مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الرابع والعشرون– آب ٢٠٢٣–محرم ١٤٤٥
ISSN-2536-0027

إثر أسلوب التعلم الذاتي وفق التغذية الراجعة في تعلم فعالية السباحة الحرة لدى متعلمي المرحلة المتوسطة

رسالة اعدت استكمالا لمتطلبات نيل درجة الماجستير في تخصص طرائق تدريس التربية الرياضية

المشرف د. محمود العتر
الباحث محمد عكلة عبد
جامعة الجنان / كلية التربية قسم مناهج وطرائق التدريس

ملخص الدراسة

إثر أسلوب التعلم الذاتي وفق التغذية الراجعة في تعلم فعالية السباحة الحرة لدى متعلمي المرحلة المتوسطة

ظهرت الأساليب التعليمية المختلفة التي توفر للمدرس فرصة اختيار الأسلوب الأمثل والملائم للبيئة العلمية الموجودة حتى يتمكن من تحقيق اهدافنا التربوية كافة والتوصل إلى تنمية قدرات المتعلم وتطويرها وتعد السباحة إحدى الفعاليات التي شهدت تطورا ملموسا في السنوات الأخيرة نتيجة تعدد وتنوع الأساليب والطرائق التعليمية، فضلا عن عديد من متغيرات بيئة التعلم التي أدركتها الدول المتقدمة وأخضعتها للدراسة إذ لا يزال المهتمون بهذه الفعالية يبحثون عن أفضل الوسائل أهمية من اجل التوصل الى مستويات عالية وذلك من دراسة كافة الطرائق التدريسية واساليبها التي تؤدي إلى تطور الفورم الرياضية وكذلك الحفاظ عليها، ومنها أسلوب التعلم الذاتي يعمل على استثمار قابليات الطلبة العقلية وحافزهم من اجل التفكير والابداع والاستدلال وإشراكهم في عملية التعلم لم تنل نصيبها من الدراسة بشكل كاف ٍ كذلك الأسلوب الشامل (التطبيق الذاتي متعدد المستويات) كأسلوب يعمل على الاهتمام بالفروق الفردية بين الطلبة، وإتاحة فرص الممارسة على وفق مستوى قدرة الطالب وإيجاد فرص الاختيار بين مستويات البدائل في العمل الواحد، إيضاح ً لم تأخذ نصيبها الكافي من الدراسة مما دعي الباحث لدراسة هذا الاسلوب. ويهدف البحث الى معرفة أثر استخدام اسلوب التعلم الذاتي وفق التغذية الراجعة في تعلم فعالية السباحة ومن اجل هذا استعمل الباحث المنهج التجريبي كونه منهج ملائم لمشكلة دراستنا، واختار الباحث مجتمع الدراسة وفق الطريقة العمدية من طلبة متوسطة الاماني للبنين في محافظة الانبار وتم استعمال الأدوات والوسائل المناسبة لبحثه ثم قام بإجراء الاختبارات القبلية وتطبيق تمرينات التعلم الذاتي وثم إجراء الاختبارات البعدية في نفس ظروف الاختبارات القبلية واستعمل الحقيبة الإحصائية SPSSلمعالجة نتائج دراسته واستنتج الباحث من خلال دراسته بان لأسلوب التعلم الذاتي اثرا واضحا في تعلم الطلبة رياضة السباحة.

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الرابع والعشرون– آب ٢٠٢٣–محرم ١٤٤٥
ISSN–2536–0027

Abstract

The effect of the self-learning method according to the feedback in learning the effectiveness of free swimming among middle school learners

Various educational methods have appeared that provide the teacher with the opportunity to choose the, optimal and appropriate method for the educational environment available in, order to be able to achieve educational goals and, reach the, development and ,development of the learner's capabilities. Swimming is one of the activities that witnessed significant development in recent years as a result of the multiplicity and diversity of educational methods and methods, as well as many variables Which developed countries have realized and subjected to study, as, those interested in this event are still looking for the best means of, importance in order to reach the best levels, by studying all the methods and methods that lead to the development of mathematical form as, well as, maintaining it, including the self-learning method that works to, invest students' mental capabilities And motivating them to think and infer, and involving them in the learning process, did not get its share of the study sufficiently. Likewise, the, comprehensive method (multi-level self-application) as, a method that pays attention to individual differences among students, and provides opportunities for practice according to the level of, the, student's ability, and creates opportunities to choose between the levels of alternatives in the single work also did not take its sufficient share of, the, study, which prompted the researcher, Dr Head this style. The research aims to know the effect of using the self-learning method according to the two timings of feedback in learning the effectiveness of swimming. Through this, the researcher used the experimental approach for its suitability to the nature and problem of the study. In teaching the sport of free swimming for students.

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الرابع والعشرون– آب ٢٠٢٣–محرم ١٤٤٥
ISSN-2536-0027

القسم الأول: الجانب النظري

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

المقدمة:

تتفق الدراسات والبحوث في علوم الرياضة على تواجد عددا من تلك العوامل التي يمكن تأثيرها في التعلم، وفي وصول الطالب إلى أعلى المستويات الرياضية، منها(الإعداد البدني، الذاتي، والحركي والنفسي)، وبالرغم من اختلاف تلك الجوانب تبعاً لنوعية النشاط الذي يتم ممارسته وان أغلب الدراسات تجمع على أن الجانب النفسي يعد العامل المهم في ربط هذه الجوانب مع بعضها فهو يعد شرطاً أساسياً لتمكين الطالب من الاستجابة الصحيحة للمواقف التعليمية المختلفة ومما يثبت ذلك تعرض الكثير من الطلبة بمعنى آخر أن السباح عندما يكون تحت وطأة جو السباحة فأنه يواجه الشعور بالتوتر وارتفاع مستوى الاستثارة ويظهر ذلك بأشكال مختلفة مثل ارتفاع مستوى النبض، وسرعة التنفس، وضعف التركيز، وكثرة الأخطاء، مما يؤثر ذلك سلباً في إدراك السباح، فيشعر بحالة من فقد السيطرة على الموقف ونحن جميعاً نعلم أن طبيعة لعبة السباحة تتطلب من السباح دقة متناهية والقدرة على الاستعداد واليقظة التامة والتحكم في أثناء الأداء. (صلاح محمد السقا: ٢٠٠٤ ، ٩).

إن التقدم العلمي في المجالات الحياتية كافة أثر تأثيراً واضحاً في تطور هذه المجالات، والتربية الرياضية جزءاً مكملاً للتربية العامة تأثرت كذلك بهذا التقدم وقد بات هذا واضحاً في مجالات بحوث العلوم الرياضية، واهتم الباحثون في التعلم الحركي بعملية التعلم والتعليم وسعوا إلى تطوير المناهج وتحسين طرائق وأساليب تعليمها في مراحل التعليم المختلفة.

وظهرت الأساليب التعليمية المختلفة التي توفر للمدرس فرصة اختيار الأسلوب الأمثل والملائم للبيئة التعليمية المتوفرة لكي يتمكن من الأهداف التعليمية والتربوية في تحقيقها والتوصل إلى تمنيات قدرات المتعلمين وتطويرها، إذ تشير العمليات التدريسية والتربوية إلى تنظيم تلك الخبرات وقيادتها، في تحقق الغايات أكملها، اذ هي حدوث تغيير في السلوك لدى الطالب وتعلمه والاحتفاظ بهذا التعلم. والعملية التدريسية علاقات مستمرة نشئت بين المدرس والطالب، وهذه باعتبارها علاقات ساعدت الطلبة على اكتساب المهارات التي يتطلب أن يتم تحقيقها. ولكي يتمكن مدرسي التربية البدينة والرياضية في تحقيق هذه العلاقات ينبغي عليه التعرف على عوامل قد ساهمت في تحقيقها؛ ومن أبرز تلك هو التعرف على الأساليب التعليمية، وكيف يتم تفعيلها بصورة أفضل خلال عملية التدريس.

(سامي محمد ملحم. ٢٠٠١، ٥)

إن أساليب التعلم لها دور مهم في اكتساب المهارات وتطويرها ، وإن مستوى الأداء الفني لأية مهارة رياضية يرتبط بمستوى فاعلية أسلوب التعلم ومستوى المتعلمين لهذه المهارة ، وأجريت العديد من البحوث التي سعت إلى إيجاد الأساليب المؤثرة في عملية التعلم، ولعبة السباحة لا تزال بحاجة إلى العديد من الدراسات التي تتناول مختلف الأساليب وأحدثها والتي تساهم في تطوير مستوى الأداء الفني والاحتفاظ بهذه المهارات وان عملية التغذية الراجعة من دور مهم في دعم عمليات الغليم فهي تعكس مدى التفاعلات بين المدرسين والطلبة وبين الطلبة أنفسهم ؛ إذ سعى الباحث إلى دراسة أثر استخدام دورة التعلم بأسلوب التعلم الذاتي وفق التغذية الراجعة ، كذلك دراسة أثر استخدامها في الأساليب التدريسية .

(نبيل محمود ,٨٣٢٠٠٧)

وتعد السباحة إحدى الفعاليات التي شهدت تطورا ملموسا في اخر السنين نتيجة تعدد وتنوع الأساليب والطرائق التعليمية، فضلا عن عديد من تلك المتغيرات التي أدركتها الدول المتقدمة وخضعت للدراسة إذ

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الرابع والعشرون– آب ٢٠٢٣–محرم ١٤٤٥
ISSN-2536-0027

لا يزال المهتمون بهذه الفعالية يبحثون عن أفضل الوسائل أهمية من اجل الوصول إلى أفضل المستويات وذلك من خلال دراسة كافة الأساليب والطرق التي تؤدي إلى تطوير الفورم الرياضية وكذلك الحفاظ عليها.

فقد أظهرت الدراسات والتي أجريت أن ذلك يرجع إلى اهتمام مناهج التعلم في أساليب التعلم، التي أصبحت جزءاً أساس من التمارين اليومية، والتي تسير جنباً إلى جنب مع تعلم المهارات. لكونها المفتاح الحقيقي لنجاح أو فشل السباح بالسباقات.

(Sullivan, J.& Hodge: ١٩٩١ ، ١٤٠)

ومن بين الموضوعات والمفاهيم التعليمية لتي تناولها علم الحركة بالدراسة والتطبيق جانباً مهماً من اهتماماتهم لها الا وهو موضوع (التغذية الراجعة) (مصطفى حسين باهي، سمير جاد: ٢٠٠٤، ٢٨).

اولاً: مشكلة الدراسة:

لاحظ الباحث من خلال تدريسه مادة السباحة أن الطلبة يعانون بعدم القدرة في تعلم مهارات السباحة وهم باحتياجها إلى تنوع في أسلوب تعلمهم لإيجاد عدة البدائل التعليمية واستعمال التقنيات المتطورة واهتماهم في عامل الفروق الفردية ، وأن مدرسو التربية الرياضية يعانون من أن أعمار المتعلمين لرياضة السباحة من خلال الحاجة إلى وسائل تعليمية حديثة وكذلك أجهزة مساعدة تتضمن ارتفاعات متنوعة لتعليم المهارة ، لذا علينا كباحثين في دراسة الأساليب ومدى تأثيرها واختيار الأسلوب الأفضل والملائم للمهارة المتعلمة إذ إن لكل مهارة خصوصيتها في التعلم .

وأسلوب التعلم الذاتي يعمل على استثمار قابليات الطلبة العقلية وتحفزهم على التفكير والاستدلال وإشراكهم في العمليات التعليمية لم تنل نصيبها من الدراسة بشكل كاف ٍكذلك الأسلوب الذاتي كأسلوب يعمل على الاهتمام بالفروق الفردية بين الطلبة، وإتاحة فرص الممارسة على وفق مستوى قدرة الطالب، وإيجاد فرص الاختيار بين مستويات البدائل في العمل الواحد، إيضاح ً لم تأخذ نصيبها الكافي من الدراسة مما دعي الباحث لدراسة هذا الاسلوب.

ثانياً: تساؤلات الدراسة:

١. هل لأسلوب التعلم الذاتي وفق التغذية الراجعة تأثيرا إيجابيا في تعلم فعالية السباحة.
٢. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية تحت مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في تعلم فعالية السباحة وفق التغذية الراجعة لدى متعلمي المرحلة المتوسطة.
٣. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية تحت مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين نتائج الاختبارات والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم فعالية السباحة وفق التغذية الراجعة لدى متعلمي المرحلة المتوسطة.

ثالثاً: فرضيات الدراسة:

٤. لأسلوب التعلم الذاتي وفق التغذية الراجعة تأثيرا إيجابيا في تعلم فعالية السباحة.
٥. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في تعلم فعالية السباحة وفق التغذية الراجعة لدى متعلمي المرحلة المتوسطة.
٦. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين نتائج الاختبارات والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم فعالية السباحة وفق التغذية الراجعة لدى متعلمي المرحلة المتوسطة.

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الرابع والعشرون– آب ٢٠٢٣–محرم ١٤٤٥
ISSN-2536-0027

.٧

رابعاً: اهمية الدراسة:

جاءت أهمية البحث في كون الأساليب التعليمية تهدف جميعها إلى مجموعة من الأهداف من بينها تحقيق التعلم وتطوير الأداء وتتباين تلك الأساليب في تحقيق أهدافها ، إذ إن دورة التعلم ترتكز على الاكتشاف وتسلسل خطوات التعلم وتحسن الأداء وتطويره النواحي المعرفية بينما يرتكز الأسلوب الشامل على الاهتمام بتعليم يشمل الطلبة جميعهم من منطلق وجود الفروق الفردية بين الطلبة داخل إطار المجموعة مما يدعو إلى توفير مستويات متعددة للأداء للعمل نفسه وهذه الأساليب معظمها ترمي إلى التوصل إلى التدريس المؤثر وهذا ما يصبو إليه مدرسو التربية الرياضية في اختيار أفضل هذه الأساليب بما يلائم البيئات التعليمية وقابليات وقدرات المتعلمين.

خامساً: اهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الى.

الهدف الرئيسي: هو التعرف على أسلوب التعلم الذاتي وفق التغذية الراجعة ودورها في تعلم طلبة المرحلة المتوسطة في فعالية السباحة.

الفصل الثاني

الإطار النظري للدراسة:

المبحث الأول: مفاهيم أساليب التدريس:

اولاً: أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية:

لتنفيذ دروس التربية الرياضية تستخدم عدة أساليب تتناسب مع المواقف التعليمية ومستوى الطلبة وخصائصهم العمرية والهدف المراد تحقيقه، ويمكن تقسيم هذه الأساليب على وفق عدة محددات على النحو الآتي:

أ. أساليب تبعًا لإيجابية المتعلم.

ب. أساليب تبعًا لتقييم أو تنظيم مادة الدرس.

ويقصد بها العنصر المباشر في تقسيم مواد الدروس إذ يعتمد فيها بإعطاء الطلبة التمارين أو الأنشطة السابقة لخدمة الأنشطة الرياضية الأخرى بالجزء التعليمي والتطبيقي بالدرس، أما المدخل الآخر فهو المدخل غير المباشر في تقسيم مادة الدرس، والذي يعني التمهيد لأنشطة الدرس بالجزء الأساسي عن طريق إعطاء تمرينات أو تدريبات مسبقة لعناصر بدنية أو مهارية تحتاجها هذه الأنشطة.

ج. أساليب ترتبط بالطرائق التدريسية التي تعالج النشاط الحركي وهذه الطرائق هي: (محسن :٢٠١٣ ، ١٥-١٦).

١. طريقة التعلم الكلية.
٢. طريقة التعلم الجزئية.
٣. طريقة التعلم الكلية الجزئية.

وسوف نتناول بشيء من التفصيل الأساليب المرتبطة بإيجابية كُل من المعلم والمتعلم، فالمقصود هنا بالإيجابية هو الدور الذي يعمل به كُل من المعلمين والمتعلمين من اذ العبء الملقاة على عاتق كُل منهما

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الرابع والعشرون– آب ٢٠٢٣–محرم ١٤٤٥
ISSN-2536-0027

في عمليات التعليم في الدرس من اذ بلورة القرارات الخاصة بثلاث عمليات تتخذ من جانب المعلم، أو التلميذ، أو كليهما، وهذه العمليات هي: (محسن: ٢٠١٣ ، ١٦).

١. عمليات تتم قبل الدرس.
٢. عمليات تتم في أثناء الدرس.
٣. عمليات تتم بعد الدرس.

يرتبط أسلوب التدريس بشخصية المعلم، ولا نستطيع القول إن هناك أسلوبًا مفضلًا عن الآخر، والفيصل ذلك هو ما يحدثه أسلوب التدريس من أثر على عملية التحصيل، ويمكن تقسيم أساليب التدريس بصورة عامة على: (محسن: ٢٠١٣ ، ١٣).

١. أساليب التدريس المباشرة:

وهي أساليب التي برزت دور المعلمين وسيطرتهم على الفصل، فهو يعطي الطلبة المعلومات، والمهارات، والخبرات المتعددة.

٢. أساليب التدريس غير المباشرة:

وهي التي يتم تأكيد اشتراك الطلبة في عملية التعلم الحركي، من اجل الوصول إلى حل مشكلاتهم التعليمية وقد أوضحت الابحاث أن أساليب التدريس الواحد لا يصلح لكل المواقف التعليمية، وأن كُل أسلوب يناسب طبيعة التعليم ومهماته ، وقد صممت أساليب التدريس التي جاء بها موسستن (Moston, ١٩٦٦) نقلا عن (عفاف ونجلاء :٢٠١١) كما في ألوان الطيف الشمسي أطلق عليها طيف أساليب التدريس، التي تدل على أنها سلسلة من الأساليب المرتبطة مع بعضها لتشكل كيان مكمل، وقد اتسع استعمالها في التربية الرياضية، وتطرأ عليها عدة تغيرات منذ نشوئها في منتصف خمسينيات القرن الماضي لحين انتشار نطاق استعمالها بشكلها الحالي. (عفاف ونجلاء: ٢٠١١ ، ١١٧).

إن فكرة أساليب التدريس صنفت ونظمت على أساس وجود شخصين مسؤولين عن اتخاذ القرار هما المُدرس والطالب.

فالأسلوب التدريسي هنا يمثل علاقات سلوكية تعليمية تربوية بين المُدرس والطالب في أثناء تأدية الفعاليات والنشاطات التي يقومون بها ومدى تأثيرها في تطور الطالب ويتميز كُل أسلوب بمكانته، ومميزاته، وتطبيقاته، ومتضمنات الخاصة به، ومن اذ الأهمية فإن الأساليب متساوية ولا يمكن تفضيل أحد الأساليب على الآخر، إذ إن القرارات عبارة عن سلسلة تنتقل متدرجة لتأثر في تعلم الطالب وتطوره، وتتكون الأساليب التدريسية من أحد عشر أسلوبًا تدريسيًا كما قدمها (موسستن)، إذ نظمت هذه الأساليب في ضوء تحديد من الذي يضع قرارات الدرس ونوعها ومتى نتخذ كُل أسلوب.

ثانيا: أساليب التدريس في التربية الرياضية:

إن طرق التدريس في التربية الرياضية ترشد المدرس إلى الأهداف والمحتويات والأساليب والخطوات والوسائل والأدوات والأجهزة التي تساعد على نجاحه في تعليم وتربية الطلبة في مجال التربية الرياضية وعلى أسس علمية إن اختيار الطريقة المناسبة لتدريس المحتوى لها أثر كبير في تحقيق أهداف المادة وتختلف الطرق باختلاف المواضيع والمواد وبيئة التدريس، ولكن نلاحظ أن واقع التعليم الحالي في مدارسنا يعتمد على استخدام الطرق التقليدية، فأساليب التعليم تعرف على أنها " الكيفية التي يتم من خلالها تدريس المهارات الحركية أثناء تطبيق درس التربية الرياضية " (احمد امين: ٢٠١٤، ٣٤).

إن أساليب التدريس في التربية الرياضية قد تنوعت وتطورت، مما أدى إلى استخدام المدرسين أكثر من طريقة لنقل المعلومات إلى الطلبة، مما أمكن بواسطة هذه الأساليب الجديدة مواجهة الفروق الفردية ولقد

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الرابع والعشرون– آب ٢٠٢٣–محرم ١٤٤٥
ISSN-2536-0027

اجمع أكثر العلماء على أن الطلبة لا يستجيبون لعملية التعليم بطريقة واحدة، وانه لابد من استعمال طرائق أو أساليب جديدة لبناء وتطوير قدرات ومعارف الطلبة، وفرق المختصين بين الطريقة – والأسلوب – ولكن أكدوا على علاقة ارتباط لغوية بينهما: كما اتفقوا ايضاً على التحديد التالي لمعنى الأسلوب والذي يُعد أكثر شيوعاً ألان وهو " إن الأساليب هي مجموعة من خطط التعلم التي لها علاقة بفلسفة التدريس أو ناتج معين أو محدد للتعلم" (عبد الرحمن العيسوي: ٢٠١٤، ٥٤).

وبالنظر إلى أن الهدف من استخدام أساليب التدريس في التربية الرياضية هو إكساب الطلبة للمهارات والأنشطة الرياضية وتنمية روح الابتكار وسرعة التفكير واتخاذ القرار السليم في حل الواجبات الحركية المختلفة نتبين أن هناك علاقة ارتباط لغوية بينهما يحولها المدرس المتمكن إلى مادة حية ومشوقة للطالب تظهر فيها فلسفة التدريس" (صالح عبد الله: ٢٠١٣ ، ٣١).

" وتشير العملية التعليمية والتدريسية إن هذه الأساليب مترابطة في أدائها وتطورها ويتميز كل أسلوب بتحديد الفرد الذي يتخذ القرار خلال العملية التدريسية سواء أكان المعلم أم التلميذ أم كلاهما معاً، وأن أساليب التدريس تعتمد على مفهوم عدم وجود نقيض بينهما، فجميعها تهدف إلى تطوير الطالب، ولكن بأشكال وأنماط مختلفة وعلى ضوء قرارات السلوك التعليمي لكل أسلوب " (عبد الحميد سيوني: ٢٠١٣ ، ٢٦).

المبحث الثاني: مفهوم التعلم الذاتي:

من الاستراتيجيات الحديثة التي رات المناهج الدراسية الى تأصيلها لدى المتعلمين، لما لها من اهمية في اعداد القرار لمواجهة الحياة بمشكلاتها وتعقيداتها ولاسيما عصر يسوده التغير السريع الناتج عن الثورة العلمية والتكنولوجية، فمن اجله اجريت البحوث والدراسات التي اجمعت على ان التحول من الإطار التقليدي في التعليم والذي يرتكز على الكم المعرفي الى اساليب اخرى تساعد في تنمية شخصية الطالب ورفع قدرته على اتخاذ القرار وتحمل المسؤولية. (محمد علي: ٢٠٠٢ ، ٢٦).

ويرى الباحث بان التعلم الذاتي يعد من المواضيع المهمة التي حظيت باهتمام الباحثين في مجال التربية ، علم النفس، وقد اختلفت الآراء في اعطاء تعريف شامل لهذا المفهوم في التعليم تبعاً للمدارس التربوية المتعددة الموجودة، وقد وضعت تعريفات متعددة من قبل الاساتذة والمربين الذين يعتمدوا على خبراتهم وتجاربهم فهناك من يرى في التعلم الذاتي بانه عملية قائمة على اساس استقلالية الطالب عن بقية الطلبة اما دور المدرس فهو المرشد او الاداري اذ تكون وظيفته الاشراف على الطلبة واعطائهم التغذية الراجعة والتقويم وتحديد عملية التقدم في الاعمال وتوجيهات العمل.

وهناك من عرفه بانه العملية التي يقوم بها المتعلمون بتعليم انفسهم بأنفسهم مستخدمين اشكال التعليم او أي مواد اخرى او مصادر تعلم ذاتية لتحقيق اهداف واضحة من دون عون مباشر من المعلم .(عواد : ٢٠٠٠، ٢٧٧).

وكذلك عرف على انه تعليم الفرد نفسه بنفسه من خلال لبرامج والتقنيات المتوفرة في بيئته لإكساب المعلومات والمهارات (عبد الرحمن : ٢٠٠٠، ١٢).

يتضح من خلال التعاريف الخاصة بالتعلم الذاتي بان الفلسفة السائدة للتربية تضع الطالب ونموه المتكامل في اول اهدافها، ولذلك يجب ان ينظر الى الطالب مستقلاً عن بقية الطلبة في الصف من خلال اعتماده على نفسه وقدرته على اتخاذ القرار مستخدماً مصادر متعددة تساعده في جمع المعلومات والبدء بالتفكير حول طرائق الاستجابة ليحقق مستوى أفضل للارتقاء بالتعلم الحركي.

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الرابع والعشرون– آب ٢٠٢٣–محرم ١٤٤٥
ISSN-2536-0027

ان استراتيجية التعلم الذاتي باعتمادها على التقويم. فالطالب يتوقع ان يحقق محك العمل قبل ان ينتقل الى مهارة جديدة ولان المدرس يجب ان يحكم على مستوى التمكن بنفسه.

فهو بذلك يقضي مدة من الوقت في التقويم. والمدرس الذي يخصص وقتاً معيناً اثناء الدرس لمتابعة تقدم طلبة، يكون المدرس أكثر نجاحاً في انجاز ادواره التي تساعده في "توفير البيئة الملائمة بالوسائل اللازمة لكي يستطيعوا الطلبة اتمام تعيناتهم، والتقويم هنا يفضل ان يكون على اساس محكي وليس معياري وتحدد الدرجة وفق التعينات او العقود التي تعطى للطالب".

المبحث الثالث: مفهوم التغذية الراجعة:

للتغذية الراجعة دور ومهم وإيجابي في تطوير العملية التعليمية والتدريبية وتحسينها، فهي تساعد المتعلم بالتعرف على مستواه الحقيقي، وفي الوقت نفسه تعطيه مؤشراً حقيقيا عن مستواه ومدى تقدمه من خلال المحفزات التي يعطيها له المدرب والتي تساعده أيضا في التعرف على نوعية الأخطاء المرتكبة أثناء التمرين أو المنافسة أو بعدها وطبيعة هذه الأخطاء، فلها الدور الرئيس في مساعدة المتدرب او المتعلم بتجنب الشعور بالإحباط والفشل الذي قد يصيبه نتيجة الأداء الخاطئ، اذ تكون التغذية الراجعة حافزاً له نحو الأفضل.

بدأ الباحثون بدراسة مفهوم التغذية الراجعة تحت مصطلح علم النفس السب رنتيك، في الأعوام الأخيرة وعدت من أكبر المتغيرات العلمية أهمية في تحقيق التعلم والأداء الصحيح، واعطي لمفهوم التغذية الراجعة مكانة علمية بوصفها أعظم ما يعتمد عليها في وضع المقاييس والاختبارات النفسية والعقلية، وعد مفهومها أفضل متغير ينفرد دون غيره في السيطرة على اكتساب المهارات. وتم استخدام التغذية الراجعة منذ بداية تعليم المهارات الحركية اذ ان معرفة النتائج الحركية ضرورية جداً من بداية التعلم وخاصة تلك المهارات التي تواجه عوائق أمام تعلمها مثل السباحة ، فان المبتدئ عندما يعرف كيف أدى الحركة سواء كانت حركة (ذراعيه او رجليه او وضع جسمه ككل) عندما تكون الحركة خاطئة يعمل على تصحيحها بعد الإيعاز له من قبل المدرب وإذا كانت الحركة صحيحة فيعمل على تكرارها مما يؤدي الى ثباتها ، فان المتعلم الذي يعرف مدى تقدمة ونجاحه في أدائه للحركة سيكون أسرع في التعلم من الشخص الذي يتدرب دون معرفة نتائج عمله. (ناهدة: ٢٠٠٥ ، ١٢).

وعرفها (وجيه محجوب٢٠٠١) بأنها " معلومات خارجية أو حسية تدخل خلال الاستجابة أو بعدها لأجل تحسين الإنجاز وتصحيح المعلومات عن خط سير الحركة وهي عملية تسهيل التعلم والتدريب الرياضي " (وجيه محجوب: ٢٠٠٥ ، ٨٥).

ويعرفها الباحث على إنها: معلُومة أوعده معلومات إيجابية للمتعلم من مصدر أو عدة مصادر داخلية أو خارجية تُعلم المُتعلم عن النتيجة أو عن كيفية الأداء، أثناء أو بعد الاستجابة، تُعزز وتدفع وتوجه المتعلل نحو الأداء الأفضل **الفصل الأول**

الإطار المنهجي للدراسة

تمهيد:

تكون هذا من الإطار العملي وإجراءات والذي تمثل بمنهج الدراسة المستعمل ومجتمع وعينة البحث وكيفية اختيارها واستخدام الوسائل والأدوات المناسبة للبحث ثم قام الباحث بتطبيق الاختبارات وتطبيق التمرينات وفق أسلوب التعلم الذاتي والاختبارات البعدية وتم استعمال الحقيبة الاجتماعية الإحصائية Spas من اجل استخراج نتائجه.

أولا: منهج الدراسة:

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الرابع والعشرون– آب ٢٠٢٣–محرم ١٤٤٥
ISSN-2536-0027

أن كافة البحوث والدراسات لجئت في حل مشاكلها إلى اختيار منهج يتلاءم مع طبيعة المشكلة، وعليه استعمل الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة، لأنه مناسب مع طبيعة اهداف البحث، وبالنظر لإنصاف البحث التجريبي بالضبط والتحكم في المتغيرات المدروسة باذ يحدث في أحدها تغيرا مقصودا ويتحكم في متغيرات اخرى، إذ إن المنهج التجريبي يعطي نتائج حقيقية ملموسة عن تأثير الاستراتيجيات والطرائق والاساليب التعليمية ، وان ما يميز النشاط العلمي الدقيق هو استعمال التجربة، اذ يتميز المنهج التجريبي من غيره من المناهج العلمية "بقدرته على التحكم والضبط في مختلف العوامل التي يمكن أن تؤثر في السلوك المدروس ، كما انه يتيح للباحث الكشف عن الأسباب والنتائج".
(إبراهيم عبد الخالق:٢٠٠١، ١٤٨)

ثانيا: المجتمع وعينة الدراسة:

ان عملية اختيار العينة من الخطوات الرئيسية لجمع البيانات والمعلومات لحل مشكلة البحث، وكثيرا ما يلجأ الباحث الى تحديد مجتمع بحثه بناءً على الظاهرة او المشكلة التي يختارها، أي "ان يختار الباحث عينة يرى انها تمثل المجتمع الاصلي الذي يقوم بدراستها تمثيلاً صادقا"(محسن وسلمان :٢٠١٣ ، ٣٤).
وتقصد الباحث اختيار طلبة المرحلة المتوسطة في متوسطة الاماني للبنين (٢٠٢٢-٢٠٢٣) والبالغ عددهم ١٨٤ وقام باختيار طلبة الصف الثاني متوسطة عن أسلوب القرعة وفق الطريقة العشوائية من شعبة (د) لتكون المجموعة الضابطة وشعبة (ب) لتكون المجموعة التجريبية.
من المعروف ان ادوات البحث هي "الوسائل التي يستطيع الباحث بها جمع البيانات وحل مشكلته لتحقيق اهداف البحث لذلك فقد قام الباحث بجمع البيانات عن طريق الوسائل الاتية: -

ثالثاً: وسائل جمع البيانات

* مقابلات شخصية مع الخبراء والمختصين.
* المصادر العربية والاجنبية.
* شبكة المعلومات الدولية (الأنترنت).
* الاختبارات والمقاييس.
* الملاحظة والتجريب.

– الادوات والاجهزة المستخدمة:

لغرض تحقيق إجراءات البحث الميدانية، فقد تم الاستعانة بالأدوات والاجهزة الاتية:

- حوض سباحة بطول (٥٠) م.
- حبال تحديد المجالات عدد (٢) بطول (٥٠) م لتحديد مجال السباحة.
- علامات فسفورية لتحديد المسافات عدد (٣) لتحديد مراحل السباق.
- شريط قياس.
- *آلة تصوير من نوع (Sony ١٧٥) احترافية فولHD عدد (٢).
- *حامل ثلاثي للكاميرا عدد (١)
- كاميرا من نوع (Sony HX ٢٠٠) بدقة ١٨.٢ ميجا بكسل عدد (١).
- أقراص CD نوع (Prince).
- حاسبة يدوية علمية من نوع (Sony).
- ساعات توقيت يدوية نوع (maritime) عدد (٨).

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الرابع والعشرون– آب ٢٠٢٣–محرم ١٤٤٥
ISSN-2536-0027

- صافره نوع FOX عدد (٢).
- حاسبة لابتوب من نوع (hp pavilion g٦) عدد (١).

- **الفصل الثاني**
- **نتائج الدراسة وتفسيرها**
- **تمهيد:**
- قام الباحث في هذا الفصل بعرض النتائج النهائية للدراسة وتفسيرها من خلال عرضها على شكل جداول ورسوم بيانية وتحليلها ومناقشتها معززاً ذلك بالمصادر العلمية.
- **أولا: عرض نتائج مستوى الأداء في الاختبارات القبلية والبعدية (المعالم الإحصائية) لمجاميع البحث**
- يتبين لنا الجدول (٤) نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمستوى أداء مجاميع البحث في حركات الذراعين والرجلين والتنفس والتوافق والسباحة لمسافة ١٥ متر.
- **الجدول (٤)**
- **يبين المعالم الإحصائية للاختبارات القبلية والبعدية لمجاميع البحث**

المجموعة	الحركات	القبلي		البعدي	
		س-	± ع	س-	± ع
المجموعة ١	الذراعين	١.٣١	٠.٣٧	٣.٢٥	٠.٦٥
	الرجلين	١.٥٩	٠.٢٦	٣.٤٦	٠.٣٨
	التنفس	١.٥٨	٠.٣٥	٣.٥٣	٠.٦٣
	سباحة ١٥م	١.٧١	٠.٢٠	٣.٦٨	٠.٤٣
المجموعة ٢	الذراعين	١.٣٧	٠.٢٩	٣.١٨	٠.٤١
	الرجلين	١.٣٧	٠.٣٥	٣.١٥	٠.٤٨
	التنفس	١.٣١	٠.٣٢	٢.٩٣	٠.٣٧
	سباحة ١٥م	١.٤٦	٠.٣٣	٣.٤٠	٠.٣٧
المجموعة ٣	الذراعين	١. ٦٢	٠. ٢٦	٣. ٥٩	٠. ٤٩
	الرجلين	١. ٦٥	٠. ٢٧	٣. ٥٩	٠. ٥١
	التنفس	١. ٥٩	٠. ٣٣	٣. ٦٢	٠. ٥٣
	سباحة ١٥م	١. ٧٥	٠. ٢٦	٣. ٨٤	٠. ٥١

- نلاحظ من الجدول أعلاه إن قيم الأوساط الحسابية في مستوى أداء حركات أجزاء الجسم أثناء السباحة لمسافة ١٥ متر في الاختبارات القبلية كانت جميعها اقل من قيم الأوساط الحسابية لنفس الحركات في الاختبارات البعدية لمجاميع البحث الثلاث. اذ يظهر ان الوسط الحسابي لمستوى أداء حركات الذراعين كان للمجموعة الاولى (١.٣١) بانحراف معياري (٠.٣٧) وللمجموعة الثانية (١.٣٧) بانحراف معياري (٠.٢٩) وللمجوعة الثالثة (١.٦٢) بانحراف معياري (٠.٢٦).

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الرابع والعشرون– آب ٢٠٢٣–محرم ١٤٤٥
ISSN-2536-0027

- بينما بلغ الوسط الحسابي لمستوى أداء حركات الذراعين في الاختبارات البعدية لنفس المجاميع على التوالي (٣.٢٥) بانحراف معياري (٠.٦٥) و(١٨.٣) بانحراف معياري (٠.٤١) و(٣.٥٩) بانحراف معياري (٠.٤٩).
- ونلاحظ أيضا إن الوسط الحسابي لمستوى أداء حركات الرجلين في الاختبارات القبلية كان للمجموعة الأولى (١.٥٩) بانحراف معياري (٠.٢٦) وللمجموعة الثانية (١.٣٧) بانحراف معياري (٣٥.٠) وللمجموعة الثالثة (١.٦٥) بانحراف معياري (٠.٢٦)، بينما بلغت قيم الأوساط الحسابية لمستوى أداء الرجلين في الاختبارات البعدية للمجاميع الثلاث على التوالي (٣.٤٦) بانحراف معياري (٠.٣٨) و (٣.١٥) بانحراف معياري (٠.٤٨) و(٣.٥٩) بانحراف معياري (٠.٥١).
- اما الأوساط الحسابية لمستوى اداء ميكانيكية التنفس والتوافق في الاختبارات القبلية لمجاميع البحث فكان الوسط الحسابي للمجموعة الأولى (١.٥٩) بانحراف معياري (٠.٣٥) وللمجموعة الثانية (١.٣١) بانحراف معياري (٠.٣٢) وللمجموعة الثالثة (١.٥٩) بانحراف معياري (٠.٣٣). وكانت قيم الأوساط الحسابية للمجموعة الأولى والثانية والثالثة لنفس مستوى الأداء في الاختبارات البعدية على التوالي (٣.٥٣) بانحراف معياري (٠.٦٣) و(٢.٩٣) بانحراف معياري (٠.٣٧) و(٣.٦٢) بانحراف معياري (٠.٥٣).
- ويلاحظ أيضا إن هناك فرق في قيمة الأوساط الحسابية لمستوى اداء السباحة لمسافة ١٥ متر بشكل عام بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجاميع الثلاث اذ كان الوسط الحسابي للمجموعة الأولى (١.٧١) بانحراف معياري (٠.٢٠) وللمجموعة الثانية (١.٤٦) بانحراف معياري (٠.٣٣) وللمجموعة الثالثة (١.٧٥) بانحراف معياري (٠.٢٦). وبلغ الوسط الحسابي في القياس البعدي لنفس مستوى الأداء للمجاميع ذاتها على التوالي (٣.٦٨) بانحراف معياري (٠.٤٣) و(٣.٤٠) بانحراف معياري (٠.٣٧) و (٣.٨٤) بانحراف معياري (٠.٥١).
- يلاحظ بشكل عام ان جميع الأوساط الحسابية لمستويات الأداء الخاصة بحركات الذراعين أثناء السباحة وكذلك حركات الرجلين وميكانيكية التنفس والتوافق أثناء السباحة ودرجة الأداء الكلية للسباح أثناء استمراره بالسباحة قد تطورت في الاختبارات البعدية اذ كان هذا التطور بنسب متفاوتة، ألا انه لا يمكن من معرفة مدى هذا التفاوت إلا باستخدام الطرق الإحصائية الملائمة لكي نتمكن من الحكم على هذا التفاوت ان كان معنوي او غير معنوي بين هذه الأوساط. وحسب ما سيتطرق إليه الباحث.

استنتاجات الدراسة:

١- ان لأسلوب التعلم الذاتي دور كبير في عملية تعلم المهارات بالإضافة الى المنهج المعتمد لطلاب المرحلة المتوسطة في مهارة السباحة الحرة.
٢- ان لاستخدام الاستراتيجية المتبعة في التدريس تأثيراً فعالاً في اكتساب تعلم اداء مهارة السباحة الحرة.
٣- ان اسلوب التعلم الذاتي ساعد على زيادة مستوى الاداء الفني لتعلم مهارة السباحة الحرة.
٤- إن طرق التكرارات النسبية والكلية كانت مؤثرة في تطور حركات المتعلمين (أفراد عينة البحث) بشكل متساوي، ولأهمية هذه الحركات وأثرها الرئيسي في السباحة الحرة.

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الرابع والعشرون– آب ٢٠٢٣–محرم ١٤٤٥
ISSN-2536-0027

٥- ساعد اسلوب التعلم الذاتي في تحسين مستوى التعلم من خلال معالجة الاخطاء اول بأول وتوفير التغذية الراجعة في تسهيل عملية التعلم أفضل من باقي الأساليب.

توصيات الدراسة:

١- الإفادة من برامج التعلم في تعليم طلبة المراحل والصفوف الاخرى لمهارة السباحة الحرة.
٢- ضرورة استخدام التكرارات المناسبة ونوع المهارة والحركات الرياضية بما يخدم تطور هذه الحركات والمهارات في رياضة السباحة الحرة.
٣- التأكيد على استخدام اسلوب التعلم الذاتي في تعليم مهارة السباحة الحرة.
٤- ضرورة المام مدرسي التربية البدنية وعلوم الرياضية لأكثر من استراتيجية تدريسي، وأسلوب تعليمي في الموقف التعليمي المناسب.
٥- ضرورة استعمال الوسائل التعليمية (الادوات المساعدة) في الوحدات التعليمية لأنها تعمل على تقليل الجهد والوقت بالنسبة للمتعلم والمُدرس فضلاً عن انها تعد وسيلة فعالة ومشوقة وتحقق مبدأ السرعة في التعلم وابعاد الملل عن المتعلم.
٦- التأكيد على عمل دراسات متقاربة ومتشابهة لطريقة الأسلوب الذاتي في رياضات أخرى.

خاتمة الدراسة:

ان ما توصلنا اليه في دراستنا من خلال إجراءات البحث والتي من خلالها تم التعرف على دور أسلوب التعلم الذاتي في تعليم مهارة السباحة الحرة، واشتملت هذه الدراسة إلى قسمين الاول الذي شمل على الجوانب النظرية واهتم فيها بعرض أشكالية الدراسة وتساؤلاتها وأهدافها واهميتها والاطر ومصطلحاتها، والفصل الثاني تمثل بالإطار النظري الذي تضمن اولا أسلوب التعلم الذاتي ومفهومه وانواعه وحرص الباحث بعدها الى استعراض للدراسات التي سبقته.

اما الجزء الثاني من دراسته حرص الباحث على عرض الإجراءات الميدانية وحسب المنهجية البحثية ومن ثم عرض النتائج وتفسيرها وفي ختام الدراسة استنتج الباحث ان لأسلوب التعلم الذاتي دورا كبيرا في تعلم فعالية السباحة الحرة لطلبة المرحلة المتوسطة.

المصادر العربية:

- **القران الكريم.**

١. إبراهيم عبد الخالق: التصاميم التجريبية في الدراسات النفسية والتربوية، دار عمار للنشر، عمان، ٢٠٠١.
٢. الاتحاد الدولي للسباحة، القانون الدولي لسباحة الهواة، ترجمة اللجنة الأولمبية الوطنية ال عراقية٢٠٠٠.
٣. بلال جاسم القيسي. تأثير استخدام سلوبي التعلم التبادلي والتنافسي المقارن في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة السلة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٣.
٤. جاسم محمد عبد الله الدليمي؛ طريقة الإدخال (التضمين) وتأثيرها في بعض مكونات اللياقة البدنية، رسالة الماجستير / كلية التربية الرياضية، الجامعة المستنصرية، ٢٠٠٥.
٥. سامي محمد ملحم. التعلم والتعليم، الأسس النظرية والتطبيقية، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، الأردن: ٢٠٠١.

ISSN–2536–0027

المصادر الأجنبية:

- Dennis G fair all, (١٩٩٧) the effect attribution Athletes costing method cool field experiment international society of sport psychology, ١x way congress sport psychology.
- Rink. J .E. Werner & .M.Sc.: Teaching physical Education for Learning. U.S.A.st Louis C.V.Mosbyco .Inc. ١٩٨٥ . P : ٢٤١
- Sullivan, J.& Hodge, K.P: Survey of coaches and athletes about sport psychology in New Zealand, The sport psychologist. ١٩٩١, p١٤٠.