

---

---

بسم الله الرحمن الرحيم



جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

كلية الدراسات العليا

التربية البدنية والرياضة

بحث تكميلي مقدم لنيل درجة الماجستير في التربية البدنية والرياضة

بعنوان:

استخدام برنامج تعليمي محوسب وأثره في تعليم سباحة

الظهر لطالبات المستوى الثاني بكلية التربية البدنية والرياضة

Effect Of Using A Computerized Educational Program  
On Learning the Backstroke for the Second **Level**  
Female Students Of the College of Physical  
Education and Sport

اشرف-ف-

إعداد الباحثة:

السكتورية:

هنادي

نازك أحمد حسن أحمد

محمد عبيد أحمد

هـ-2012م 1433

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

قال تعالى : (( وَاللّٰهُ اَخْرَجَكُمْ مِّنْ بُطُوْنِ اُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُوْنَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْاَبْصَارَ وَالْاَفْئِدَةَ  
(( لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُوْنَ

## صدق الله العظيم-

سورة النحل : الآية - 78

إلى التي أضاءت لي الدرب وأعطتني القنديل

فأقسمت إن وهبتك حياتي فهذا قليل من كثير

أمي

إلى ذلك القابض على جمر الانتظار في جد

وكان عوناً وسنداً لي في حياتي أطال الله عمره

أبي

إلى من كانوا سبب سعادتي

إخواني

إلى أولئك الذين وقفوا شامخين يبذلون حياتهم

لأجلنا وكانوا النور الرسولي الذي يشع في

أساتذتي الأجلاء

إلى كل من وقف معي ووقفت الأوفياء

أصدقائي وزملائي

إلى أولئك الذين لم تغمض جفونهم لطلب العلم

((جاعلين نصب أعينهم قول الله تعالى ((اقرأ

طلاب العلم

أهدي ثمرة هذا الجهد

الحمد لله الواحد الأحد الفرد الصمد ، القائل في محكم تنزيله :

((رَبِّ أَوْزَعْنِي- أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي- أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحاً تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ)) (سورة النمل الآية 19)

ثم الصلاة والسلام على إمام المتقين- وأشرف خلق الله أجمعين، سيدنا محمد وعلى آله وأصحابه الغر الميامين ومن اتبعهم بإحسان إلى يوم الدين .

أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا التي أتاحت لي فرصة الدراسة، وكلية الدراسات العليا، وأخص بالشكر كلية التربية البدنية والرياضة التي أتاحت لي كل امكانياتها المادية لإنجاز هذه الدراسة، والشكر موصول إلى أستاذتي الفاضلة الدكتورة هنادي احمد عبيد المشرف الأكاديمي على هذه الدراسة لما قدمته لي من نصح وتوجيه وارشادات، والشكر أجزله إلى إدارة الكلية وعلى رأسها السيد عميد الكلية وأساتذتي الأفاضل الذين كانوا لي الشموع التي أنارت دربي .

كما أتقدم بوافر الشكر وعظيم الامتنان إلى أعضاء لجنة المناقشة الكرام :

الدكتور عبد الرحمن محمد أحمد عباس والدكتور حاكم يوسف الضو على تفضلهم بمناقشة هذه الرسالة لما سيكون لآرائهم أهمية في إثراء هذه الرسالة ، كما أخص بالشكر أفراد عينة الدراسة المتمثلة في طالبات المستوى الثاني كلية التربية البدنية والرياضة .

وأخيراً أتقدم بالشكر الجزيل لكل من أسهم وقدم لي يد المساعدة قبل  
وأثناء وبعد إجراءات الدراسة الميدانية، وإلى الذين وقفوا إلى جانبي  
وشجعوني وأسهموا في إخراج هذه الدراسة إلى حيز الوجود .

الباحثة

### خلاصة الدراسة- باللغة العربية-

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام الحاسوب على مستوى  
الأداء المهاري في تعلم سباحة الظهر لدى طالبات المستوى الثاني بكلية  
التربية البدنية والرياضة .

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة هذه الدراسة، وتم  
اختيار عينة عمدية من (40) طالبة من كلية التربية البدنية والرياضة  
المستوى الثاني المسجلين للفصل الأول للعام الدراسي- 2011-2012 مكونة  
من مجموعتين الأولى تجريبية وقوامها (20) طالبة طبق عليها البرنامج  
التعليمي المحوسب متضمنة صوراً ثابتة ومتحركة للمهارات قيد الدراسة،  
والثانية ضابطة بنفس العدد تم تعليمها المهارات من خلال البرنامج المعتاد  
بالكلية .

تم تطبيق البرنامج الذى استغرق مدة قدرها شهر ونصف بواقع يومين أسبوعياً لكل مجموعة ومن ثم تم إجراء القياسات .

وبعد جمع البيانات واستخدام المعالجات الإحصائية اللازمة المتمثلة فى المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط وقيمة (ت) ودلالاتها استنتجت الباحثة أن لاستخدام الحاسوب أثراً بالغاً فى تعلم سباحة الظهر حيث تبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى الأداء المهاري لسباحة الظهر لصالح المجموعة التجريبية .

وفى ضوء النتائج أوصت الباحثة بضرورة تزويد نتائج البحث لمعلمي التربية البدنية والرياضة وضرورة عقد دورات تدريبية متخصصة للمعلمين- والمدرسين فى مجال الحاسوب وتكنولوجيا التعليم ، والقيام بدراسات مشابهة ومقارنة وعمل دراسات وبرامج تعليمية وتدريبية محوسبة لطرق السباحة المختلفة والألعاب الرياضية الأخرى.

## **Abstract**

This study aimed to identify the impact of computer use at the level of performance skill to learn swimming back to the second level students female, Faculty of Physical Education and Sports.

Researcher used the DEMO for suitability to the nature of this study were selected sample intentional from (40) student from the Faculty of Physical Education and Sports, the second level registered for the first semester of the academic year 2011-2012 is composed of two groups the first experimental and strength (20) student has been in the application of educational program computerized and contained fixed and moving images of the skills under study, and the second officer was the same number of skills taught during the regular college program.

The program was implemented, which took a period of one month and a half days per week by each group and then the measurements.

After data collection and use of statistical treatments necessary of the means, standard deviations and correlation coefficient and the value of (v) and significance concluded researcher that the use of the computer have a dramatic impact on learning swimming back where it was found that there are significant differences between the experimental group and control group in performance skills for backstroke and in favor of the experimental group.

In light of the findings the researcher recommended the need to provide search results to teachers of physical education and sport and the need to hold specialized training courses for teachers and trainers in the field of computer and technology education, and to do similar surveys, collating, work studies and education and training programs computerized at various other sports.



## فهرس- المحتويات-

الصفحة	المحتوى-
أ	الآية
ب	الإهداء
ج	الشكر والعرفان
د	خلاصة البحث باللغة العربية
هـ	Abstract خلاصة البحث باللغة الإنجليزية
و-ل	قائمة الموضوعات
م	قائمة الجداول
ن	قائمة الأشكال
س	قائمة الملاحق
9-2	الفصل- الأول- : خطة البحث- /1
2-3	المقدمة
	1-1

3-4	مشكلة الدراسة	1-2
5	أهمية الدراسة	1-3
5	أهداف الدراسة	1-4
6	فروض الدراسة	1-5
6	حدود (مجالات) الدراسة	1-6
6	الحدود الزمانية	1-6-1
6	الحدود البشرية	1-6-2
6	الحدود المكانية	1-6-3
6	إجراءات الدراسة	1-7
6	منهج الدراسة	1-7-1
6	مجتمع الدراسة	1-7-2
6	عينة الدراسة	1-7-3
6	الأدوات المستخدمة في الدراسة	1-7-4
7	متغيرات الدراسة	1-8
7	المتغير المستقل	1-8-1
7	المتغير التابع	1-8-2

7	المعالجات الإحصائية	1-9
9-8	المصطلحات المستخدمة في الدراسة	1-10

### تابع فهرس- المحتويات-

<b>الفصل- الثاني- الإطار- النظري- والدراسات السابقة-</b>		
<b>11-26</b>	<b>تكنولوجيا التعليم-2</b>	
11-12	نشأة تكنولوجيا التعليم وتطوره	2-1-1
12	مفهوم تكنولوجيا التعليم	2-1-2
13	تعريف تكنولوجيا التعليم	2-1-3
13	أهداف تكنولوجيا التعليم	2-1-4
13	فوائد تكنولوجيا التعليم في عمليتي التعليم والتعلم	2-1-5
14	تكنولوجيا التعليم في التربية البدنية والرياضة	2-1-6
15-16	مفهوم الوسائط التعليمية المتعددة	2-1-7
17	مفهوم التعلم الإلكتروني وفلسفته	2-1-8
17	أهداف التعلم الإلكتروني	2-1-9

17-18	خصائص التعلم الإلكتروني	2-1-10
19	أهمية استخدام الحاسوب في التعليم	2-1-11
19-20	مبررات استخدام الحاسوب في التعليم	2-1-12
20-21	مميزات استخدام الحاسوب في التعليم	2-1-13
21-22	مجالات استخدام الحاسوب في التعليم	2-1-14
21	التعليم عن الحاسوب	2-1-14-1
22	التعليم بمساعدة الحاسوب	2-1-14-2
22	التعلم من الحاسوب	2-1-14-3
22-23	سلبيات استخدام الحاسوب في التعليم	2-1-15
23-24	استخدام الحاسوب في التربية الرياضية	2-1-16
24-25	مجالات استخدام الحاسوب في التربية الرياضية	2-1-17
25-26	الحاسوب كوسيط تعليمي تكنولوجي	2-1-18

تابع فهرس- المحتويات-

28-38

التعلم

28-29	مفهوم التعلم	2-2-1
30	تعريف التعلم	2-2-2
31	معنى التعلم	2-2-3
31	كيف تستدل على أن المتعلم قد تعلم في (التربية الرياضية .	2-2-4
32	المؤثرات التي يخضع لها التعلم	2-2-5
32	المبادئ الواجب مراعاتها في التعلم	2-2-6
33	طرق التعلم	2-2-7
34	أهداف التعلم	2-2-8
34	التعلم لإكتساب المعرفة	2-2-8-1
34	تنمية الاتجاهات	2-2-8-2
34	تنمية المهارات	2-2-8-3
35	شروط التعلم	2-2-9
35	مفهوم التعلم الحركي (تعلم المهارات الحركية).	2-2-10
36	هدف تعلم المهارات الحركية	2-2-11

36	مراحل التعلم الحركي	2-2-12
37-38	طرق تعليم المهارات الحركية	2-2-13
37	الطريقة الكلية	2-2-13-1
37	الطريقة الجزئية	2-2-13-2
38	الطريقة الكلية الجزئية	2-2-13-3

### تابع فهرس- المحتويات.

40-57	السباحة. 2-3	
40	ماهية السباحة	1-3-2
40	تاريخ السباحة	2-3-2
41-43	أهمية السباحة وفوائدها	3-3-2
41	الفوائد الترويحية والاجتماعية	1-3-3-2
41	الفوائد التربوية النفسية	2-3-3-2
42	الفوائد العلاجية	3-3-3-2
42	الفوائد البدنية	4-3-3-2
43	الفوائد الفسيولوجية	5-3-3-2

43-44	طرق السباحة	4-3-2
44-46	تعليم السباحة	5-3-2
46	درس السباحة	6-3-2
46	الوسائل التعليمية	7-3-2
47	استخدام الوسائل المعينة في دروس السباحة	8-3-2
48-57	سباحة الظهر	9-3-2
48-51	الأداء الفني لسباحة الظهر	1-9-3-2
48	وضع الجسم	1-1-9-3-2
49	حركة الذراعين	2-3-9-1-2
50	حركة الرجلين	2-3-9-1-3
51	آلية التنفس	2-3-9-1-4
51	التوافق	2-3-9-1-5

تابع فهرس- المحتويات-

51-54	تعليم سباحة الظهر	2-3-9-2
51	الخطوات التعليمية لتعليم الطفو	2-3-9-2-1
52	الخطوات التعليمية لتعليم ضربات الرجلين	2-3-9-2-2
53	الخطوات التعليمية لتعليم ضربات الذراعين	2-3-9-2-3
54	الخطوات التعليمية لاتقان التوافق	2-3-9-2-4
55-57	الأخطاء الشائعة عند تعليم سباحة الظهر	2-3-9-3
55	الأخطاء الشائعة عند الطفو	2-3-9-3-1
55	الأخطاء الشائعة عند أداء ضربات الرجلين	2-3-9-3-2
56-57	الأخطاء الشائعة عند أداء ضربات الذراعين	2-3-9-3-3

### **59-69 (الدراسات- السابقة- (المشابهة- 2-4)**

59-64	الدراسات التي تتعلق باستخدام الحاسوب في التربية الرياضية في مجال السباحة	2-4-1
64-69	الدراسات التي تتعلق باستخدام الحاسوب في التربية الرياضية في المجالات الأخرى بشكل عام	2-4-2
69	التعليق على الدراسات السابقة المشابهة	2-4-3



70	مدى الاستفادة من الدراسات السابقة المشابهة	2-4-4
<b>71-81</b>	<b>الفصل- الثالث- اجراءات- الدراسة- /3</b>	
71	منهج الدراسة	3-1
71	مجتمع الدراسة	3-2
71	عينة الدراسة	3-3
72	متغيرات الدراسة	3-4
72	المتغير المستغل	3-4-1

### تابع فهرس- المحتويات-

72	المتغير التابع	3-4-2
72	حدود الدراسة	3-5
72	الحدود المكانية	3-5-1
72	الحدود الزمانية	3-5-2
72	الحدود البشرية	3-5-3
72-73	تكافؤ المجموعتين	3-6

73	الأدوات والأجهزة المستخدمة في الدراسة	3-7
74	تصميم البرنامج التعليمي المحوسب	3-8
75	التجربة الاستطلاعية الأولى	3-9
75-78	المعاملات العلمية	3-10
75-76	صدق المحتوى	3-10-1
76-78	ثبات أداة الدراسة (التجربة الاستطلاعية الثانية)	3-10-2
79-80	تطبيق البرنامج التعليمي المحوسب ((الدراسة الأساسية	3-11
81	الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة	3-12
<b>83-94</b>	<b>الفصل- الرابع- - عرض- ومناقشة- النتائج /4</b>	
83-91	عرض النتائج	4-1
92-94	مناقشة النتائج	4-2

تابع فهرس- المحتويات-

<b>5/ الفصل- الخامس-</b>		<b>96-104</b>
5-1	الاستنتاجات	96
5-2	التوصيات	97
5-3	المراجع والرسائل والمجلات العلمية	98-104
5-3-1	المراجع العربية	98-101
5-3-2	الرسائل والمجلات العلمية العربية	102-103
5-3-3	المراجع والدراسات الأجنبية	104
<b>الملاحق-</b>		<b>117-105</b>

## قائمة الجداول-

الرقم-	الجدول-	الصفحة
1	جدول يوضح توزيع أفراد العينة تبعاً للمجموعتين التجريبية والضابطة والمجموعة الاستطلاعية .	72
2	جدول يوضح الدرجات الخام لمستوى الأداء المهاري . للمجموعة الاستطلاعية .	77
3	جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط لنتائج التطبيق الأول والثاني للاختبار المهاري .	78
4	. جدول يوضح قياسات المجموعتين التجريبية والضابطة	81
5	جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالة الفروق بين قياسات المجموعتين التجريبية والضابطة للمتغيرات الفرعية للطفو والرجلين في الاختبار	84

المهاري قيد الدراسة

- 85 6 جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالة الفروق بين قياسات المجموعتين التجريبية والضابطة للمتغيرات الفرعية للذراعين في الاختبار المهاري قيد الدراسة
- 86 7 جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالة الفروق بين قياسات المجموعتين التجريبية والضابطة للمتغيرات الفرعية للتنفس في الاختبار المهاري قيد الدراسة .
- 
- 87 8 جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالة الفروق بين قياسات المجموعتين التجريبية والضابطة للمتغيرات الفرعية للتوافق في الاختبار المهاري قيد الدراسة.
- 
- 88 9 جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالة الفروق بين قياسات المجموعتين التجريبية والضابطة للمتغيرات الأساسية في الاختبار المهاري قيد الدراسة .

## قائمة الاشكال

الصفحة	الشكل	الرقم
12	شكل يوضح أجزاء تكنولوجيا التعليم	1
89	شكل يوضح المتوسطات الحسابية للمتغيرات الفرعية للطفو وضربات الرجلين للمجموعتين التجريبية والضابطة .	2
89	شكل يوضح المتوسطات الحسابية للمتغيرات الفرعية . لضربات الزراعين للمجموعتين التجريبية والضابطة	3
90	شكل يوضح المتوسطات الحسابية للمتغيرات الفرعية للتنفس . للمجموعتين التجريبية والضابطة	4
90	شكل يوضح المتوسطات الحسابية للمتغيرات الفرعية للتوافق . الكلي للمجموعتين التجريبية والضابطة	5

91	شكل يوضح المتوسطات الحسابية للمتغيرات الأساسية للمجموعتين التجريبية والضابطة	6
91	شكل يوضح المتوسط الحسابي للدرجة الكلية النهائية للمجموعتين التجريبية والضابطة	7

## قائمة الملحقات

الصفحة	الملحق	الرقم
105	ملحق استمارة استطلاع رأى الخبراء فى مجال السباحة	1

106- 107	ملحق بطاقة الملاحظة المقننة لتقويم مراحل الاداء الفنى للعناصر الاساسية لسباحة الظهر	2
108	ملحق قائمة بأسماء السادة المحكمين للبرنامج الحوسب والاستمارة الخاصة بالاختبار	3
109	ملحق يبين بعض مواقع الانترنت التعليمية المتخصصة فى السباحة	4
110	ملحق البرنامج التعليمي	5
111- 117	ملحق بعض الصور الثابتة والمتحركة المستخدمة فى البرنامج الحوسب	6