



## فاعلية استراتيجيات الأمواج المتداخلة في تعلم بعض المهارات الأساسية بالسباحة الحرة لطلبة الكلية

لقاء عبد المطلب خليل،<sup>2</sup>براء طارق حمدون

<sup>21</sup>كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة الموصل، العراق

dr.liqaa@uomosul.edu.iq , Baraa.aljwaye@uomosul.edu.iq

### الخلاصة

هدفت الدراسة الى اعداد وحدات تعليمية باستعمال استراتيجيات الأمواج المتداخلة في تعليم بعض المهارات الاساسية بالسباحة، والتعرف على اثر الوحدات التعليمية المعدة في تعليم بعض المهارات الاساسية بالسباحة لدى عينة البحث. اختار الباحثان مجتمع بحثه من طلاب المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل والبالغ عددهم (351) طالباً للعام 2023 – 2024 ، اما فيما يخص عينة البحث التي تم اختيارها بطريقة عشوائية من مجتمع البحث فقد بلغت (66) طالب من طلبة المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، قسمت على مجموعتين بالتساوي، المجموعة التجريبية (30) طالب والمجموعة الضابطة (30) طالب ، وتم استبعاد (6) طلاب لإجراء التجارب الاستطلاعية للبحث من نفس مجتمع البحث وبعدها تم تصميم وحدات تعليمية وفقا لاستراتيجيات الأمواج المتداخلة وطبقت التجربة لمدة (4) اسابيع بواقع وحدة تعليمية في الاسبوع زمنها 90 دقيقة ولمدة شهر وتم اجراء الاختبار البعدي واستخدم الباحث الحقيقية الاحصائية للوصول الى النتائج ، وقد توصل البحث الى الاستنتاجات التالية ، تفوق افراد المجموعة التجريبية التي استعملت استراتيجيات الأمواج المتداخلة في تعلم بعض المهارات الاساسية بالسباحة (كتم النفس ، قدرة الطفو ، الانسياب الامامي) ، ان منهج الأمواج المتداخلة كان سببا في التغلب على عامل الخوف من المحيط المائي من خلال خلق جو من الفرح والسرور والإثارة والتناسف ، بناءً على الاستنتاجات التي توصل اليها الباحثان يوصان الى التأكيد على استخدام استراتيجيات الأمواج المتداخلة لتعلم المهارات الاساسية بالسباحة (كتم النفس ، قدرة الطفو ، الانسياب الامامي) ، الاستفادة من أسلوب المجموعات التعاونية في الجهد المبذول في العملية التعليمية .

**الكلمات المفتاحية :** استراتيجيات الأمواج المتداخلة ، المهارات الاساسية بالسباحة

# The effectiveness of the overlapping waves strategy in learning some basic freestyle swimming skills for college students

LIQAA ABD ALMUTALEB , BARAA TAREQ HAMDOON  
[dr.liqaa@uomosul.edu.iq](mailto:dr.liqaa@uomosul.edu.iq) , [Baraa.aljwaye@uomosul.edu.iq](mailto:Baraa.aljwaye@uomosul.edu.iq)

## Abstract

The study aimed to prepare educational units using the overlapping waves strategy in teaching some basic swimming skills, and to identify the effect of the prepared educational units in teaching some basic swimming skills to the research sample. The researchers chose their research community from the first-year students at the College of Physical Soil and Sports Sciences/University of Mosul, who numbered (351) students for the year 2024-2023. As for the research sample that was chosen randomly from the research community, it amounted to (66) students from the first stage. The first was in the College of Physical Education and Sports Sciences, divided equally into two groups, the experimental group (30) students and the control group (30) students, and (6) students were excluded to conduct exploratory experiments for the research from the same research community. After that, educational units were designed according to the overlapping waves strategy and applied. The experiment lasted for (4) weeks, with an educational unit per week lasting 90minutes for a period of one month. The post-test was conducted and the researcher used the statistical package to reach the results. The research reached the following conclusions: The members of the experimental group that used the overlapping waves strategy excelled in learning some basic swimming skills. (breath suppression, buoyancy ability, forward flow). The overlapping waves approach was a reason for overcoming the fear factor of the aquatic ocean by creating an atmosphere of joy, pleasure, excitement, and competition. Based on the conclusions reached by the researchers, they recommend emphasizing the use of the overlapping waves strategy. To learn basic swimming skills (holding breath, buoyancy ability, forward flow), benefiting from the method of cooperative groups in the effort expended in the educational process.

## الفصل الاول

### 1- التعريف بالبحث

#### 1-1 مقدمة وأهمية البحث

إن الفكرة الجوهرية في التعلم تعتمد على القابلية ومدى الاستعداد ومقدار الوقت اللازم الذي يحتاجه المتعلمين ، إذ يعتبر المتعلم هو محور العملية التعليمية ، وتنمية قدراته وقابلياته وإمكاناته هي الغاية الأولى والأخيرة في هذه العملية والتي تتطلب الاهتمام الشامل والدقيق في توافر مواقف تعليمية متنوعة تخدم عملية التعلم وتوافر فرص لتحقيق الأداء الأمثل للمهارات الرياضية

المختلفة والتي تعكس قدرة المتعلم على فهم أجزاء المهارة أو الحركة ومكوناتها .

وهناك العديد من الاستراتيجيات التعليمية التي استعملت في تعلم المهارات الأساسية وما زالت تستعمل ، إذ تباينت فيها نسبة النجاح في الأداء المهاري والبدني ، لذا سعى الخبراء والباحثون إلى إيجاد أساليب تخدم الألعاب والفعاليات الرياضية كافة ، بما يتلاءم مع قابليات الأفراد المتعلمين وإمكانياتهم .

وان استراتيجيات التدريس التي يستخدمها المدرس تعد بمثابة تنظيم الموقف التعليمي وتوجيهه من أجل تحقيق الأهداف التعليمية بأقل وقت وجهد ، ولقد تطورت إستراتيجيات التدريس وأساليبه والتي من ضمنها استراتيجيات الأمواج المتداخلة التي تجعل من المتعلم فعالاً ومشاركاً وإيجابياً، إذ تستند على الجوانب المعرفية في تعلم المتعلم والطريقة التي يفكر فيها وتركز هذه الاستراتيجية على العمليات العقلية ومخاطبتها حيث تجعل المتعلم يستعمل عدداً من المعلومات والمعارف وعمليات تفكير تأتي جميعها في ضفيرة واحدة من خلالها يتوصل المتعلم إلى عدد من الحلول للمشاكل التعليمية التي تواجهه ، أو العمل على إكمال صورة معرفية تحتاج إلى بعض المعلومات لتكون بشكل كامل .

ان تعليم المهارات الأساسية في السباحة يبدأ عن طريق واحد وهو تعلم المبادئ والمهارات الأساسية وإتقانها لهذا أصبحت شأنها شأن كل الألعاب والفعاليات التي لا بد ان تمر عبر متغيرات مستقلة في محيط ادائها لذا فإن اختيار الطريقة او الاسلوب المناسب الذي يحقق الهدف بأقل وقت وجهد من الامور الأساسية التي أصبح لزاماً على المدربين والمدرسين استخدامها وتنظيم جدولها اساليب التعليم واختيار افضلها بما يتناسب ونوع المهارة والفعالية ومحيط ادائها فضلاً عن العمل على زيادة دافعية المتعلمين نحو التعلم .

وتكمن أهمية البحث في إستعمال إستراتيجية حديثة تواكب التطورات في مجال التدريس والتعليم والتي تجعل من المتعلم إيجابياً وناشطاً في عملية التعلم وكذلك تساعدهم على تنمية التفكير لديهم ليكونوا قادرين على حل المشكلات التي تواجههم ، فضلاً عن مساعدة القائمين بالعملية التعليمية من مدرسين ومعلمين في نقل مختلف المهام أو الواجبات التعليمية وتوصيلها إلى المتعلمين حتى يتمكنوا من اكتساب الأداء الفني للمهارات الأساسية بالسباحة الحرة لطلبة المتعلمين المطلوب تعلمها وإتقانها ، والتي قد تساعدهم على التفاعل بإيجابية مع البيئة التعليمية ومراعاة الفروق الفردية والإستجابة للمتطلبات الخاصة بالمهارات المطلوب تعلمها.

### 2-1-مشكلة البحث

هنالك جهود كثيرة تُبذل من قبل التربويين والباحثين والمدربين من اجل رفع مستوى المتعلمين والرياضيين والذي يهدف بهم الى الوصول الى نتائج ايجابية في عملية التعليم والتعلم , فظهرت تطورات عدة في انظمة طرائق التدريس واساليب التعلم للتخلص من النمط التقليدي في التعلم مما ادى الى اعادة النظر لبعض الاستراتيجيات والاساليب التقليدية واختيار الاستراتيجيات الملائمة لصف المهارات المراد تعلمها والتدرج في تعليمها والغرض منها تسهيل عملية التعلم واثرها في تعلم بعض المهارات الأساسية بالسباحة الحرة .

لذا ومن خلال ملاحظة ومتابعة الباحثان للوحدات التعليمية والتدريبية ومقابلاته مع الخبراء والمدربين وجد أن هناك ضعفاً في تعلم بعض المهارات الأساسية بالسباحة , يعود ذلك إلى قلة استخدام استراتيجيات حديثة تلائم مع أعمار المتعلمين , ومن هذا المنطلق سعى الباحث إلى ادخال استراتيجيات الأمواج المتداخلة و معرفة فاعلية الاستراتيجيات على تعلم بعض المهارات الأساسية بالسباحة الحرة للطلبة المتعلمين .

### 3-1 هدف البحث

1. التعرف على تأثير إستراتيجية الأمواج المتداخلة في تعلم بعض المهارات الأساسية بالسباحة الحرة للطلبة المرحلة الاولى .

2. التعرف على أفضلية التأثير ما بين إستراتيجية الأمواج المتداخلة والاسلوب المتبع من قبل المدرس في تعلم بعض المهارات الاساسية بالسباحة الحرة لطلبة المرحلة الاولى بين المجموعتين الضابطة والتجريبية .

#### 4-1 فرضا البحث

1. لاستراتيجية الأمواج المتداخلة تأثيراً ايجابياً في تعلم بعض المهارات الاساسية بالسباحة الحرة لطلبة المرحلة الاولى.
2. هناك افضلية في التأثير لاستراتيجية الأمواج المتداخلة في بعض المهارات الاساسية بالسباحة الحرة لطلبة المرحلة الاولى على الأسلوب المتبع من قبل المدرس .

#### 5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال الزمني : للفترة من 28 / 1 / 2024 الى 28 / 2 / 2024
- 2-5-1 المجال البشري : طلبة المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
- 3-5-1 المجال المكاني : مسبح جامعة الموصل
- 6-1 تحديد المصطلحات

- استراتيجية الامواج المتداخلة : وهي من الإستراتيجيات المعرفية المنبثقة من النظرية المعرفية هي إستراتيجية الأمواج المتداخلة (Overlapping Waves Strategy) والتي تجعل المتعلم فعالاً ومشاركاً ايجابياً، تستند على مبادئ النظرية المعرفية في تعلم المتعلم والطريقة التي يفكر فيها وتركز هذه الإستراتيجية على العمليات العقلية ومخاطبتها ، ويرى زيجلير صاحب هذه الإستراتيجية على أنّ المتعلم يستعمل عدداً من المعلومات والمعارف وعمليات تفكير جميعها في ضفيرة واحدة من خلالها يتوصل المتعلم إلى عدد من الحلول للمشاكل التعليمية التي تواجهه أو العمل على إكمال صورة معرفية تحتاج إلى بعض المعلومات لتكون بشكل كامل. (يوسف قطامي , 2013 , 601)

### الفصل الثالث

#### 2 – منهج البحث والاجراءات الميدانية

##### 1-2 منهج البحث

استخدم الباحثان المنهج التجريبي وبتصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الإختبار القبلي والبعدي لملائمته لحل مشكلة البحث والتجريب .

##### 2-2 مجتمع وعينة البحث

اختر الباحثان مجتمع بحثه من طلاب المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل والبالغ عددهم (351) طالباً للعام 2023 – 2024 ، اما فيما يخص عينة البحث التي تم اختيارها بطريقة عشوائية من مجتمع البحث فقد بلغت (66) طالب من طلبة المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، قسمت على مجموعتين بالتساوي، المجموعة التجريبية (30) طالب والمجموعة الضابطة (30) طالب ، وتم استبعاد (6) طلاب لإجراء التجارب الاستطلاعية للبحث من نفس مجتمع البحث .

1-2-2 تكافؤ عينة البحث : لكي يتمكن الباحث من أن يعزو ما يحدث من فروق في نتائج الاختبارات البعدية للمتغيرات قيد الدراسة الى تأثير العامل التجريبي ولكي يكون افراد العينة بخط شروع واحد , فقد لجأ الباحثان الى التحقق من تكافؤ المجموعتين وذلك باستخدام اختبار (t) للعينات المستقلة وكما موضح في الجدول (1) .

جدول (1)  
يبين تكافؤ العينة

نوع الدلالة	مستوى دلالة الاختبار Sig	قيمة (ت) المحسوبة	القبلي (تجريبية)		القبلي (ضابطة)		وحدة القياس	المعلم الإحصائية المتغيرات المبحوثة
			ع±	س	ع±	س		
غير معنوي	0.061	1.022	1.417	3.94	1.430	4.17	ثانية	اختبار كتم النفس
غير معنوي	0.072	0.661	1.711	4.33	1.612	4.82	ثانية	اختبار قدرة الطفو
غير معنوي	0.052	1.001	1.122	2.18	1.756	1.82	متر	اختبار الانسياب الامامي

### 2-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

#### 1-3-2 وسائل جمع البيانات

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية .
- المقابلات الشخصية .
- الاختبارات والقياسات .
- استمارات خاصة لتسجيل نتائج الاختبارات للطلاب .

#### 2-3-2 الأدوات والأجهزة المستخدمة:

- حاسبة الكترونية (لاب توب) عدد (1).
- ساعة إيقاف الكترونية نوع عدد (2).
- مصطبة سحب .
- حبال مطاطية
- ألواح طفو
- صفارة عدد (1)
- استمارات تسجيل نتائج الاختبارات.

#### 2-4 إجراءات البحث الميدانية

##### 1-4-2 وصف الاختبارات

أولاً / اختبار مهارة كتم النفس لمدة ١٠ ثا : (اسامة كامل , 1998 , 271 )

الغرض من الاختبار : معرفة قدرة المتعلم على كتم النفس

شروط الاختبار : الوقوف داخل حوض السباحة يأخذ المتعلم شهيقا عميقا ثم يكتم النفس ، ويكون الرأس بالكامل في الماء .

الأدوات المستخدمة : حوض سباحة ، ساعة توقيت ، صافرة، استمارات تسجيل اقلام تسجيل

الاختبار : يبدأ قياس الاختبار عند سماع المتعلم صافرة البدء وأخذ وضع القرفصاء ، يحسب الوقت إلى حين نزول قدم المتعلم إلى قاع الحوض ويقاس الوقت بالثانية وأجزائها .

ثانياً / الهدف من الاختبار قياس قدرة المتعلم للطفو. (عمر عادل , 2004 , 66)

- مواصفات الأداء: يقف المتعلم داخل حوض السباحة عند بدايته ، وفي المنطقة الضحلة الجانبية للحوض ، وعند إعطاء إشارة البدء يقوم المتعلم بأخذ شهيق عميق وحصص الهواء في الرئة ثم الانحناء الى الامام والبقاء على وضع الطفو لأطول مدة ممكنة شرط وجود الوجه في الماء في الوضع الأفقي ثم الرجوع إلى الوضع الابتدائي (الوقوف).

- شروط الأداء : يؤدي المتعلم محاولتين ويؤخذ أفضلهما

- التسجيل: يكون التسجيل لأطول زمن ممكن بالثانية.

ثالثاً / اختبار الانسياب الامامي

- الهدف من الاختبار : إمكانية الانسياب لأطول مسافة ممكنة.

- مواصفات الأداء: يقف المتعلم داخل حوض السباحة عند بدايته، وفي المنطقة الضحلة الجانبية للحوض ، وعند إعطاء إشارة البدء يقوم المتعلم بأخذ شهيق عميق وإنزال الرأس في الماء، ثم دفع الجدار بالقدمين والانسياب لأطول مسافة ممكنة.

- شروط الأداء: يؤدي المتعلم محاولتين ويؤخذ أفضلهما

- التسجيل: يكون التسجيل لأطول مسافة ممكنة باستخدام شريط القياس.

## 2-4-2 التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية قبل المباشرة بالتجربة الأساسية من اجل معرفة أهم المعوقات والسلبيات لكي تتم معالجتها , وان الهدف من التجربة الاستطلاعية هو :-

1-معرفة مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث وقياس زمن ادائها .

2-التأكد من صلاحية المسبح والأدوات المستخدمة وملائمتها للاختبارات .

3-تهيئة فريق العمل المساعد , فضلاً عن تحديد الصعوبات التي قد تواجههم .

4-معرفة الصعوبات التي قد تواجه مجريات العمل ووضع انسب الحلول لها.

## 2-4-3 الاختبارات القبليّة:

أجرى الباحثان الاختبارات القبليّة يوم (الاحد) الموافق (2024/1/28) الساعة (12:00) على مسبح جامعة الموصل على مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) حسب المواصفات و شروط الأداء لكل اختبار.

## 2-4-4 خطوات اعداد وتنفيذ استراتيجيّة الامواج المتداخلة

تم البدء بتنفيذ عمل الاستراتيجية الامواج المتداخلة على عينة البحث في يوم الاثنين الموافق (2024/1/29) ، ولغاية يوم الاثنين الموافق (2024/2/27) ، وبواقع (1) وحدة بالأسبوع ولمدة 90دقيقة

1- المدة الزمنية لتنفيذ مفردات استراتيجية الأمواج المتداخلة (4)أسابيع.

2- عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع(1) وحدة.

3- العدد الكلي للوحدات(4) وحدات تعليمية.

4- زمن كل وحدة تعليمية (90) دقيقة.

5-إتبعّت المجموعة التجريبية إستراتيجية الأمواج المتداخلة لتعلم بعض المهارات الأساسية بالسباحة لطلبة المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لتعليم وسوف تتضمن هذه الاستراتيجية الآتي:-

أ-إستعمال مجموعات تعلم تعاونية .

ب- إستعمال الوسائل التعليمية والأدوات التدريبية والتمرينات الخاصة بالمهارات في أثناء الوحدات التعليمية .

6-إتبعّت المجموعة الضابطة الأسلوب التعليمي المتبع من قبل المدرب .

## 2-4-5 الاختبارات البعدية:

بعد الانتهاء من تنفيذ الوحدات بأسلوب الامواج المتداخلة تم اجراء الاختبارات البعدية على المجموعتين الضابطة والتجريبية يوم (الاثنين) الموافق 2024/2/28 الساعة 12:00 وفي نفس المكان وتحت نفس الظروف التي تم في ظلها إجراء القياس القبلي .

### 5-2 الوسائل الاحصائية:

استعان الباحث بالحقيقة الاحصائية (SPSS) لمعالجة واستخراج البيانات.

### 3- عرض ومناقشة النتائج

1-3 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة للمتغيرات المدروسة :

#### جدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للعينات المترابطة ومستوى دلالة الاختبار ومعنوية الفرق للاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة للمتغيرات المدروسة

نوع الدلالة	مستوى دلالة الاختبار Sig	قيمة (ت) المحسوبة	البعدي		القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات المدروسة
			ع±	س	ع±	س		
الدلالة معنوي	0.016	المحسوبة 2.922	1.417±ع	5.14س	1.430±ع	4.17س	الثانوية	اختبار كتم النفس
معنوي	0.005	3.061	0.911	6.25	1.612	4.82	ثانية	اختبار قدرة الطفو
معنوي معنوي	0.022 0.005	3.012 3.061	1.122 0.911	2.66 6.25	1.756 1.612	1.82 4.82	متر ثانية	اختبار الانسياب الامامي
معنوي	0.022	3.012	1.122	2.66	1.756	1.82	متر	اختبار الانسياب الامامي

2-3 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية للمتغيرات المدروسة :

جدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للعينات المترابطة ومستوى دلالة الاختبار ومعنوية الفرق للاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية للمتغيرات المبحوثة

نوع الدلالة	مستوى دلالة الاختبار Sig	قيمة (ت) المحسوبة	البعدية (تجريبية)		القبلي (ضابطة)		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات المبحوثة
			ع±	س	ع±	س		
معنوي	0.016	2.922	1.012	6.22	1.417	5.14	ثانية	اختبار كتم النفس
معنوي	0.005	3.061	0.855	7.34	0.911	6.25	ثانية	اختبار قدرة الطفو
معنوي	0.022	3.012	1.019	4.27	1.122	2.66	متر	اختبار الانسياب الامامي

3-3 عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية للمتغيرات المدروسة :

جدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للعينات المترابطة ومستوى دلالة الاختبار ومعنوية الفرق للاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة و التجريبية للمتغيرات المبحوثة

نوع الدلالة	مستوى دلالة الاختبار Sig	قيمة (ت) المحسوبة	البعدية		القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات المبحوثة
			ع±	س	ع±	س		
معنوي	0.006	3.521	1.012	6.22	1.417	3.94	ثانية	اختبار كتم النفس
معنوي	0.002	5.113	0.855	7.34	1.711	4.33	ثانية	اختبار قدرة الطفو
معنوي	0.001	4.011	1.019	4.27	1.122	2.18	متر	اختبار الانسياب الامامي



### 4-3 مناقشة النتائج

اظهرت النتائج التي " عرضت في الجدولين (2) و(3) لاختبار بعض المهارات لاساسية بالسباحة على وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدي ولصالح الاختبارات البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية , " ويعزو الباحثان سبب هذا الفرق المعنوي لأفراد المجموعة الضابطة الى تأثير المنهج التعليمي الاعتيادي الذي وضعه المدرب بالإضافة الى استمرار وانتظام اللاعبين في التعليم الذي كان له الدور الواضح في هذا التطور اذ يؤكد (سعد محسن) " آراء الخبراء مهما اختلفت منابع ثقافتهم العلمية والعملية ان البرنامج التعليمي يؤدي حتماً الى تطور الاداء ، إذا بني على أساس علمي في تنظيم عملية التعلم وبرمجته واستعمال التمرينات المناسبة والمتدرجة وملاحظة الفروق الفردية كذلك استعمال التكرارات المثلى وفترات الراحة البيئية المؤثرة وبإشراف مدربين متخصصين تحت ظروف تعليمية جيدة من حيث المكان والزمان والأدوات المستعملة . ( سعد محسن , 1996 , ص98)

كما واطهرت النتائج التي عرضت في الجدول (3) لاختبارات بعض المهارات الاساسية بالسباحة , على وجود فروق معنوية بين القياسات القبلية والبعدي ولصالح القياسات البعدي للمجموعة التجريبية , ويرجح الباحث ذلك إلى صالح استخدام استراتيجية الامواج المتداخلة وتطبيقها بالشكل الجيد والمطلوب ، لعمل هذه الاستراتيجية حيث ان المتعلم يستخدم فيها مجموعة من العمليات التي تتطلب الى التفكير لغرض الوصول الى حل للمشكلات التعليمية ويعتمد على فكرة تسمى المد والجزر في الامواج المعرفية المتداخلة حيث يكون المتعلم في هذه الاستراتيجية نشيطاً، ومن خلالها يكون هنالك رابطاً ما بين المعلومات التي تعلمها مسبقاً والمعلومات الجديدة ومن خلال الاسئلة التي يتم طرحها في بداية الوحدة التعليمية لمعرفة ما يوجد لدى المتعلم من معلومات ومفاهيم وخبرات سابقة ذات ارتباط بالمهارة التي يتم تعلمها بطريقة جديدة ، وهذا ما يتلائم مع طبيعة المهارات كونها مترابطة وذات مسارات حركية متشابهة نوعاً ما في ما يخص مهارات رياضة السباحة وهذا ما تم الحرص عليه بتطبيق الاستراتيجية خصوصاً بالتمرينات التي هدفت الى تحفيز المتعلمين وتشجيعهم للمشاركة الفعالة بالوحدة التعليمية مما يؤدي ثبات المعلومات الخاصة بهذه المهارات لدى المتعلمين .

كما يعزو الباحثان هذا التطور أيضاً الى عدد التكرارات المناسبة التي رافقت الوحدات التعليمية ، فضلا عن الاختيار الدقيق للتمرينات مع الأخذ بنظر الاعتبار ملائمتها لعينة البحث وما يتمتعون به من قابليات مع مراعاة تكرار التمارين بصورة مستمرة كذلك التدرج في مستوى الصعوبة والتي تضمن الأداء من قبل الجميع وكذلك ضرورة الاستفادة من الوسائل المساعدة والتي زادة من سرعة التعلم وبهذا تكون قد اتفقت مفردات البرنامج مع ما جاء به (مفتي إبراهيم ) بان اختيار " المدرب " لتمرينات صعبة سوف تزداد خبرة بعض اللاعبين " (مفتي إبراهيم , 2001 , 199 ) .

### 4- الاستنتاجات والتوصيات

#### 1-4 الاستنتاجات

- 1-تفوق افراد المجموعة التجريبية التي استعملت استراتيجية الامواج المتداخلة في تعلم بعض المهارات الاساسية بالسباحة (كتم النفس , قدرة الطفو , الانسياب الامامي)
- 2- ان منهج الامواج المتداخلة كان سببا في التغلب على عامل الخوف من المحيط المائي من خلال خلق جو من الفرح والسرور والإثارة والتنافس.
- 3- إن استعمال الوسائل المساعدة المناسبة لأعمار المتعلمين ساهم مساهمة ايجابية في تعلم بعض مهارات السباحة.

#### 2-4 التوصيات

- 1- التأكيد على استخدام استراتيجية الامواج المتداخلة لتعلم المهارات الاساسية بالسباحة (كتم النفس , قدرة الطفو , الانسياب الامامي) لطلبة المرحلة الاولى .
- 2-الاستفادة من أسلوب المجموعات التعاونية في الجهد المبذول في العملية التعليمية .
- 3- إجراء دراسة مشابهة لهذه الدراسة على فعاليات سباحة أخرى وكذلك على فئات عمرية أخرى.

### المصادر

- أسامة كامل راتب : تعليم السباحة ، القاهرة ، دار الفكر العربي للنشر ١٩٩٨
- سعد محسن اسماعيل : تأثير اساليب تدريبية لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب البعيد بالقفز عاليا في كرة اليد اطروحة دكتوراه - بغداد: ١٩٩٦ .
- عمر عادل سعيد : أثر استخدام أسلوب التعلم الإتقاني والتضمين على تعلم بعض أنواع السباحة الأولمبية، أطروحة دكتوراه. كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد، ٢٠٠٤ .
- مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث ، تخطيط وتطبيق وقيادة ، ط٢ ، القاهرة , دار الفكر العربي ، ٢٠٠١ .
- يوسف قطامي : استراتيجيات التعلم والتعليم المعرفية, ط1, دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة , عمان, الاردن، 2013 .