

دراسة تحليلية للنموذج الأمريكي لنظام المسابقات في رياضة السباحة

*أ.د / صلاح مصطفى مصطفى منسي

**أ.د / أحمد عادل فوزي جمال

*** محمد رضا محمد عثمان

مقدمة ومشكلة البحث

إن الاهتمام المتزايد بالرياضة جعلها مجالاً للبحث العلمي ومحط أنظار الباحثين لدراسة جوانبها المختلفة من أجل الارتقاء بجميع عناصرها ومفرداتها، لذا أولت الدول المتقدمة في المجال الرياضي اهتماماً كبيراً بتطوير عناصر الرياضة، إلى جانب تخصيص نسبة من ميزانياتها للبحث العلمي الرياضي مما يجعلها تستفيد من نتائج هذه الأبحاث للارتقاء بالأداء الرياضي كجمال للتنافس المحلي والدولي، ومنه ظهر تسابق الخبراء والمتخصصين في المجال الرياضي في الحقبة الأخيرة من هذا القرن كل في مجال تخصصه لدراسة التأثير الإيجابي للممارسة الرياضية والتدريب الرياضي على مختلف أجهزة الجسم الحيوية المختلفة، مع العمل جاهداً من خلال الأبحاث والدراسات العلمية والمعملية في إعداد العاملين في الحقل الرياضي ومدّهم بمختلف المعلومات والنظريات التي تسهم في رفع كفاءة الممارسين للوصول بهم إلى مرحلة الإنجاز الأمثل. (١: ١٩٣)

وقد شهدت السنوات الأخيرة تزايد الاهتمام بالإعداد المتكامل للفرد الرياضي من النواحي التدريبية البدنية والمهارية والنفسية باعتبار أن التدريب هو الوسيلة التي تساهم بالنصيب الأكبر في تحقيق الإنجاز الرقمي للسباحين. (٤: ٤)

(٧)

^١ أستاذ تدريب السباحة بقسم تدريب الرياضات الفردية بكلية التربية الرياضية بنين - جامعة حلوان

^٢ أستاذ تدريب السباحة بقسم تدريب الرياضات الفردية بكلية التربية الرياضية بنين - جامعة حلوان

وفى أبريل من عام ٢٠٠٣ أعلن استيفان بالي **Istvan Balyi** خبير تنمية الرياضيين الموهوبين عن استراتيجية تطوير الرياضي طويلة المدى (LTAD) Long Term Athlete (Development)، وذلك خلال مؤتمر عقد في نوتنغهام - بريطانيا، حيث دعم بالي رؤياه بمجموعة من الدراسات العلمية بأن بريطانيا وأمثالها دول كثيرة باتت تدخر جهدها الرياضي لإطالة عمر الممارسة الرياضية لإيصال اللاعب للنجومية الرياضية في المستقبل، لتوفر بذلك فرصة مناسبة لاستمرار جميع الأطفال بالممارسة دون أن يعتزلوا الرياضة بشكل مبكر وصولاً إلى مرحلة البطولات العالمية.

(٢٦٥)

وبالإشارة الي استراتيجية التخطيط طويلة المدى LTAD للجانب الأمريكية لتطوير الرياضة:

على التناسق بين نمو الجسم والتدريب، بالتركيز على تحسين وتطوير الأداء المهاري في المراحل المبكرة دون البحث عن نتائج سريعة على حساب التكنيك مع الوقاية دون حدوث إصابات أو الدخول في أعراض الاحتراق المبكر، بالتأكيد على أن الرياضي لكي يحقق المستويات الرياضية العالية يحتاج لبرنامج تدريبي منتظم ومستمر لفترة لا تقل عن ١٠ سنوات أو ١٠٠٠٠ ساعة تدريب للناشئين الموهوبين حتى المستوى العالمي ويترجم ذلك إلى ٣ ساعات تدريب ومنافسة يومياً لمدة ١٠ سنوات. (١٥٣:٩)

وبالنظر الي النموذج الأمريكي جدول رقم (١) في الأعداد للأولمبياد بعنوان " THE PATH TO EXCELLENCE " يتضح أن هناك رؤية كاملة نستخلص منها ما يلي:

- بدأ معظم الأبطال الأولمبيين المشاركة في الرياضة التنافسية بعمر ١٢ سنة للذكور و ١١.٥ سنة للإناث.
- بلغت الفترة الكلية لإعداد معظم الرياضيين الأولمبيين ١٢ - ١٣ سنة لكي يصلو للمستوى الأولمبي ويحققوا إنجازات عالية منذ بداية مشاركتهم.
- متوسط عمر أصحاب الميداليات الأولمبية أقل ٣.١ - ٣.٦ سنة خلال مراحل التطوير الخمسة الأولى مقارنة بأقرانهم غير الحاصلين على الميداليات، وهذا يعني

وقد ظهرت في الآونة الأخير الأنظمة في بعض اتحادات الدول المتقدمة في السباحة

ومنها نظام الإتحاد الأمريكي للسباحة:

IMR Individual Medley Readiness و IMX Individual Medley Extreme

يتطلب الإنجاز فيها الحصول على أكبر تسجيل للنقاط عبر إتقان السباحات الأربعة بجميع تفاصيل مكونات السباق تمهيداً لسباقات المتنوع الفردي، مما يجبر المدربين على توجيه أهداف التدريب لديهم نحو سباحة المتنوع وتحسين فنيات السباحات الأربعة على مستوى واحد.

كما أوضحت استراتيجيات التدريب طويل المدى لبعض الدول المتقدمة في المجال الرياضي وبصفة خاصة رياضة السباحة مثل الاستراتيجية الأمريكية اتضح للباحث ما يلي: -

- عدد المستويات التي تطبقها الاستراتيجية الأمريكية خمسة مستويات تأهيلية مضاف إليها سباق ٤٠٠ متر حرة بقياس الزمن وبعد اجتياز المستويات يسمح للسباحين المشاركة في البطولات عند سن ١٣ سنة، بالمثل داخل جمهورية مصر العربية يطبق أربعة مستويات فقط وتتمثل في اختبارات النجوم الأربعة ويسمح للسباحين المشاركة في البطولات عند سن ١١ سنة.

- يوجد بالاستراتيجية الأمريكية مسابقات سباحة للصغار مثل بطولة اكستريم (extreme) من سن ٩ سنوات ولكن لا يوجد بجمهورية مصر العربية بطولات سباحة للصغار.

- ومن ثم قام الاتحاد المصري بالسماح للسباحين باجتياز اختبارات النجوم الأربعة من سن ٩ سنوات بالمقارنة بما سبق بدلا من ارتباط اختبارات النجوم الأربعة بمراحل سنوية محددة. في ضوء التطوير العلمي والاهتمام بالبحث العلمي في المجال الرياضي وعلى الأخص في رياضة السباحة يجب الاعتماد على طرق منهجية كما متبع في جميع الدول المتقدمة في التخطيط طويل المدى.

ولكن في مصر لا يوجد نظام محدد للتخطيط طويل المدى معن بخلاف نظام اختبارات النجوم كشرط إلزامي وأساسي للمشاركة في المنافسات.

وهذا ما دفع الباحث الي التفكير في تحليل نموذج الإتحاد الأمريكي لنظام المسابقات في رياضة السباحة بهدف معرفة مدى مناسبته لتطبيقه بجمهورية مصر العربية. كأساس للتخطيط طويل المدى لجمهورية مصر العربية في رياضة السباحة.

قد يساهم هذا البحث في تعزيز الأسس والمبادئ العلمية في مجال التدريب الرياضي، ووضع مسابقات مقترحة كاختبارات لتطبيقها بداية من المراحل السنوية السابق ذكرها كبداية لوضع نظام للتخطيط طويل المدى لجمهورية مصر العربية.

أهمية البحث

وتكمن أهمية هذا البحث إلى وضع نظام مقترح لإعداد المسابقات عن طريق دراسة وتحليل النموذج الأمريكي لنظام المسابقات في رياضة السباحة، وإرثاء الاتجاهات المعاصرة لتدريب السباحة وتطويرها على المستوى القومي لتحاكي منظومات إعداد وتطوير الرياضيين طويلة المدى (LTAD) Long Term Athlete Development الناجحة في البلدان المتقدمة وتسعى لبناء منظومة ذات طابع قومي تتناسب مع الواقع وتسعى لتحسينه.

أهداف البحث

يهدف البحث الي تحليل نموذج الإتحاد الأمريكي لنظام المسابقات في رياضة السباحة بهدف معرفة مدى مناسبته لتطبيقه بجمهورية مصر العربية. كأساس للتخطيط طويل المدى لجمهورية مصر العربية في رياضة السباحة.

تساؤلات البحث:

هل يوجد نظام للمسابقات في رياضة السباحة في جمهورية مصر العربية.

المصطلحات العلمية المستخدمة في البحث:

- التخطيط طويل المدى لتطوير اللاعبين (LTAD): -

ويطلق هذا المصطلح على المرحلة الثانية من التحدي وتتكون من سلسلة من خمسة أو ست سباقات لمسافات أطول.

وكما يلي الفئات العمرية ومجموعات الاختبارات هي مرتبة ومسجله لكلا من الذكور والإناث:

• ٩ - ١٠ سنوات فأقل: -

٢٠٠ حرة، ١٠٠ ظهر، ١٠٠ صدر، ١٠٠ فراشة، ٢٠٠ متنوع.

• ١١ - ١٢ سنة: -

٤٠٠ حرة، ١٠٠ ظهر، ١٠٠ صدر، ١٠٠ فراشة، ٢٠٠ متنوع.

• ١٣ - ١٤ - ١٥ - ١٦ - ١٧ - ١٨ سنة: -

٤٠٠ حرة، ٢٠٠ ظهر، ٢٠٠ صدر، ٢٠٠ فراشة، ٢٠٠ متنوع، ٤٠٠ متنوع.

الدراسات المرتبطة

أ - الدراسات العربية:

١-دراسة " مصطفى إبراهيم محمد أحمد حموده" (٢٠١٩) عنوانها " نظام مقترح للإعداد لمسابقات السباحة الصغار وفق رؤي استراتيجية التخطيط طويل المدى" وهدفت الدراسة الي وضع نظام مقترح للتخطيط طويل المدى لمنظومة السباحة بجمهورية مصر العربية، وقد إستخدم الباحث المنهج الشبه تجريبي بتصميم مجموعة تجريبية (بنين وبنات) لملاءمته لطبيعة البحث، طبقت التجربة على عينة بالطريقة العشوائية البسيطة قوامها (٤٠) سباح من فريق التجهيزي لمواليد ٢٠٠٨ بنادي وادي دجله الرياضي الاجتماعي، يمثلون مجتمع البحث بعد استبعاد السباحين الذين انقطعوا عن التجربة أو أحد قياساتها، وأسفرت نتائج البحث على ضرورة وجود استراتيجية للتخطيط طويل المدى للسباحة لجمهورية مصر العربية، و يجب أن تتناسب الاختبارات الموضوعة مع مراعاة عامل السن والجنس والعمر التدريبي للمشاركة بالبطولات يتيح الفرصة للاستمرارية في السباحة والوصول للمستويات العليا وتحقيق البطولات الدولية. (٦)

٢-دراسة " احمد حسن احمد السيد" (٢٠١٤) عنوانها " أسباب انسحاب سباحي المسافات القصيرة بجمهورية مصر العربية " وتهدف الي التعرف على دلالة الفروق بين استجابات (السباحين المنسحبين- أعضاء مجلس إدارة اتحاد السباحة- أعضاء اللجنة

الفنية بالأندية- المدربين- أولياء الأمور) باستخدام استمارة استبيان، وقد أسفرت النتائج التعرف على الدلالة الإحصائية والمسببات لانسحاب سباحي المسافات القصيرة بجمهورية مصر العربية. (٢)

٣-دراسة " عبد الحميد محمد رضا " (٢٠٠٧) عنوانها " دراسة تقييمية لمشروع تطوير برامج السباحة بجمهورية مصر العربية " وتهدف الي الارتقاء بالمستوي المهاري والفني لسباحين البراعم باستخدام استمارة استبيان، وقد أسفرت النتائج الإيجابية وتطوير برامج السباحة والارتقاء بمستوي الأداء. (٥)

٤-دراسة " حسام غريب عبد الهادي " (٢٠٠٦) عنوانها " بناء اختبار معرفي لمدرسي البراعم في رياضة السباحة في القاهرة " وتهدف الي الارتقاء بالمستوي المهاري والفني لسباحين البراعم واستخدم المنهج التجريبي، وقد أسفرت النتائج عن التأثير الإيجابي بناء اختبار معرفي لمدرسي البراعم أو تحسين مستوي الأداء. (٣)

ب - الدراسات الأجنبية:

٥- دراسة كلامن " دي كاسترو De Castro ودي ساريجوفورتيز De Sarego Fortes (٢٠٠٢) عنوانها " تكوين الجسم والأداء الحركي لدي السباحين الناشئين" وتهدف الي تكوين الجسم، ومرحلة البلوغ والأداء الحركي لدي السباحين من الأطفال والشباب بين مرحلة (٧-١٧) سنة، وتم تطبيق بطارية قياسات انثروبومترية تحتوي علي ١٤ بعدا وتم تطبيقها علي فرد من العينة للحصول علي مؤشر كتلة الجسم، ودهون الجسم، والنمط الجسمي لهيئ وكارتر، وقد أظهرت النتائج أن نسبة دهون الجسم ظهر فيها وجود فروق إحصائية بين المتوسطات وفقا للجنس حيث سجلت مجموعة الإناث متوسطا اكبر، وفيما يتعلق بالمتغيرات الخاصة بالخصائص الجنسية الثانوية، فلا توجد فروق إحصائية واضحة بين الجنسين، وفيما يتعلق بمتغيرات الأداء الحركي فان الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين اظهر وجود متوسط إحصائي اكبر للذكور، كما توصل البحث الي أن الأداء الحركي للسباحين من كلا الجنسين في الاختبارات البدنية جاء مرتبطا مع البلوغ والنمو البدني. (٨)

٦- دراسة كلامن فوجا كريستي Voolger Christi وتوماس باور Thomas Power (٢٠٠٠) عنوانها "الوالدين والدافعية في مجموعة سنية في السباحة" وتناول البحث الارتباطات الوالدين لدافعية الأطفال نحو الفاعلية في السباحة لعينة مجموعها ١٣٥ ولي امر ممن لديهم أطفال في المرحلة العمرية ما بين (٩-١٢) سنة يمارسون السباحة التنافسية باستخدام استمارة استبيان حول قدرة السباحين علي ممارسة السباحة التنافسية وحول ممارستهم الوالدية

الحالية وقد اعطي الأولاد معلومات حول دافعهم للسباحة، كما توصلت نتائج البحث الي أن قدرة الأطفال علي السباحة ترتبط إيجابيا مع الدافعية والتي ترتبط بما يرد من الأب وألام، كما أظهرت الدراسة ارتباط الأطفال بشكل اكثر إيجابية مع الأمهات.

(١٠)

إجراءات البحث

أ- منهج البحث

إستخدم الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية لتحقيق هدف البحث عن طريق وصف ما هو كائن وتحليله لإستخلاص الحقائق العلمية وذلك لملائمته لطبيعة هذا البحث.

ب- عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من السادة المديرين الفنيين للأندية ومديري مدارس السباحة وفق مناطق الجمهورية وكذلك مسئولو الإتحاد المصري للسباحة والبالغ عددهم ٧٠ مدرب معتمد من الإتحاد المصري للسباحة.

ج- أدوات جمع البيانات

إستمارة إستبيان الأبحاث العلمية المأخوذة من شبكة المعلومات الدولية والدوريات والمراجع العلمية والدراسات السابقة.

د- خطوات إجراءات البحث

بعد اطلاع الباحث على المراجع والدراسات العلمية المتخصصة ودراسة النظام المسابقات المتبع في مصر لرياضة السباحة وكذلك التعرف على نظام المسابقات الأمريكي في رياضة السباحة فقد قام الباحث بإعداد "استمارة تحليل النموذج الأمريكي لنظام المسابقات في رياضة السباحة" وتشمل خضوع جميع الممارسين لنظام مسابقات نوعي.

ثم عرض الإستمارة على هيئة الإشراف وتسجيل الملاحظات وإجراء عملية الحذف أو الإضافة أو التعديل والوصول للشكل النهائي للإستمارة.
عرض الإستمارة على السادة المدربين وحساب نسبة الإتفاق والقبول عن نسبة (٧٥%) فأكثر.

الشروط الواجب توافرها للسادة المدربين وفقاً التالي:

- أن يكون من خريجي كليات التربية الرياضية.
- لا تقل سنوات الخبرة في مجال تدريب السباحة عن (١٠) سنة.

استمارة تحليل النموذج الأمريكي لنظام المسابقات في رياضة السباحة

غير موافق	موافق	IMR	
		١٠٠م حرة	المرحلة السنوية (٩-١٠ سنوات فأقل)
		٥٠م ظهر	
		٥٠م صدر	
		٥٠م فراشة	
		١٠٠م متنوع (حمام ٢٥م) // أو ٢٠٠م متنوع (حمام ٥٠م)	
		٢٠٠م حرة	المرحلة السنوية (١١-١٢ سنة)
		٥٠م ظهر	
		٥٠م صدر	
		٥٠م فراشة	
		١٠٠م متنوع (حمام ٢٥م) // أو ٢٠٠م متنوع (حمام ٥٠م)	

		٢٠٠م حرة	المرحلة السنوية (١٣ - ١٤ - ١٥ - ١٦ - ١٧ - ١٨ سنة)
		١٠٠م ظهر	
		١٠٠م صدر	
		١٠٠م فراشة	
		٢٠٠م متنوع	

غير موافق	موافق	IMX
-----------	-------	-----

		٢٠٠ م حرة	المرحلة السنوية (٩-١٠ سنوات فأقل)
		١٠٠ م ظهر	
		١٠٠ م صدر	
		١٠٠ م فراشة	
		٢٠٠ م متنوع	
		٤٠٠ م حرة	المرحلة السنوية (١١-١٢ سنة)
		١٠٠ م ظهر	
		١٠٠ م صدر	
		١٠٠ م فراشة	
		٢٠٠ م متنوع	
		٤٠٠ م حرة	المرحلة السنوية (١٣-١٤-١٥-١٦-١٧-١٨ سنة)
		٢٠٠ م ظهر	
		٢٠٠ م صدر	
		٢٠٠ م فراشة	
		٤٠٠ م متنوع	

تابع استمارة تحليل النموذج الأمريكي لنظام المسابقات في رياضة السباحة

هـ - المعالجات الإحصائية

يستخدم الباحث الحاسب الألى الشخصي من خلال برنامج (SPSS) نسخة ٢١

وذلك لمعالجة البيانات إحصائيا وفقا لما يلي: -

- المتوسط الحسابي.
- المنوال.
- معامل الألتواء.
- إختبار دلالة الفروق الإحصائية.
- الثبات.
- معامل الارتباط بطريقة بيرسون لاختبار الصدق.
- الوسيط.
- الانحراف المعياري.
- التحليل العاملي.
- معامل ألفا (كورنباخ) لاختبار

عرض ومناقشة النتائج

جدول (٣)

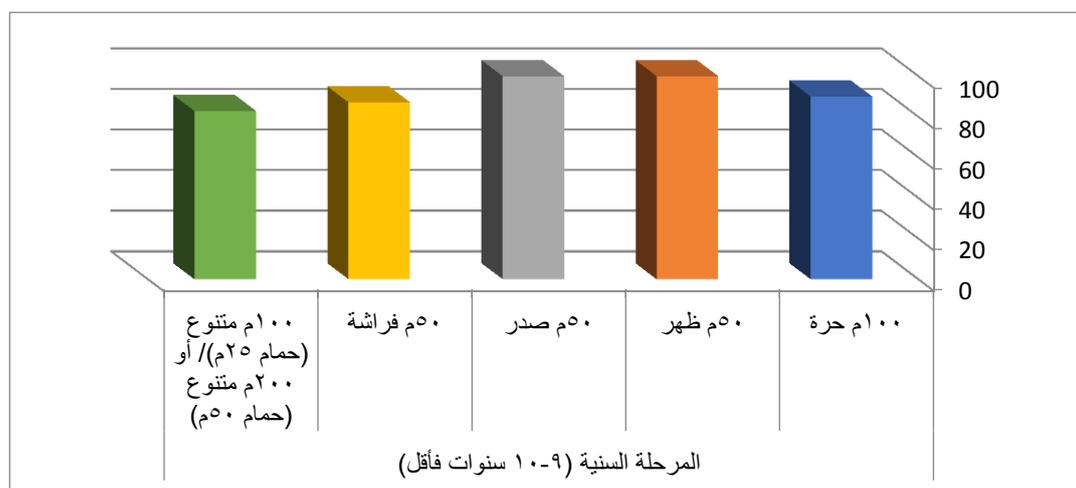
التكرارات والنسبة المئوية وكما لآراء العينة من المدربين فيما يتعلق بنظام المسابقات للمرحلة السنوية (٩-١٠ سنوات فأقل) (بنموذج الإتحاد الأمريكي لنظام المسابقات في رياضة السباحة)

(ن = ٧٠)

كا	النسبة المئوية %	مجموع الدرجات المقدره	غير موافق		موافق		IMR	
			%	ك	%	ك		
٤٤.٨	٩٠.٠	٦٣	١٠.٠	٧	٩٠.٠	٦٣	١٠٠ م حرة	المرحلة السنوية (٩-١٠ سنوات فأقل)
٧٠.٠	١٠٠.٠	٧٠	٠.٠	٠	١٠٠.٠	٧٠	٥٠ م ظهر	
٧٠.٠	١٠٠.٠	٧٠	٠.٠	٠	١٠٠.٠	٧٠	٥٠ م صدر	
٣٨.٦	٨٧.١	٦١	١٢.٩	٩	٨٧.١	٦١	٥٠ م فراشة	
٣٠.٢	٨٢.٩	٥٨	١٧.١	١٢	٨٢.٩	٥٨	١٠٠ م متنوع (حمام ٢٥م) / أو ٢٠٠ م متنوع (حمام ٥٠م)	

قيمة كا ٢ عند مستوى دلالة ٠.٠٥ = ٣.٨٤

يتضح من جدول () ان النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث من المدربين فيما يتعلق بنظام المسابقات للمرحلة السنوية (٩-١٠ سنوات فأقل) قد تراوحت ما بين (٨٢.٩ ، ١٠٠%) وجاءت قيمة كا ٢ دالة عند مستوى دلالة ٠.٠٥ في اتجاه الاستجابة ب موافق



جدول (٤)

التكرارات والنسبة المئوية وكا لآراء العينة من المدربين فيما يتعلق بنظام المسابقات المرحلة السنوية (١١ - ١٢ سنة) (بنموذج الإتحاد الأمريكي لنظام المسابقات في رياضة السباحة)

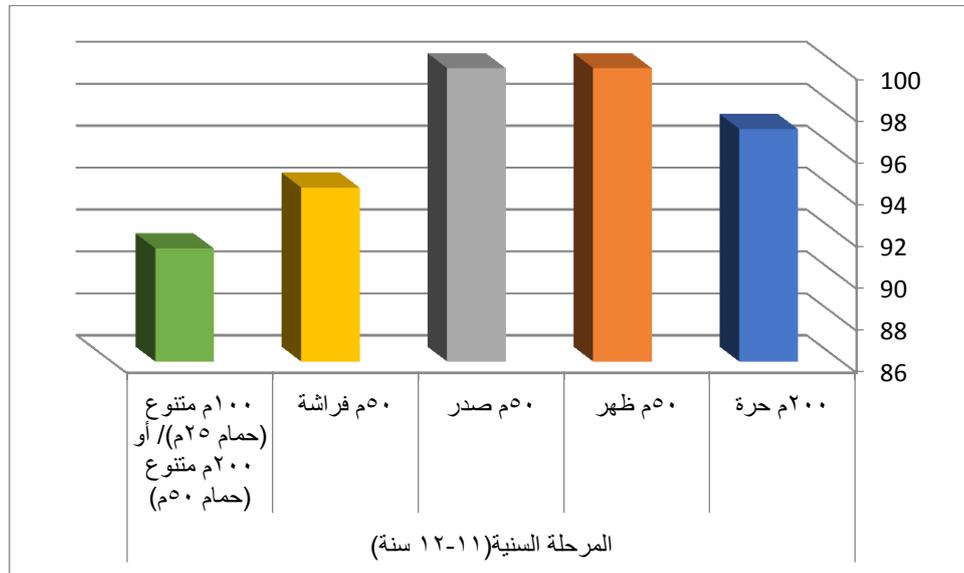
(ن = ٧٠)

كا	النسبة المئوية %	مجموع الدرجات المقدره	غير موافق		موافق		IMR
			%	ك	%	ك	
٦٢.٢	٩٧.١	٦٨	٢.٩	٢	٩٧.١	٦٨	٢٠٠م حرة
٧٠.٠	١٠٠.٠	٧٠	٠.٠	٠	١٠٠	٧٠	٥٠م ظهر
٧٠.٠	١٠٠.٠	٧٠	٠.٠	٠	١٠٠	٧٠	٥٠م صدر
٥٤.٩	٩٤.٣	٦٦	٥.٧	٤	٩٤.٣	٦٦	٥٠م فراشة
٤٨.١	٩١.٤	٦٤	٨.٦	٦	٩١.٤	٦٤	١٠٠م متنوع (حمام ٢٥م) / أو ٢٠٠م متنوع (حمام ٥٠م)

المرحلة السنوية (١١ - ١٢ سنة)

قيمة كا ٢ عند مستوي دلالة ٠.٠٥ = ٣.٨٤

يتضح من جدول () ان النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث من المدربين فيما يتعلق بنظام المسابقات للمرحلة السنوية المرحلة السنوية (١١-١٢ سنة) قد تراوحت ما بين (٩١.٤ ، ١٠٠ %) وجاءت قيمة كا ٢ دالة عند مستوي دلالة ٠.٠٥ في اتجاه الاستجابة ب موافق



جدول (٥)

التكرارات والنسبة المئوية وكما لآراء العينة من المدربين فيما يتعلق بنظام المسابقات المرحلة السنوية المرحلة السنوية (١٣ - ١٤ - ١٥ - ١٦ - ١٧ - ١٨ سنة) (بنموذج الإتحاد الأمريكي لنظام المسابقات في رياضة السباحة)

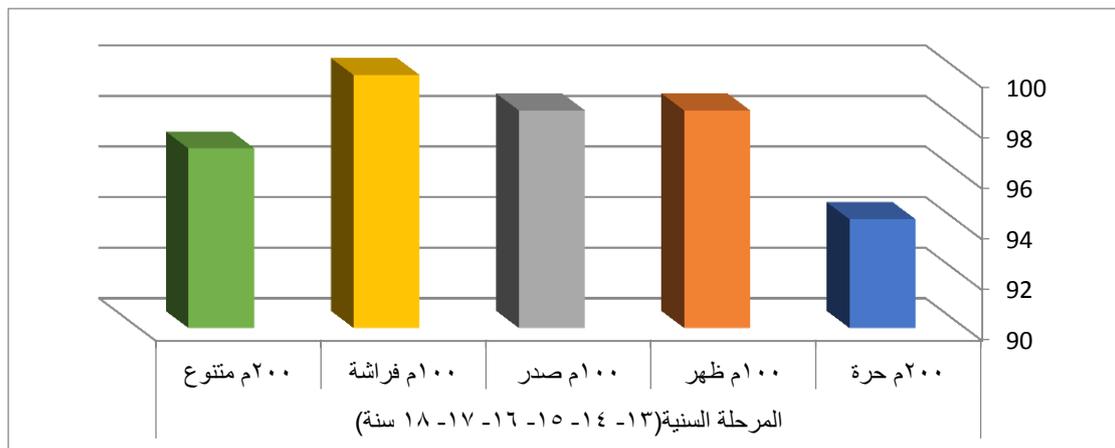
(ن = ٧٠)

٢ كا	النسبة المئوية %	مجموع الدرجات المقدره	غير موافق		موافق		IMR
			%	ك	%	ك	
٥٤.٩	٩٤.٣	٦٦	٥.٧	٤	٩٤.٣	٦٦	٢٠٠م حرة
٦٦.١	٩٨.٦	٦٩	١.٤	١	٩٨.٦	٦٩	١٠٠م ظهر
٦٦.١	٩٨.٦	٦٩	١.٤	١	٩٨.٦	٦٩	١٠٠م صدر
٧٠.٠	١٠٠.٠	٧٠	٠.٠	٠	١٠٠	٧٠	١٠٠م فراشة
٦٢.٢	٩٧.١	٦٨	٢.٩	٢	٩٧.١	٦٨	٢٠٠م متنوع

المرحلة السنوية
(١٣ - ١٤ - ١٥ - ١٦ - ١٧ - ١٨ سنة)

قيمة كا ٢ عند مستوي دلالة ٠.٠٥ = ٣.٨٤

يتضح من جدول () ان النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث من المدربين فيما يتعلق بنظام المسابقات للمرحلة السنوية المرحلة السنوية (١٣ - ١٤ - ١٥ - ١٦ - ١٧ - ١٨ سنة) قد تراوحت ما بين (٩٤.٣ ، ١٠٠%) وجاءت قيمة كا ٢ دالة عند مستوي دلالة ٠.٠٥ في اتجاه الاستجابة ب موافق



جدول (٦)

التكرارات والنسبة المئوية وكما لآراء العينة من المدربين فيما يتعلق بنظام المسابقات للمرحلة السنية (٩-١٠ سنوات فأقل) (بنموذج الإتحاد الأمريكي لنظام المسابقات في رياضة السباحة)

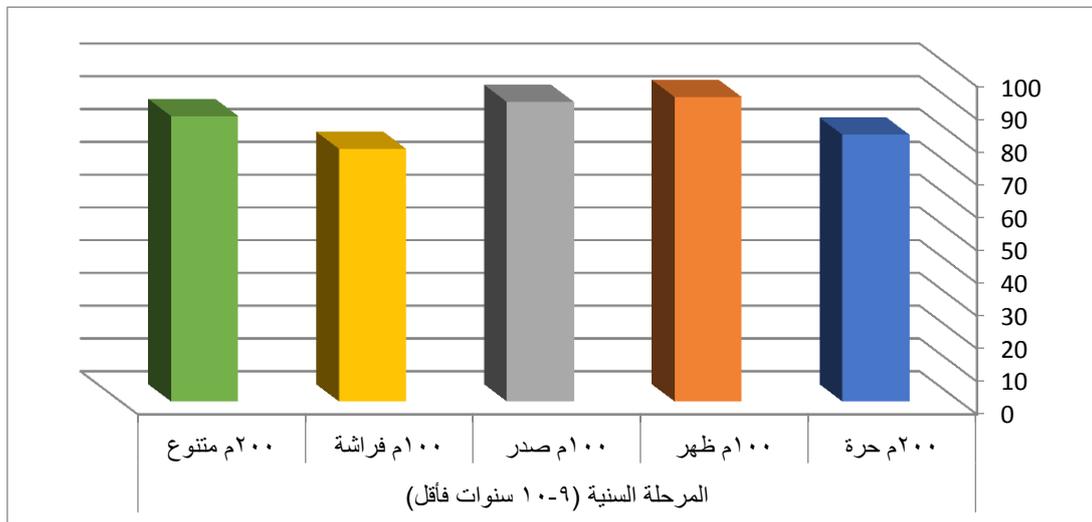
(ن = ٧٠)

كا	النسبة المئوية %	مجموع الدرجات المقدر	غير موافق		موافق		IMX
			%	ك	%	ك	
٢٧.٧	٨١.٤	٥٧	١٨.٦	١٣	٨١.٤	٥٧	٢٠٠م حرة
٥١.٤	٩٢.٩	٦٥	٧.١	٥	٩٢.٩	٦٥	١٠٠م ظهر
٤٨.١	٩١.٤	٦٤	٨.٦	٦	٩١.٤	٦٤	١٠٠م صدر
٢٠.٦	٧٧.١	٥٤	٢٢.٩	١٦	٧٧.١	٥٤	١٠٠م فراشة
٣٨.٦	٨٧.١	٦١	١٢.٩	٩	٨٧.١	٦١	٢٠٠م متنوع

المرحلة السنية
(٩-١٠ سنوات فأقل)

قيمة كا ٢ عند مستوي دلالة ٠.٠٥ = ٣.٨٤

يتضح من جدول () ان النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث من المدربين فيما يتعلق بنظام المسابقات للمرحلة السنية (٩-١٠ سنوات فأقل) قد تراوحت ما بين (٧٧.١ ، ٩٢.٩%) وجاءت قيمة كا ٢ دالة عند مستوي دلالة ٠.٠٥ في اتجاه الاستجابة ب موافق



جدول (٧)

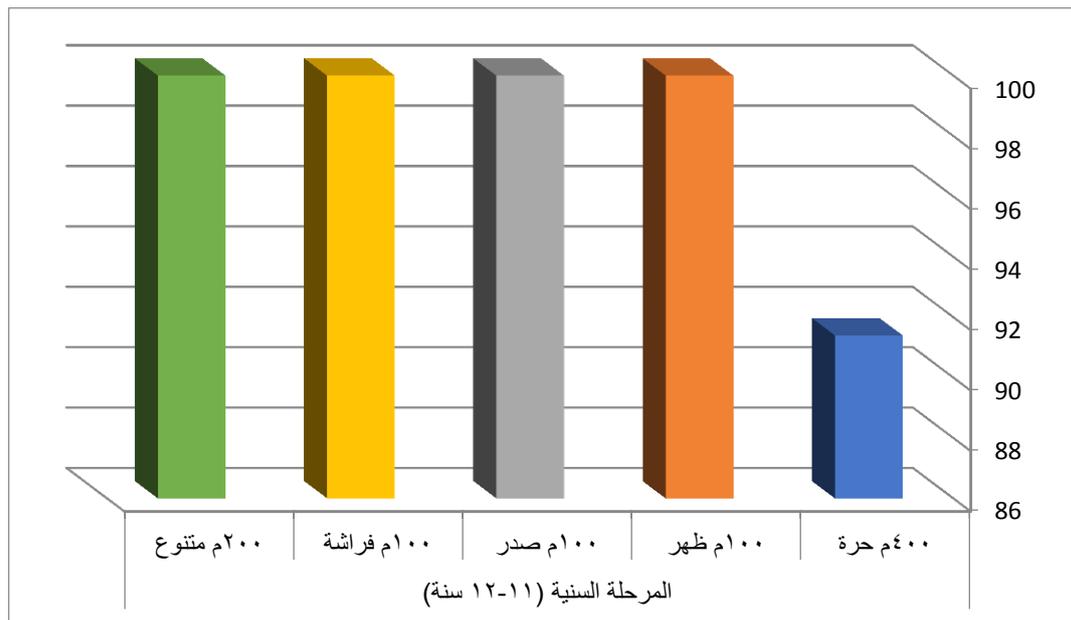
التكرارات والنسبة المئوية وكما لآراء العينة من المدربين فيما يتعلق بنظام المسابقات المرحلة السنوية (١١ - ١٢ سنة) (بنموذج الإتحاد الأمريكي لنظام المسابقات في رياضة السباحة)

(ن = ٧٠)

٢ كا	النسبة المئوية %	مجموع الدرجات المقدره	غير موافق		موافق		IMX
			%	ك	%	ك	
٤٨.١	٩١.٤	٦٤	٨.٦	٦	٩١.٤	٦٤	٤٠٠م حرة
٧٠.٠	١٠٠.٠	٧٠	٠.٠	٠	١٠٠	٧٠	١٠٠م ظهر
٧٠.٠	١٠٠.٠	٧٠	٠.٠	٠	١٠٠	٧٠	١٠٠م صدر
٧٠.٠	١٠٠.٠	٧٠	٠.٠	٠	١٠٠	٧٠	١٠٠م فراشة
٧٠.٠	١٠٠.٠	٧٠	٠.٠	٠	١٠٠	٧٠	٢٠٠م متنوع

قيمة كا ٢ عند مستوي دلالة ٠.٠٥ = ٣.٨٤

يتضح من جدول () ان النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث من المدربين فيما يتعلق بنظام المسابقات للمرحلة السنوية المرحلة السنوية (١١-١٢ سنة) قد تراوحت ما بين (٩١.٤ ، ١٠٠%) وجاءت قيمة كا ٢ دالة عند مستوي دلالة ٠.٠٥ في اتجاه الاستجابة ب موافق



جدول (٨)

التكرارات والنسبة المئوية وكما لآراء العينة من المدربين فيما يتعلق بنظام المسابقات المرحلة السنوية المرحلة السنوية (١٣ - ١٤ - ١٥ - ١٦ - ١٧ - ١٨ سنة) (بنموذج الإتحاد الأمريكي لنظام المسابقات في رياضة السباحة)

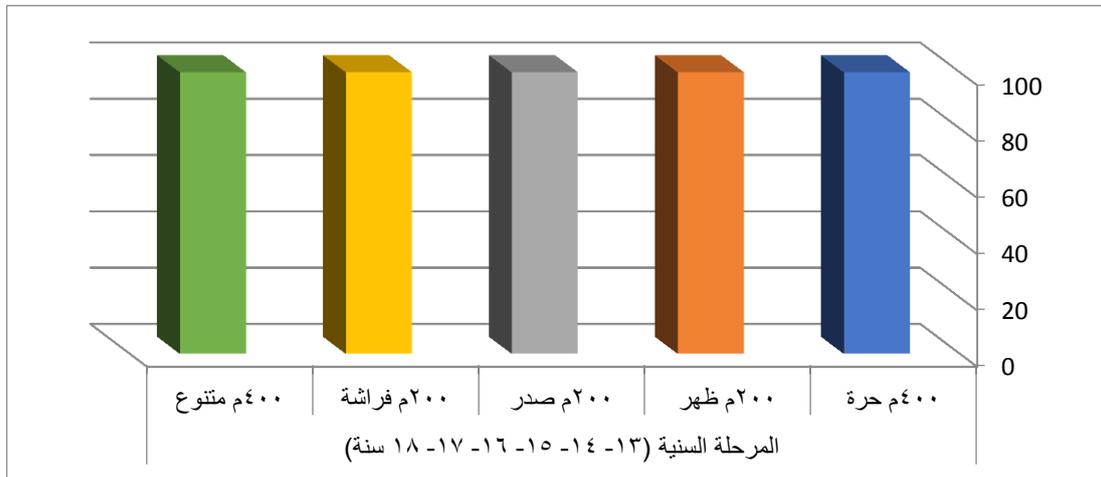
(ن = ٧٠)

٢ كا	النسبة المئوية %	مجموع الدرجات المقدره	غير موافق		موافق		IMX
			%	ك	%	ك	
٧٠.٠	١٠٠.٠	٧٠	٠.٠	٠	١٠٠	٧٠	٤٠٠م حرة
٧٠.٠	١٠٠.٠	٧٠	٠.٠	٠	١٠٠	٧٠	٢٠٠م ظهر
٧٠.٠	١٠٠.٠	٧٠	٠.٠	٠	١٠٠	٧٠	٢٠٠م صدر
٧٠.٠	١٠٠.٠	٧٠	٠.٠	٠	١٠٠	٧٠	٢٠٠م فراشة
٧٠.٠	١٠٠.٠	٧٠	٠.٠	٠	١٠٠	٧٠	٤٠٠م متنوع

المرحلة السنوية
(١٣ - ١٤ - ١٥ - ١٦ - ١٧ - ١٨ سنة)

قيمة كا ٢ عند مستوي دلالة ٠.٠٥ = ٣.٨٤

يتضح من جدول () ان النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث من المدربين فيما يتعلق بنظام المسابقات للمرحلة السنوية المرحلة السنوية (١٣ - ١٤ - ١٥ - ١٦ - ١٧ - ١٨ سنة) قد بلغت (١٠٠%) علي جميع مسابقات المرحلة السنوية وجاءت قيمة كا ٢ دالة عند مستوي دلالة ٠.٠٥ في اتجاه الاستجابة ب موافق



مناقشة النتائج

من خلال تحليل البيانات وعرض النتائج التي تم الحصول عليها واسترشادا بالمراجع والدراسات يمكن مناقشة نتائج البحث وفقا لما يلي: -

- يتضح من جدول (٣)، وشكل (١) أن جميع السباقات في المرحلة السنية من (٩ - ١٠ سنوات فأقل) قد حققت نسبة مئوية تراوحت ما بين (٨٧.١ : ١٠٠) % وقد أرتضى الباحث نسبة (٧٥) % للموافقة على السباقات حتى يكون قد حققت نسبة إتفاق عالية، وتحليل هذه السباقات للمرحلة السنية وجد الباحث أن

- سباق (١٠٠م) حرة سباق رئيسي لكل المراحل السنية ويشترك به أكبر عدد من السباحين في بطولات العالم والأولمبياد، لذلك من الأهمية بما كان الاتفاق على السباق لهذه المرحلة السنية.

- وكذلك بالنسبة لسباقات (٥٠م ظهر - ٥٠م صدر - و٥٠م فراشة) إذ يجب على مدربي هذه المرحلة السنية الاهتمام بالأربعة سباحات وعدم التخصص في هذه السن المبكرة، لذا فيتوجب إجادة جميع السباحات والتنافس بها في هذه المرحلة السنية.

- بالنسبة لسباق (١٠٠م متنوع "حمام ٢٥م" / ٢٠٠م متنوع "حمام ٥٠م") إستكمالا للإهتمام بالأربعة سباحات فإن سباقات المتنوع لهذه المرحلة مهم جدا، لصناعة سباح شامل قادر على المنافسة في جميع أنواع السباحات.

- يتضح من جدول (٤)، وشكل (٢) أن جميع السباقات في المرحلة السنية من (١١ - ١٢ سنة) قد حققت نسبة مئوية تراوحت ما بين (٩١.٤ : ١٠٠) % وقد أرتضى الباحث نسبة (٧٥) % للموافقة على السباقات حتى يكون قد حققت نسبة إتفاق عالية، وتحليل هذه السباقات للمرحلة السنية وجد الباحث أن

- سباق (٢٠٠م) حرة هو التطور الطبيعي لهذه المرحلة السنية، وما يميز هذا النوع من السباقات الذي يتطلب نسبة أكبر من التحمل، لذلك من الأهمية بما كان الاتفاق على السباق لهذه المرحلة السنية.

- وكذلك بالنسبة لسباقات (٥٠م ظهر - ٥٠م صدر - و٥٠م فراشة) إذ يجب على مدربي هذه المرحلة السنوية الاهتمام بالأربعة سباحات وعدم التخصص في هذه السن المبكرة، لذا فيتوجب إجادة جميع السباحات والتنافس بها في هذه المرحلة السنوية.

- بالنسبة لسباق (١٠٠م متنوع "حمام ٢٥م"/ ٢٠٠م متنوع "حمام ٥٠م") إستكمالاً للإهتمام بالأربعة سباحات فإن سباقات المتنوع لهذه المرحلة مهم جداً، لصناعة سباح شامل قادر علي المنافسة في جميع أنواع السباحات.

- يتضح من جدول (٥)، وشكل (٣) أن جميع السباقات في المرحلة السنوية من (١٣ - ١٤ - ١٥ - ١٦ - ١٧ - ١٨ سنة) قد حققت نسبة مئوية تراوحت ما بين (٩٤.٣ : ١٠٠) % وقد أرتضي الباحث نسبة (٧٥) % للموافقة على السباقات حتى يكون قد حققت نسبة إتفاق عالية، وتحليل هذه السباقات للمرحلة السنوية وجد الباحث أن

- سباق (٢٠٠م) حرة هو التطور الطبيعي لهذه المرحلة السنوية، وما يميز هذا النوع من السباقات الذي يتطلب نسبة أكبر من التحمل، لذلك من الأهمية بما كان الاتفاق على السباق لهذه المرحلة السنوية.

- وكذلك بالنسبة لسباقات (١٠٠م ظهر - ١٠٠م صدر - و١٠٠م فراشة) إذ يجب على مدربي هذه المراحل السنوية التنوع في التدريب وكذلك أنواع السباقات داخل المنافسات، لذا فيتوجب إجادة جميع السباحات والتنافس بها.

- بالنسبة لسباق (٢٠٠م متنوع) إستكمالاً للإهتمام بالأربعة سباحات فإن سباقات المتنوع مهم جداً، لصناعة سباح شامل قادر علي المنافسة في جميع أنواع السباحات.

الاستنتاجات:

في حدود طبيعة ومجال هذا البحث والهدف منه والمنهج المستخدم والإطار المرجعي من دراسات وأبحاث علمية وطبيعة العينة ومن خلال المعالجة الإحصائية للبيانات وعرض النتائج وتفسيرها.

أمكن التوصل إلى النتائج التالية:

من خلال الهدف الأول للبحث وهو التعرف وتحليل نموذج الإتحاد الأمريكي لنظام المسابقات في رياضة السباحة، إستطاع الباحث بعمل إستمارة إستبيان وتطبيقها وتوزيعها على العينة.

- نسبة موافقة أفراد العينة على سباقات النموذج الأمريكي سواء IMR أو IMX تتعدى ٧٥% وأكثر.
- إمكانية تطبيق نموذج الإتحاد الأمريكي لنظام المسابقات داخل جمهورية مصر العربية.
- ضرورة وجود استراتيجية للتخطيط طويل المدى للسباحة لجمهورية مصر العربية واجب قومي.

- مراعاة عامل السن والجنس والعمر التدريبي للمشاركة بالبطولات يتيح الفرصة

للاستمرارية في السباحة والوصول للمستويات العليا وتحقيق البطولات الدولية.

- النموذج الأمريكي يقلل من أضرار التخصص الرياضي المبكر وهي:

- التحيز في الإعداد العام التخصصي.
- نقص أبجديات الإعداد في المهارات الحركية الأساسية والمهارات الأساسية الرياضية.
- إصابات التدريب الزائد.
- الاحتراق الرياضي المبكر.
- الاعتزال المبكر للتدريب والمنافسات.

التوصيات:

انطلاقاً من مشكلة البحث وفي ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث واستناداً إلى الإستخلاصات، فإن الباحث يقدم التوصيات الآتية:

- ١- بناء نموذج المسابقات الأمثل لمرحلة تعليم التدريب للتطبيق داخل جمهورية مصر العربية.
- ٢- ضرورة وضع استراتيجية للتدريب والمنافسات وفق رؤي التخطيط طويل المدى خاصة بجمهورية مصر العربية.
- ٣- ضرورة استخدام النقاط الخاص بالاتحاد الأمريكي وتعديله بما يتناسب مع السباحين المصريين للارتقاء بالمستوي الفني للسباحين المصريين والوصول للمستويات العليا.

قائمة المراجع

المراجع العربية

- ١- أبو العلا أحمد عبد الفتاح، وحازم حسين سالم: **الاتجاهات المعاصرة في تدريب السباحة**، دار الفكر العربي، القاهرة ٢٠١١.
- ٢- احمد حسن احمد السيد: **أسباب انسحاب سباحي المسافات القصيرة بجمهورية مصر العربية**، رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية جامعة حلوان ٢٠١٤م.
- ٣- حسام غريب عبد الهادي: **بناء اختبار معرفي لمدربي البراعم في رياضة السباحة في القاهرة**، رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية جامعة حلوان ٢٠٠٦م.
- ٤- خيرية إبراهيم السكرى، ومحمد جابر بريقع: **التدريب المتكامل لصناعة البطل سلسلة مع تجربة ٦-١٨ سنة**، منشأة المعارف، الإسكندرية ٢٠١١.
- ٥- عبد الحميد محمد رضا: **دراسة تقويمية لمشروع تطوير براعم السباحة بجمهورية مصر العربية**، رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية جامعة حلوان ٢٠٠٧م.
- ٦- مصطفى إبراهيم محمد أحمد حموده: **نظام مقترح للإعداد لمسابقات السباحة الصغار وفق رؤى استراتيجية التخطيط طويل المدى**، رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية جامعة حلوان ٢٠١٩م.
- ٧- هدى محمد محمد الحضري: **التقنيات الحديثة لانتقاء الموهوبين الناشئين في السباحة**، المكتبة المصرية للطباعة والنشر ٢٠٠٤م.

المراجع الأجنبية

8- Jernej Kapus (2018): **Effects of Head Position on the Duration of Breaststroke Swimming in Preschool Swimming Beginners**, Faculty of Sports, University of Ljubljana, Slovenia.

9-Scott Riewald: **Complete Conditioning for swimming**, human Kinetics, USA2008

10- Pelayo&et al (2001): **Swimming Performances and Stroking Parameters in non-Skilled**, Journal of Sports Medicine, Italy.

ثالثًا: شبكة المعلومات الدولية:

11- <http://www.canadiansportforlife.ca>

12- <http://www.ttacswim.org/imxpower-points.html>