	الاختبار	م
٥	١٠ ثوان	كتم النفس تحت الماء	١
٥	القفز	القفز بالقدمين في ماء عمق الصدر	٢
٥	الاداء	الغوص للمرور من بين أرجل ثلاث زملاء (وقوف فتح القدمين)	٣
٥	١٠ ثوان	الطفو على البطن والوقوف منه	٤
٥	١٠ ثوان	الطفو على الظهر والوقوف منه	٥
٥	٢ متر	الانزلاق من وضع الطفو على البطن مع أخذ دفعه من الحائط	٦
٥	٢ متر	الانزلاق من وضع الطفو على الظهر مع أخذ دفعه من الحائط	٧
٥	٦ متر	الطفو على البطن مع أداء ضربات الرجلين	٨
٥	٦ متر	الطفو على الظهر مع أداء ضربات الرجلين	٩
٥	١٠ متر	التنفس المنتظم (حركة الرجلين على البطن مع مسك لوحة الطفو، أخذ الشهيق من الامام بالفم واخراج الزفير في الماء من الفم والأنف معا.	١٠
٥٠		المجموع	

ملخص البحث باللغة العربية

مقدمة ومشكلة البحث:

ان الاهتمام بعملية التعلم وخاصة التعلم الحركي تستلزم بحث ودراسة جميع العناصر التي تتدخل فيها وتؤثر عليها حتى يمكن الاستفادة منها في تطوير عملية التعلم ؛ ولما كان بُعد الادراك الحس - حركي احد الابعاد التي ترتبط بعملية التعلم ؛ وقد ساهمت مجموعة من الدراسات في بحث سبل وبرامج تطويره ؛ مما استدعى بحث تأثيره على تعلم بعض الانشطة الرياضية ومنها أنشطة ذات طبيعة خاصة كالانشطة المائية ؛ ذلك ببناء برنامج للادراك الحس - حركي في الماء حيث يهدف الى ادارة المعلومات التي تصل الى المخ عن طريق الحواس وترجمتها الى حركات ذات معنى وهدف ؛ وقد بنى البرنامج على اساس تعامل الطفل مع الوسط المائي ؛ حتى يمكن التعرف على اثر هذا البرنامج على المهارات الاساسية للسباحة .

وتعد الدراسة محاولة لتسهيل عملية تعلم السباحة للاطفال من خلال تنمية الادراك الحس - حركي لهم في الماء ومحاولة للربط بين مفاهيم الادراك الحس - حركي وعلاقتها بكل من التعلم الحركي ومهارات السباحة .

وعلى ذلك فإن البحث حاول الاجابة على السؤال ، ما هو أثر تطبيق برنامج لتنمية الادراك الحس - حركي في الماء على تعلم السباحة لاطفال مرحلة ما قبل المدرسة .

الهدف من البحث :

يهدف هذا البحث الى اعداد برنامج تعليمي لتنمية الادراك الحسي - حركي في السباحة لاطفال المدرسه ومعرفة أثره على :-

(١) الادراك الحسي - حركي لاطفال ما قبل المدرسة من ٤ - ٥ سنوات .

(٢) تعليم السباحة لاطفال ما قبل المدرسه من ٤ - ٥ سنوات .

فروض البحث :

١ - توجد فروق ذات دلالة فى مستوى الادراك الحس - حركى بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى القياسات البعدية لصالح المجموعة التجريبية .

٢ - توجد فروق ذات دلالة فى مستوى الأداء فى السباحة بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية .

الاجراءات :

- استخدم فى هذا البحث المنهج التجريبي لايجاد الفروق بين مجموعتين - احدهما تجريبية والاخرى ضابطة - كنتيجة لتطبيق الاجراءات التجريبية المستخدمة فى هذا البحث .

وقد اختيرت عينة البحث من ابناء الموظفين والعاملين بكلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة - جامعة حلوان - وقد تم مراعاة التالى بالعينة :- عدم وجود خبرات سابقة لدى الطفل فى مجال السباحة - ان يتراوح السن من ٤-٥ سنوات وقد بلغ المتوسط الحسابى للعمر بالشهور فى المجموعة التجريبية ٢٧ر٤٥ والانحراف المعياري ١٣٥ اما المجموعة الضابطة فكان متوسطها ٣١ر٥٤ والانحراف المعياري ١٣٠ كذلك روعيت اللياقة الطبية والعقلية .

وقد تضمنت عينة البحث اثنان وثلاثون طفلا قسموا الى مجموعتين عشوائيا؛ وقد تم حساب الفروق بينهما فى متغيرات الطول والوزن والسن ومستوى الادراك الحس -حركى لمعرفة تكافؤها .

وسائل جمع البيانات :

لتحقيق أهداف هذه الدراسة وضعت الباحثه برنامج مقترح يهدف الى تعزيز الادراك الحس -حركى لدى الاطفال . كما وضعت إختبارات لقياس المهارات الاولية فى السباحة .وعلى ذلك إستخدمت فى هذا البحث الوسائل الاتية :

١ - اختبار(دايتون) للادراك الحس -حركى للاطفال فى مرحلة من ٤-٦ سنوات .

٢ - برنامج تعليمى مقترح للادراك الحس - حركى .

٣ - اختبار تقييم مستوى التحصيل للمهارات الاساسية فى السباحة .

الاجراءات التجريبية :

تم تطبيق اختبار دايتون لقياس الادراك الحس - حركى لجميع الاطفال قبل بدء تعرض المجموعه التجريبية للبرنامج التعليمى المقترح ، اماو اختبار زمن أداء المهارات الاساسية فى السباحة يتم بعدتعرض المفحوصين للإجراءات التجريبية .

المعالجات الاحصائية :

للتحقق من فروض الدراسة تم حساب المعاملات التالية :

- ١- المتوسط الحسابى والانحراف المعياري لجميع المتغيرات قيد الدراسة .
- ٢- تم حساب الفرق بين متوسطي المجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس البعدى لجميع المتغيرات واستخدم اختبار " ت " لمعرفة معنوية الفروق
- ٣- حساب الفرق بين درجات القياس القبلى والبعدى لكل فرد من المجموعتين التجريبية والضابطة فى متغيرات الادراك الحس - حركى واستخدام اختبار " ت " لمعرفة معنوية الفروق . تم اختيار مستوى الدلالة عند ٠.٥ للتحقق من دلالة الفروق .

الاستنتاجات :

- ١- ان البرنامج التعليمى المقترح لتنمية الادراك الحس- حركى فد اثر تائيرا ايجابيا على مستوى الادراك الحس - حركى لدى اطفال ما قبل المدرسة من ٤- ٥ سنوات .
- ٢- ان البرنامج التعليمى المقترح لتنمية الادراك الحس- حركى فى السباحة قد أثر تائيرا ايجابيا على مستوى أداء اطفال مرحلة ما قبل المدرسة من ٤- ٥ سنوات فى استيعاب مهارات السباحة .
- ٣- ان استخدام برامج وتدريبات تنمية الادراك الحس - حركى يجب ان لا يكون قاصرا على التدريبات الارضية بل يمكن استخدامها فى الماء لتطوير عنصر الادراك الحس - حركى لدى الاطفال من سن ٤- ٥ سنوات .
- ٤- ان برامج تعليم السباحة للمراحل السنوية المبكرة تعتمد على طرق واساليب تقليدية وتحتاج الى الدراسة واعادة النظر للاستفادة بالنظريات العلمية والمفاهيم الحديثة فى مجال الحركة الانسانية .

التوصيات :

- ١ - تطبيق البرنامج التعليمى المقترح لتنمية الادراك الحس - حركى فى الاندية ورياض الاطفال لتنمية بعد الادراك الحس - حركى لدى الاطفال فى مرحلة ما قبل المدرسة بهدف تسهيل عملية التعلم الحركى للمهارات الاساسيه فى السباحة .
- ٢ - توفير امكانيات استخدام الماء فى رياض الاطفال باستخدام احواض السباحة البلاستيكية والحديثة (غير المكلفة) لامكان تعميم أنشطة الماء لاطفال ما قبل المدرسة والاستفادة منها فى تنمية الادراك الحس - حركى للاطفال .
- ٣ - تشكيل لجنة لاعادة النظر فى برامج تعليم السباحة للمراحل السنيه المبكره وتطويرها والاستفادة من مجال الادراك الحس - حركى و النظريات والمفاهيم العمليه الحديثه فى مجال الحركه الانسانيه .
- ٤ - اجراء الدراسات والبحوث لبناء البرامج التى تعتمد على الادراك الحس - حركى لتسهم فى تعليم واستيعاب المهارات الحركية الخاصة بالانشطة الرياضية الاخرى والتى تتميز بالصعوبة بصفة خاصة .

HELWAN UNIVERSITY
Faculty of Physical Education
For Girls Cairo.

**A SUGGESTED PROGRAM FOR DEVELOPING
KINAESTHETIC PERCEPTION IN SWIMMING
FOR PRE-SCHOOL CHILDREN**

BY
ALIAA HELMY HEDA
DEPARTMENT OF AQUATIC SPORTS & COMBAT

**A Thesis submitted For Partial Fullfillment
Of The Requirements For Master Degree
In Physical Education**

Supervised By

PROF. DR . NABILA LABIB
Faculty of Physical Education
For Girls , Aquatic sports
and Combat Department

DR . HALA MALEK
Faculty of Physical Education
For Girls , Aquatic sports
and Combat Department

CAIRO 1994

Summary

An Introduction

The study of learning process and specially motor learning necessitates researching and studying all the factors which entangle and affect it. This is in order to profit and help the evaluation of the learning process.

As the Kinesthetic Perception is one of the perceptions related to the learning process to which a number of studies have given a share in searching for ways and programs for the evaluation of sample. This has raised the need for studying the effect of Kinesthetic on learning of some sport activities. Part of these activities have a special nature, such as aquatic.

This study was based on developing of a program for Kinesthetic Perception in water aimed to control the information reach the brain through the senses then translate it into movements with meanings and aims. This program was based on contacting relation between the child and the water media. In order to recognize the effect of this program on learning the basic skills of swimming.

AIMS

This study aimed to find out the effect of a suggested educational program for the development of the Kinesthetic Perception in learning of basics swimming skills for children of pre-school age. The aims of the study were:

- . To determine the effect of the suggested program of Kinesthetic Perception on the child's Kinesthetic Perception of pre-school children aged 4-5 years old.

- . To determine the effect of the suggested program on learning swimming for pre-school children from 4 to 5 years old.

Hypotheses

1- There was significant difference in the Kinesthetic Perception level between the experimental group and control group in favor of the experimental group .

2- There was significant difference in the level of swimming performance between the experimental group and control group in favor of the experimental group .

Procedures

The present study used an experimental technique to find out differences between two groups (an experimental and control group) after applying the training program to the experimental group .

SAMPLE

The sample of the study was chosen from the children of the employees and the workers of the faculty of physical education in for girls - Helwan University . The following was noted in selecting the subjects:

The children had not past experience in swimming , their ages were from 4-5. Groups the sample comprised (32) children and they were divided into two groups at random . The groups were assigned randomly to an experimental ($\bar{x}=54.27$; $SD=1.35$) and a control group ($\bar{x}=54.31$; $SD=1.30$). their physical and mental conditions was are normal, taking in to consideration the differences in length , weight, age , and the level of kinesthetic perception in order to determine their equality, their length , weight age and the level of kinesthetic perception were measured and then , "T" test was employed.

INSTRUMENTS:

- A) Dayton test for kinesthetic perception for children aged 4-5 years.
- B) The suggested program for kinesthetic perception.
- C) A test battery for measuring basic Skills in swimming .

4-Statistical Treatment-

1)the mathematical average and the standard deviations for all variables were computed .

2)"T" test were employed to determine the significant difference between the two groups .

Results

In view of the goals of this study and the natural limitations of the sample and the procedure used as well as the statistical treatments used, the results of this study indicated the followings:

1- The suggested programme of kinesthetic perception developed the kinesthetic perception level of pre-school children aged 4-5 years old .

2 -The suggested programme of kinesthetic perception developed the level of swimming performance of pre-school children aged 4-5 years old .

Conclusions

1- The suggested programme of kinesthetic perception developed the kinesthetic perception level of pre-school children aged 4-5 years old .

2 -The suggested ^{from} programme of kinesthetic perception ^{ing} developed the level of swimming performance of pre-school children aged 4-5 years old .

3 - Using of kinesthetic perception activities in water media is useful to improve kinesthetic perception not only activities outside water .for children age from 4-5 years old .

4 - learning swimming for early ages depends on traditional programs there fore ,They needs to change by using modern concepts in the field of human movement .

Recommendations

1 -Applying the suggested programme of kinesthetic perception in this study in teaching swimming for children aged 4-5

2- Providing the facilities and equipment's to using water activities in kinder gardens especially, Which don't cost much such as " plastic pools" .

3 - Using new concepts of human movements to enhance the swimming programs .

4 - Suggesting similar studies to build programs which depend on kinesthetic perception to teach and learn other movement skills especially difficult sports skills .