

جامعة آكلي محند أولحاج البويرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
التخصص: تدريب رياضي

الموضوع :

واقع عملية الإنتقاء الرياضي لدى الطلبة تخصص سباحة

- دراسة ميدانية على بعض الأفواج تخصص سباحة لمعهد علوم التقنيات والنشاطات البدنية والرياضية - بالبويرة -

- إشراف البروفيسور:

* زاوي عبد السلام

- من إعداد الطلبة:

* لونيس محمد

* كنائي منير

السنة الجامعية : 2019/2018

شكر وتقدير

أولاً و قبل كل شيء نشكر الله عزوجل الذي وفقنا وقدرنا على إنجاز هذا العمل المتواضع الذي نرجو أن يكون عملاً نافعاً لنا ولجميع الطلبة الباحثين في هذا المجال.

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى البروفيسور " زاوي عبد السلام " الذي أشرف على هذا العمل منذ البداية والذي لم يبخل علينا بمعلوماته القيمة ونصائحه و توجيهاته القيمة .

كما نتقدم أيضاً بالشكر الجزيل إلى رئيس قسم التدريب الرياضي الأستاذ الدكتور - منصوري نبيل - على كل المساعدات والتسهيلات الإدارية التي تخص التخصص السباحة.

ونشكر كل الأساتذة الذين درسونا طيلة السنوات، وبالأخص الأساتذة المختصين في رياضة السباح على المساعدات التي قدموها لنا لإنجاز بحثنا هذا .

وكذلك نشكر الإخوة و الزملاء الذين ساعدونا على كتابة هذا المذكرة.

- كناية منير -

- لونيس محمد -

إهداء

إلى من قال الله تعالى فيهما {وبالوالدين إحسانا } .

أهدي ثمرة جهدي وتاج عملي

إلى من تحمل في صدرها كل حنان الدنيا إلى أول وجه فتحت عليه عيناى. إلى أمى الغالية

وإلى الذى شقى من أجل راحتى وعلمنى كيف أكون رجلا فى الحياة. إلى أبى العزيز

إلى كل إخوتى وأخواتى كبيرا و صغيرا

إلى عائلة ^^ لونيس ^^ كبيرا وصغيرا

إلى الكتاكيت ^^ إيناس، شيماء، آية، إسحاق، إسرائ ^^

إلى كل الأصدقاء والزملاء الذين ساعدونى فى إنجاز هذا العمل المتواضع

أخص بالذكر: {ابراهيم، محمد، بلال، منير، إسلام، عبد الرزاق، منير، رابح}.

دون ان ننسا أخونا ظاهري رابح طالب الدكتوراه الذى نشكره كل جزيل الشكر على مجهوداته

ومساعدتنا المقدمة لنا من معلومات ومنهجية حول موضوعنا هذا.

إلى كل أساتذة وطلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة - البويرة -

إلى كل من أحب محمد وأحبوه

إلى كل إخوتى فى الله

= لونيس محمد =

إهداء

أهدي ثمرة جهدي

إلى من قال الله تعالى فيهما {.....وبالوالدين إحسانا} .

إلى كل إخوتي و أخواتي

وعائلة ^{^^} كنائي ^{^^} كبيرا وصغيرا

إلى كل الأصدقاء والزملاء الذين ساعدوني في إنجاز هذا العمل المتواضع

أخص بالذكر: { محمد لونيس، منير لوني، منير شيروود}

إلى كل أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

بجامعة - البويرة -

* كنائي منير *

محتوى البحث

العنوان	الصفحة
شكر وتقدير	أ
إهداء	ب-ت
محتوى البحث	ث
قائمة الجداول	ر
قائمة الأشكال	ز
ملخص البحث	س
مقدمة	ض
مدخل عام : التعريف بالبحث	
الإشكالية	02
الفرضيات	03
أسباب اختيار موضوع البحث	03
أهمية البحث	03
أهداف البحث	04
الدراسات المرتبطة بالبحث	04

الجانب النظري :

الفصل الأول: عملية الإنتقاء الرياضي

14	تمهيد
15	1-1- مفهوم الانتقاء
15	1-2- مفهوم الانتقاء في المجال الرياضي
15	1-3- أهمية عملية الانتقاء
16	1-4- هدف عملية الانتقاء
16	1-5- أنواع الإنتقاء في المجال الرياضي
17	1-6- مراحل عملية الإنتقاء الرياضي في السباحة
17	1-6-1- المرحلة الأولى (مرحلة الإنتقاء الأولي)
17	1-6-2- المرحلة الثانية (مرحلة الإنتقاء الخاص)
17	1-6-3- المرحلة الثالثة (مرحلة الإنتقاء التأهيلي)
17	1-7- أساليب الإنتقاء الرياضي
17	1-7-1- أساليب الإنتقاء التجريبي
18	1-7-2- أساليب الإنتقاء العفوي
18	1-7-3- أساليب الإنتقاء المعقد
19	1-9- المبادئ والأسس العلمية لعمليات الانتقاء
20	1-10- العوامل النفسية ودورها في عملية الانتقاء
22	1-11- محددات عملية الإنتقاء
22	1-11-1- محددات بيولوجية
22	1-11-2- محددات سيكولوجية
22	1-11-3- الإستعدادات الخاصة

الفصل الثاني: الفئة العمرية .

27	تمهيد
28	1-2- نبذة تاريخية عن معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية جامعة البويرة
29	2-2- مفهوم المراهقة
29	2-3- التحديد الزمني للمراهقة (أطوار المراهقة)
30	2-4- أهمية دراسة مرحلة المراهقة
30	2-5- أنماط المراهقة
30	2-5-1- المراهقة المتكيفة
30	2-5-2- المراهقة الإنسحابية المنطوية
30	2-5-3- المراهقة العدوانية المتمردة
31	2-5-4- المراهقة المنحرفة
31	2-6- أزمة المراهقة
31	2-7- القلق عند المراهق
32	2-8- خصائص النمو في مرحلة المراهقة
32	2-8-1- النمو الجسمي
32	2-8-2- النمو الفيزيولوجي
33	2-8-3- النمو العقلي المعرفي
33	2-8-4- النمو الجنسي
34	2-8-5- النمو الأخلاقي
36	خلاصة

الفصل الثالث: السباحة

38	تمهيد
39	1-3- نبذة تاريخية عن السباحة
42	2-3- مفهوم السباحة
42	3-3- تطور السباحة في الجزائر
43	3-4- فوائد السباحة
44	3-4-1- الفوائد الجسمية
44	3-4-2- الفوائد الفيزيولوجية
44	3-4-3- الفوائد الترويحية و الإجتماعية
44	3-4-4- الفوائد الصحية
45	3-4-5- الفوائد النفسية و العقلية
45	3-4-6- الفوائد العلاجية
46	3-5- أهمية السباحة
47	3-6- أنواع السباحة
47	3-6-1- السباحة على الصدر
47	3-6-2- السباحة على الظهر
47	3-6-3- السباحة الحرة
47	3-6-4- سباحة الفراشة
47	3-7- المواصفات القانونية لحوض السباحة
49	3-8- مجالات السباحة
49	3-8-1- السباحة التنافسية
50	3-8-2- السباحة التعليمية
50	3-8-3- السباحة العلاجية
51	3-8-4- السباحة الترويحية

51	3-9- المهارات الأساسية في السباحة
51	3-9-1- مهارة الطفو
52	3-9-2- مهارة الوقوف في الماء
52	3-9-3- مهارة الوثب في الماء
52	3-9-4- مهارة الإنزلاق
52	3-9-5- مهارة الانتقال في الماء
53	3-10- الأسس و العوامل المؤثرة في السباحة
53	3-10-1- أسس و عوامل الأمن و السلامة
54	3-10-2- الأسس الميكانيكية
54	3-10-3- الأسس والعوامل الفيزيولوجية
55	3-10-4- الأسس و العوامل النفسية و التربوية
56	خلاصة

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع : منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

59	تمهيد
60	4-1-1- الدراسة الإستطلاعية
60	4-1-2- المنهج المتبع
60	4-1-3- متغيرات البحث
61	4-1-4- مجتمع البحث
61	4-1-5- عينة البحث
61	4-1-6- مجالات البحث
61	4-2- أدوات البحث
63	4-3- الوسائل الإحصائية
63	4-4- الأسس العلمية للأداة
64	خلاصة

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

66	تمهيد
67	5-1- عرض وتحليل النتائج
92	5-2- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات
97	خلاصة
98	الإستنتاج العام
100	خاتمة
.	اقتراحات و فروض مستقبلية
.	البليوغرافيا
.	الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	رقم
المحور الأول: يقوم طلبة معهد.ع.ت.ن.ب.ر. بالبويرة بعملية الإنتقاء لرياضة السباحة		
67	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للسؤال رقم 01	01
69	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للعبارة رقم 02	02
71	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للعبارة رقم 03	03
73	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للعبارة رقم 04	04
75	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للعبارة رقم 05	05
المحور الثاني: تخضع عملية الإنتقاء الرياضي لمعايير وأسس علمية		
76	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للسؤال رقم 06	06
77	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للعبارة رقم 07	07
79	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للعبارة رقم 08	08
81	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للعبارة رقم 09	09
82	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للعبارة رقم 10	10
المحور الثالث: تتأثر عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة بعامل الجنس		
83	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للسؤال رقم 11	11
85	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للعبارة رقم 12	12
86	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للعبارة رقم 13	13
87	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للعبارة رقم 14	14
88	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للعبارة رقم 15	15

قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	رقم
67	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 01	01
69	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 02	02
71	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 03	03
73	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 04	04
75	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 05	05
76	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 06	06
77	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 07	07
79	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 08	08
81	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 09	09
82	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 10	10
83	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 11	11
85	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 12	12
86	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 13	13
87	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 14	14
88	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 15	15

ملخص الدراسة

ملخص البحث

عنوان الدراسة: << واقع عملية الإنتقاء الرياضي لدى الطلبة تخصص سباحة >>

إعداد: لونيس محمد/ كناي منير

إشراف البروفيسور: زاوي عبد السلام

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة الواقع الذي تعيشه رياضة السباحة لدى الطلبة في عملية الإنتقاء الرياضي والأسس والمعايير العلمية المعتمدة في عملية الإنتقاء الرياضي، بالإضافة إلى الكيفية التي تتم عليها إنتقاء الطلبة تخصص سباحة، وأيضاً معرفة إن كان الطلبة يخضعون لعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة، ومدى تأثير عملية الإنتقاء الرياضي بعامل الجنس، ومن خلال دراستنا لهذا الموضوع نسلط الضوء على واقع عملية الإنتقاء الرياضي لدى الطلبة تخصص سباحة.

فيما يخص الدراسة الإستطلاعية كانت على مستوى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية والمسبح النصف أولمبي بالبويرة، ومن خلاله تم إختيار عينة عشوائية المتمثلة في 20 طالب (10 في كل فوج) وأجرينا مقابلة مع 06 أساتذة مكلفين بعملية الإنتقاء الرياضي لطلبة المعهد في رياضة السباحة، ومنهم أساتذة مقياس السباحة، حيث تمت الدراسة الميدانية في الفترة الممتدة ما بين 08 ماي 2019 إلى غاية 16 ماي 2019 بمسبح البويرة ومعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

حيث إعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي في الدراسة وذلك باستخدام استمارة الإستبيان كأداة لجمع البيانات والمعلومات بعد إخضاعه للشروط العلمية من خلال تحكيمه من قبل الأساتذة، وكذا أجرينا مقابلة مع بعض الأساتذة المكلفين بعملية الإنتقاء الرياضي وذلك لمصادقية دراستنا حول هذا الموضوع، ومن الجانب الإحصائي استخدام النسب المئوية (%) واختبار كاي² لتحليل البيانات المتحصل عليها من قبل أفراد عينة البحث. ومن خلال تحليلنا لنتائج بحثنا هذا توصلنا إلى أن واقع عملية الإنتقاء الرياضي لدى الطلبة تخصص سباحة يعتمد على أسس ومعايير علمية، وكذا خضوع الطلبة لعملية الإنتقاء الرياضي.

وفي الأخير أسفرت نتائج الدراسة عن صحة الفرضيات المقترحة وكشفت واقع عملية الإنتقاء الرياضي لدى الطلبة تخصص سباحة، وعليه نوصي بضرورة أن يكون المدرب واعياً بأهمية عملية الإنتقاء وضرورة إجراءاتها، وكذلك الحرص على ضرورة اتباع الأسس العلمية والمقننة في عملية الانتقاء.

لقد شهد المجال الرياضي في السنوات الأخيرة تطوراً كبيراً شمل مختلف تخصصاته ويرجع المختصون هذا التطور إلى إرتباط هذا المجال بمختلف العلوم الأخرى بما في ذلك علم النفس علم الاجتماع، علم الإدارة، علم البيولوجيا، علم الحركة والميكانيكا الحيوية، إلى آخره من العلوم التي أصبح المجال الرياضي يستمد منها أسسه ومبادئه العلمية، بالإضافة إلى مختلف البحوث العلمية المستفيضة في دراسة مختلف المواضيع الرياضية، ولقد حظيت الرياضة باهتمام كبير ولقيت عناية كبيرة عند غالبية المجتمعات في العالم بما تعود به من فوائد على صحة الفرد وقوة وصلابة المجتمع وما لها من أهمية إستراتيجية وسياسية واقتصادية في بسط وهيمنة بعض الدول في المجال الرياضي وتأتي رياضة السباحة من ضمن النشاطات التي لقيت الدعم والإهتمام الكبيرين في الدول المطلة على البحر على وجه الخصوص بإعتبارها سلاحاً في يد من يجيدها، فهي رياضة كاملة من خصوصيتها ومن حيث ممارستها فهي تعود بالصحة على جسم الإنسان فهي فن أساسي لا نظير له بين سائر الفنون الرياضية. وتعد السباحة من الفعاليات الرياضية ذات الأهمية البالغة التي يمكن لكلا الجنسين من ممارستها في كل مراحل العمر، كما أن تعلمها لا يتأثر بمراحل النمو الزمني والبدني والعضلي، فهي رياضة شمولية ولعل القليلين هم الذين يدركون ما للسباحة من فوائد متعددة لذا من الضروري للإنسان أن يتعلم حركات السباحة حتى يجعل الماء مكاناً طبيعياً يستمتع بفوائده الصحية والترفيهية ويحافظ على صيانة وحياة الآخرين فيما لو احتاج الأمر إلى ذلك، كما تعود السباحة بالفائدة على الطب في معالجة بعض الأمراض التي تصيب المفاصل والإسترجاع عند الرياضيين، وهذا ما جعل أهل الإختصاص يفكرون دائماً في إيجاد أفضل الطرق والأساليب العلمية من أجل تطوير هذه الرياضة، وهذا ما يظهر جلياً في الدول المتقدمة والتي أصبحت تخصص ميزانيات ضخمة من أجل رفع المستوى الرياضي للسباحين وبالتالي تكوين سباحين ذوي مستوى عالي.

إن انتقاء الطلبة السباحين تساهم فيها عدة عوامل التي يجب أن تتوفر وهي حوض الماء أو المسبح، الثقة في النفس عند الطالب السباح، ومدرب السباحة والأغذية الجيدة، ويعد مدرب السباحة هو الركيزة الأساسية في عملية انتقاء السباحين الناشئين، ومن أجل الارتقاء بمستوى السباحين الناشئين يجب أن تتوفر لدى مدرب السباحة لهاته الفئة العمرية الصغرى كفاءة مهنية وعلمية عالية وخبرات في مجال تخصصه وصفات المدرب الناجح والدراية الكافية بالتطورات الحاصلة في مجال التدريب الرياضي وخصوصية هاته الرياضة، وخصائص ومميزات النمو لهاته الفئة العمرية، فالإنتقاء الجيد للطلبة السباحين يتطلب على أن يكون هذا المدرب كفؤاً ناجحاً في عمله.

ومما لا شك فيه أن وصول أي رياضة إلى المستويات العالية يجب أن يتم انتقاء ممارسيها في سن النشئ لكون الطفل في هذا السن يعتبر بمثابة القاعدة التي ينمو فيها ويتزعرع خلالها نجوم وأبطال المستقبل، كما أن الممارسة

مقدمة

الصحيحة لرياضة السباحة تبدأ من خلال مرحلتهم العمرية، وتتأسس عليها لهذا الغرض وجب على كل مدرب أن يعطي الرؤية المستقبلية بما يسمح بأن يحصل كل رياضي شاب على أقصى فرصة لتحقيق النجاح.

وعلى هذا الأساس قمنا بتقسيم هذا إلى جانبين، هما الجانب النظري والتطبيقي، حيث كان الجانب النظري شاملاً لإشكالية البحث والدراسة مع الفرضيات، كما وضعنا أسباب إختيارنا لهذا البحث وأهدافه مع شرح بعض المصطلحات الخاصة بالبحث دون أن ننسى الدراسات السابقة والمثابهة، تضمن هذا الجانب ثلاثة فصول، الفصل الأول مفهوم الإنتقاء الرياضي: متضمنا مفهوم الإنتقاء، أهميته، هدفه، أنواعه، مراحل، أساليبه، مبادئ الأسس العلمية، العوامل النفسية و دورها في عملية الإنتقاء، وكذا التقنيات الحديثة للإنتقاء في السباحة ثم الخروج من هذا الفصل بخلاصة، أما الفصل الثاني خصصناه للفئة العمرية: حيث جاء في بداية هذا الفصل نبذة تاريخية عن معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة البويرة، ثم تطرقنا إلى مفهوم المراقبة، وتحديد أطوارها، وأنماطها، وأزمتها، وخصائص النمو في مرحلة المراقبة، والإتمام بخلاصة، أما الفصل الثالث تناول موضوع السباحة: جاء في بداية هذا الفصل نبذة تاريخية عن السباحة، ثم تطرقنا إلى مفهوم السباحة، بمختلف فوائدها، وأهميتها، وأنواعها، مجالاتها، المواصفات القانونية لحوض السباحة، مختلف المهارات الأساسية، والأسس والعوامل المؤثرة في السباحة، ثم الخروج بخلاصة.

أما الجانب التطبيقي الذي يحتوي بدوره على فصلين الفصل الأول منه تطرقنا فيه الى منهجية البحث واجراءاته الميدانية والتي تتضمن الدراسة الإستطلاعية، المنهج المتبع، متغيرات البحث مجتمع الدراسة، مجالات البحث أدوات البحث، الوسائل الإحصائية، وصعوبات البحث، أما الفصل الثاني منه فقد تطرقنا الى عرض وتحليل ومناقشة النتائج والتي تتضمن عرض وتحليل النتائج، مناقشة ومقارنة النتائج بالفرضيات والإستنتاج العام، وأهم النتائج والتفسيرات الأساسية للبحث وفي الأخير قمنا بإقتراحات وفروض مستقبلية عسى ان تكون محطة انطلاق بحوث مستقبلية تخدم الرياضة بصفة عامة والسباحة بصفة خاصة.

مدخل عام:

التعريف بالبحث

- الإشكالية :

تعتبر عملية الإنتقاء من أهم المشاكل التي يواجهها العاملون في المجال الرياضي، فكثيرا ما يتم الإنتقاء بناء على محددات ذاتية يكون لها أثرها السيئ على النتائج المستقبلية، فالإنتقاء الخاطئ لا يخدم الرياضة، ويعتبر إهدارا للجهد والوقت والإمكانات المادية التي ستسخر كلها لخدمة عناصر لا يرجى منها، لذلك يعد الإنتقاء الجيد المبني على الإختبارات والأسس العلمية من أهم عوامل النجاح في الرياضة، والنهوض بها إلى المستويات النخبوية.

فإختبار الناشئ لممارسة النشاط الرياضي المناسب له منذ الطفولة، بالغ الأهمية في بلوغ المستويات العالية ومن الصعوبة تحقيق مستويات عالية دون التدريب منذ الصغر، و إن إنتقاء الناشئ للنشاط المناسب لم يعد متروكا للصدفة، فالإختبارات والمقاييس هي الوسيلة الموضوعية الصادقة لتحقيق الإنتقاء الجيد، وهي الأسلوب العلمي المضمون لتوفير الإمكانات البشرية التي لديها الإستعدادات المناسبة للوصول إلى التفوق.¹

فيجب أن لا يفوتنا بأن الأنشطة الرياضية وخاصة رياضة السباحة التي تعتبر من الأنشطة الرياضية التي تتميز بالعمل الديناميكي السريع لأوضاع وحركة الذراعين والرجلين حسب نوع السباحة، لها متطلبات وشروط خاصة ينبغي أن يتصف بها الرياضي، وهذا مايسمح لنا القول بأنه مهما كان التدريب ناجحا أو منسبا ومهما كان متقن إلا أن الإنتقاء الجيد للرياضيين المناسبين يضمن ممارسة الفعالة المختارة، وهو العامل الأساسي في بناء الرياضي.²

حيث استدلينا بالدراسة دحمانى جمال وحداش عبد الله، تحت إشراف الأستاذ الدكتور مزارى فاتح، بعنوان

<< الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة ودورها في انتقاء الناشئين (09 - 12) سنة >>.

فمن خلال الدراسة الإستطلاعية التي قمنا بها في الميدان قبل الأخذ في غمار الموضوع إلى المسبح النصف الأولمبي بالبويرة، ومن خلال الأسئلة الموجهة للطلبة وكذلك المقابلة التي أجريناها مع الأساتذة، اتضح لنا أنه يولون إهتمام كبير لعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة، وكانت النتيجة كل الأساتذة يعتمدون على الأسس العلمية والقواعد الأساسية لهذه العملية المهمة التي تعد مفتاح الوصول إلى النتائج الجيدة بالطلبة وتمثيلهم في أحسن وجه وتفوقهم في تخصص السباحة.

وهذا مانسعى إليه من بحثنا هذا وفي الواقع التطبيقي، لهذا يجب الإعتماد على عملية الإنتقاء في رياضة السباحة لدى هذه الفئة العمرية (الطلبة) بشكل عام فعملية الإنتقاء هي إختيار أفضل العناصر التي تتمتع بمقومات النجاح في رياضة السباحة، وعلى ضوء هذه الإشكالية نطرح التساؤل العام التالي:

- هل يقوم طلبة معهد علوم التقنيات و النشاطات البدنية و الرياضية بالبويرة بعملية الإنتقاء الرياضي ؟

1- محمد صبحي حسانين : <<القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية >>، دار الفكر العربي، ط4، الجزء الأول، 2001، ص88.

2- هدى محمد محمد الخضري : <<التقنيات الحديثة لإنتقاء الموهوبين الناشئين في السباحة >>، المكتبة المصرية للطباعة والنشر، 2004 ص9.

1- التساؤلات الجزئية:

- هل تخضع عملية الإنتقاء الرياضي لأسس ومعايير علمية ؟
- هل تتأثر عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة بعامل الجنس ؟

2- الفرضية العامة:

- يقوم طلبة معهد علوم التقنيات والنشاطات البدنية والرياضية بالبويرة بعملية الإنتقاء الرياضي.

3- الفرضيات الجزئية:

- تخضع عملية الإنتقاء الرياضي لأسس ومعايير علمية.
- تتأثر عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة بعامل الجنس.

4- أسباب إختيار الموضوع:

- إن أسباب إختيارنا لهذا الموضوع هي أسباب ذاتية وأخرى موضوعية ومنها نذكر:
- نقص الدراسات والبحوث التي تناولت مواضيعها مثل هذا الموضوع.
- إبراز أهمية الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة في إنتقاء الطلبة لتخصص سباحة.
- نسعى لتحقيق بعض الأهداف في مجال تكويننا والتي تعتبر مسعى لكل باحث.
- نسعى لمعرفة إن كان الطلبة يخضعون لعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة.
- نسعى الى إكتشاف بعض الحقائق في عملية إنتقاء الطلبة في رياضة السباحة.
- حبنا وميولنا لرياضة السباحة.
- إثراء مكتبتنا ببحوث تخص هذا المجال.

5- أهمية البحث:

- معرفة واقع عملية الانتقاء الرياضي لدى طلبة ليسانس معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تخصص سباحة.
- المراحل التي تبني عليها عملية الإنتقاء الرياضي.
- مدى الإهتمام بعملية الانتقاء الرياضي في رياضة السباحة.

6- أهداف البحث:

- خدمة الرياضة وتعميم الفائدة في البحث العلمي.
- معرفة الإعتبارات والأسس التي يبني عليها المدربون قناعتهم في عملية الانتقاء.
- معرفة أهمية الإنتقاء وآثاره في الحصول على نتائج حسنة.
- معرفة واقع عملية الانتقاء في رياضة السباحة لدى الطلبة لمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبويرة.

- تحسيس المدربين بضرورة وأهمية الإنتقاء لدى طلبة المعهد.
- الإطلاع على الأسس والمعايير التي يعتمدون عليها المدربون في رياضة السباحة في عملية الإنتقاء لدى الطلبة.
- معرفة آليات الإنتقاء المتبعة من طرف المدربين.

7- الدراسات المرتبطة بالبحث:

من المعروف أن العلم له صفة تراكمية ويبدأ الباحث من حيث إنتهى الآخرون وتساعد النتائج التي توصل إليها الباحثون الآخرون في الدراسات السابقة للباحثين الحاليين في وضع فروض أبحاثهم ويمكن دراسة هاته النتائج أو اختبارها للتأكد من صحتها، كما قد تساعد النتائج هذه النتائج في إستنباط مشكلات جديدة تستحق البحث والدراسة. وبالرغم من أهمية هذا الموضوع الذي تطرقنا إليه إلا أنه لم يلقى العناية الكافية من طرف الباحثين بحيث معظم الدراسات السابقة ركزت على عملية الإنتقاء في حين لم يتطرق الباحثين إلى واقع إنتقاء طلبة المعاهد الرياضية في رياضة السباحة.

➤ الدراسة الأولى:

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، للطلبة دحماني جمال وحداش عبد الله، تحت إشراف الأستاذ الدكتور مزاري فاتح، بعنوان >> الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة ودورها في انتقاء الناشئين (09 - 12) سنة <<، السنة الجامعية 2013/2012 معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبويرة .

1- الإشكالية:

- هل للكفاءة العلمية والمهنية لمدربي السباحة دور في عملية انتقاء الناشئين (09 - 12) سنة ؟

2- فرضيات البحث:

أ- الفرضية العامة:

- الكفاءة العلمية والمهنية لمدربي السباحة لها دور في عملية انتقاء الناشئين (09 - 12) سنة.

ب- الفرضيات الجزئية:

- المدربون القائمون على إنتقاء الناشئين لا تتوفر لديهم الخبرة والكفاءة والمؤهلات العلمية الكافية واللازمة.
- معرفة المدرب لخصائص المرحلة العمرية يساهم في عملية انتقاء الناشئين في السباحة.
- عدم مشاركة المدربين في الدورات والملتقيات العلمية لا يساهم في عملية الإنتقاء الجيد للسباحين الناشئين.

3- أهداف البحث:

- تحسيس المسؤولين بالدور التي تلعبه الكفاءة والخبرة لدى المدربين في إكتشاف المواهب الشابة من الناشئين.

- إيجاد حلول كفيلة وقادرة على رفع المستوى التكويني داخل المعاهد المتخصصة للحصول على مدربين أكفاء.
- إبراز أهمية الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة في نجاح عملية انتقاء الناشئين.
- الإشادة بمحاسن المعرفة العلمية واستخدام البرامج العلمية في المجال الرياضي.

4- منهجية البحث:

❖ اعتمادا في دراستهما على المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة البحث المراد عمله، كما قاما بإختيار العينة بطريقة قصدية (عينة مقصودة)، والمتمثلة في 16 مدرب ومدربة موزعين على (08) نوادي وجمعيات رياضية.

5- أهم نتائج البحث:

- قصور في الإعداد المهني للمدرب وبالتالي لا يضمن الإنتقاء الجيد والمرتز للناشئ السباح.
- ضعف مستوى المدربين في الثقافة التدريبية والمعرفية والذي لا يضمن نجاح العملية الإنتقائية والتدريبية التعليمية.
- قصور وضعف كبير للمدربين في كفاءتهم العلمية والمهنية مما يؤدي الى ضياع المواهب الشابة في السباحة.
- عدم الإهتمام من طرف الهيئات الخاصة والإتحادية من خلال تزويد المدربين بأحدث الاختبارات الحديثة وعدم رسكلتهم ولا يهتمون بتكوينهم في مجال تخصصهم مما أدى إلى ضعف في مستوى الكفاءة لدى المدربين.

6- الإقتراحات والتوصيات:

- ✓ إجراء الفحوصات الطبية اللازمة قبل وبعد عملية الإنتقاء والمتابعة الطبية الدورية للسباحين.
- ✓ وضع مدة زمنية كافية للمدرب كي يستطيع التحكم في عملية الإنتقاء.
- ✓ أن يقوم بعملية الإنتقاء أخصائيين في مجالات متعددة تحدد المعايير المعتمدة في ذلك.
- ✓ وضع برامج تدريبية وتعليمية خاصة قبل وبعد عملية الإنتقاء والحرص على تطبيقها.

➤ الدراسة الثانية:

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية تخصص التدريب الرياضي معهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله - زرالدة - للطالب مزارى فاتح، تحت إشراف الأستاذ الدكتور بن عكي محند أكلي، بعنوان <<عملية الإنتقاء الرياضي للناشئين في رياضة السباحة على مستوى الأندية الجزائرية للمرحلة العمرية (09 - 12) سنة >>، السنة الجامعية (2008/2007).

1- الإشكالية:

كانت إشكاليته عبارة عن مجموعة من التساؤلات وهي:

- كيف ينظر مدربو السباحة إلى عملية الانتقاء الرياضي كأداة للاستغلال الأمثل للإمكانات الذاتية للناشئين ؟

- هل نقص أو عدم التكوين الذي يعاني منه معظم مدربي السباحة يؤدي بالضرورة لسوء انتقاء وتهميش الكثير من البراعم الشبانية ؟
 - هل عملية الانتقاء لهذه البراعم الشبانية مبنية على أسس علمية دقيقة أم أنها عشوائية مبنية على أشياء أخرى ؟
- 2- فرضيات البحث:**
- أ- الفرضية العامة:**
- لا يهتم مدربي السباحة بعملية الإنتقاء الرياضي كأداة للإستغلال الأمثل للإمكانيات الذاتية للبراعم الشبانية الواعدة.
- ب- الفرضيات الجزئية:**
- يعود عدم اهتمام مدربي السباحة بعملية الانتقاء الرياضي إلى نقص تكوينهم وجهلهم لهذا الميدان.
 - عملية انتقاء المواهب الشبانية على مستوى أندية السباحة لا تخضع إلى معايير وأسس علمية.
 - عدم إدراك المدربين لخصائص المرحلة العمرية المناسبة للانتقاء لا يساعد على تطوير قدرات السباحين الناشئين.
- 3- أهداف البحث:**
- التعرف المبكر على المواهب الرياضية.
 - معرفة حقيقة الانتقاء الرياضي في الأندية العاصمية.
 - إعطاء القواعد النظرية والمنهجية لعملية الانتقاء الرياضي لفئة الموهوبين.
 - تسليط الضوء على الطرق والأساليب المستعملة في عملية الانتقاء الرياضي.
 - محاولة مكافحة ظاهرة تسرب المواهب الشبانية.
 - تحسيس المدربين بمدى أهمية عملية الانتقاء الرياضي في تطوير مستوى الرياضة والظفر بالألقاب في المحافل الدولية.
- 4- منهجية البحث:**
- ❖ اعتمد في دراسته على المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة البحث المراد عمله ، كما كانت العينة بطريقة شاملة والمتمثلة في 129 مدرب موزعين على (31) نادي رياضي للسباحة.
- 5- أهم نتائج البحث:**
- أن عملية الانتقاء الرياضي للبراعم الشبانية في رياضة السباحة، تبني على أسس عشوائية لا علاقة لها بالأسس العلمية الحديثة.

- أن معظم المدربين المشرفين على إعداد وانتقاء البراعم الشبانية، يعانون من نقص الكفاءة العلمية وحتى المهنية للقيام بذلك.
- لا يعتمدون في انتقائهم على أسس علمية مقننة، بل تخضع لذاتية وعشوائية كلا من المدرب والمدير الفني، وهذا ما يعود بالسلب على مستوى تطور السباحة الجزائرية.
- أن معظم المدربين لا يدركون خصائص النمو للمراحل العمرية، فطريقة عملهم وإعدادهم للبرنامج التدريبي تبني على أسس ذاتية لا تراعي ملائمة البرنامج للتدريب لقدرات السباح.

6- أهم الإقتراحات والتوصيات:

- ✓ الحرص على ضرورة إتباع أسس علمية حديثة أثناء قيام المدربين بعملية الانتقاء الرياضي لهؤلاء الناشئين في رياضة السباحة.
- ✓ ضرورة اعتماد وتكيف بطاريات اختبار خاصة في انتقاء السباحين في البيئة الجزائرية كي تتلاءم ومتطلباتهم.
- ✓ العمل على توفير كل الوسائل والمستلزمات التي تسهل عملية الإعداد والانتقاء، وتكيف المدرب الرياضي على استعمالها.
- ✓ التشديد على إقامة الفحوص الطبية قبل وأثناء تلقي السباح للجرعات التدريبية، والأخذ بهذه النتائج أثناء القيام بعملية الانتقاء.
- ✓ التشديد على ضرورة الأخذ بموصفات الوالدين أثناء انضمام السباح إلى النادي وأخذها كمعيار مساعد من أجل التنبؤ بمستقبل السباح.
- ✓ تخصيص ميزانية لإنشاء في كل مسبح مختبر طبي، من أجل مراقبة ومتابعة السباحين، كما يتم فيه إجراء مختلف القياسات العلمية من طرف أخصائيين في الميدان.

➤ الدراسة الثالثة:

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية للطلبة جمعي كمال، بوجاوي يوغرطة، تحت إشراف الأستاذ الدكتور يونس محمد بعنوان: << واقع عملية الانتقاء الرياضي كرة القدم لدى الناشئين (09-12) سنة >>، السنة الجامعية 2016/2015 معهد ع.ت.ن.ب.ر. جامعة البويرة.

1- الإشكالية:

- ما هو واقع عملية الانتقاء الرياضي في كرة القدم لدى فئة الناشئين (9 - 12 سنة) ؟

2- فرضيات البحث:

أ- الفرضية العامة:

▪ هناك نقائص في عملية الانتقاء لدى الناشئين في مستوى أندية ولاية البويرة.

ب- الفرضيات الجزئية:

- عراقيل تواجه المدربين أثناء القيام بعملية الانتقاء.
- تتم عملية الانتقاء في ولاية البويرة بطريقة عشوائية وهذا نظرا لإعتماد جل المدربين مع أسس غير علمية.
- هناك نقائص في التحكم في مضمون عملية الانتقاء.

3- أهداف البحث:

- خدمة الرياضة وتعميم الفائدة في البحث العلمي.
- معرفة الاعتبارات والأسس التي تبني عليها المدربون قناعتهم في عملية الانتقاء.
- معرفة أهمية الانتقاء وآثره في الحصول على نتائج حسنة.
- معرفة واقع عملية الانتقاء في كرة القدم بالأندية الجزائرية.
- تحسيس المدربين بضرورة وأهمية الانتقاء.
- الإطلاع على الأسس التي يعتمد عليها المدربون في كرة القدم الجزائرية في عملية الانتقاء.
- معرفة آليات الانتقاء المتبعة من طرف المدربين.

4- منهجية البحث:

❖ تمثلت العينة في 16 مدرب لكرة القدم لفئة الناشئين، واعتمدا في هذه الدراسة على منهج الوصفي في الدراسة وذلك باستخدام استمارة الإستبيان كأداة لجمع البيانات والمعلومات بعد إخضاعه للشروط العلمية من خلال تحكيمة من قبل أساتذة مختصين.

5- أهم نتائج البحث:

- انتقاء الناشئين باستخدام المراجع العلمية.
- ثم انتقاء وتقنين بطارية الاختبارات لأسس انتقاء الناشئين.
- تميزت مجموعة الاختبارات المرشحة ببساطة وعدم التعقد.

6- أهم الإقتراحات والتوصيات:

- ✓ الاعتماد على معايير ذو مستوى ممتاز وجيد للقياسات المعتمدة بالنسبة للجوانب المهمة.
- ✓ العمل على توفير أجهزة علمية حديثة للمساعدة في تقويم وتطوير لاعبي كرة اليد.

➤ الدراسة الرابعة:

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية للطلبة كري رابح، قرين عبد الحق، تحت إشراف الأستاذ حاج أحمد مراد بعنوان: >> واقع عملية الانتقاء الرياضي في الكرة الطائرة لدى الناشئين (09-12) سنة <<، السنة الجامعية 2012/2013 معهد ع.ت.ن.ب.ر. بالبويرة.

1- الإشكالية:

- ما هو واقع عملية الانتقاء الرياضي في الكرة الطائرة لدى الناشئين في أندية ولاية بومرداس ؟

2- فرضيات البحث:

أ- الفرضية العامة:

- عملية الإنتقاء في الكرة الطائرة لأندية ولاية بومرداس تتم بطريقة تقليدية ولا تخضع للقواعد والأسس الحديثة.

ب- الفرضيات الجزئية:

- يقومون بهذه العملية مدربين عاديين في الكرة الطائرة.
- لا تخضع هذه العملية لأسس و معايير علمية.

3- أهداف البحث:

- ✓ معرفة من توكل إليه الإنتقاء.
- ✓ معرفة الأسس و المعايير التي توضع في الإنتقاء.
- ✓ معرفة الطريقة التي يتم بها الإنتقاء.
- ✓ معرفة واقع عملية الإنتقاء الرياضي في الكرة الطائرة في بعض أندية ولاية بومرداس.

4- منهجية البحث:

- ❖ اعتمادا على المنهج الوصفي بإتباع تقنية الإستبيان التي تعتبر من أنجع الطرق للحصول على معلومات حول موضوع أو مشكلة ما، كانت عينة بحثهم عشوائية وقد شملت (10) مدربين لأندية ولاية بومرداس.

5- أهم نتائج البحث:

- معظم مدربي الكرة الطائرة لدى الناشئين 9-12 سنة هم مدربين عاديين لا يولون إهتمام للفئة الناشئة كما أنهم لا يحددون الصفات النموذجية للمرحلة.
- لا يعتمدون على الأسس والمعايير العلمية الخاصة بعملية الإنتقاء.
- استعمال الطريقة التقليدية في إنتقائهم للناشئين.

6- الإقتراحات والتوصيات:

- ✓ تسطير برنامج خاص بعملية الإنتقاء مبني على أسس ومعايير علمية.
- ✓ الإهتمام بالفئات الصغرى (90-12) سنة لأنها تعتبر أحسن مرحلة في عملية الإنتقاء الناشئين في الكرة الطائرة.
- ✓ إنشاء مدارس وأكاديميات خاصة بإنتقاء وتكوين الناشئين.
- ✓ القيام بتكوين مدربين مختصين في الإنتقاء.
- ✓ دعم الأندية ماديا مع توفير مختلف الأجهزة والوسائل الرياضية.

1- المفاهيم والمصطلحات:

- تعريف مصطلحات البحث نظريا: الإنتقاء الرياضي، الطلبة، السباحة

الإنتقاء:

لغة: انتقى، ينتقى، انتقى، انتقاء الشيء: اختاره. (1)

اصطلاحا: ويعرف كل من حلمي ونبيل العطار (1977) الانتقاء بأنه عبارة عن إنتخاب أفضل العناصر ممن لديهم الاستعدادات والرغبة لممارسة نشاط معين، بينما يعرفه فرج بيومي بأنه اختيار أفضل العناصر من الأعداد المتقدمة للانضمام لممارسة اللعبة مع التنبؤ بمدى تأثير العملية التدريبية الطويلة مستقبلا على تنمية تلك الاستعدادات بطريقة تمكن هؤلاء اللاعبين من الوصول إلى أعلى مستويات الأداء في اللعبة. (2)

إجرائيا: هو عملية اختيار أنسب العناصر من بين الرياضيين ممن يتمتعون باستعدادات وقدرات خاصة تتفق مع متطلبات نوع النشاط الرياضي، أي اختيار ممن تتوفر لديهم الصلاحية ويمكن التنبؤ لهم بالتفوق في ذلك النشاط الرياضي الممارس.

مطرح : الطلبة (المراهقة)

- تعريف المراهقة:

أ- لغة :

إن كلمة المراهقة ADOLESCENCE مشتقة من الفعل اللاتيني ADOLEXERE ومعناه التدرج نحو النضج الجسمي والجنسي والعقلي و الاجتماعي. (3)

وكلمة المراهقة تفيد معنى الاقتراب والدنو من الحلم وبذلك يؤكد علماء اللغة العربية هذا المعنى في قولهم رهق بمعنى غش أو لحق أو دنا من .

¹ - علي بن هادية وآخرون: القاموس الجيد للطلاب، ط7، الجزائر، 1991، ص 108.

² - محمد حازم، محمد أبو يوسف: أسس اختيار الناشئين في كرة القدم، الاسكندرية، 2005، دار الوفاء، ص 19.

³ - محمد مصطفى زيدان، نبيل السماطولي، مرجع سابق 1985، ص 15 .

ب- إصطلاحا :

المراهقة من الناحية الاصطلاحية هي لفظ وصفي يطلق على المرحلة التي يقترب فيها الطفل وهو الفرد الغير الناضج إنفعاليا، جسميا وعقليا من مرحلة البلوغ ثم الرشد ثم الرجولة وهكذا أصبحت المراهقة بمعناها العمي هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد فهي لذا عملية بيولوجية عضوية في بدايتها وظاهرة إجتماعية في نهايتها¹. كما تستخدم في علم النفس مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد والنضج، فالمراهقة مرحلة تاهب المرحلة الرشد، تمتد في العقد الثاني من حياة الفرد من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريبا أو قبل ذلك بعام أو عامين، أو بعد ذلك بعام أو عامين أي بين 11-21 سنة ولذلك تعرف المراهقة أحيانا باسم (المرحلة العشارية) ويعرف المراهقون بالعشاريين .

- مفهوم السباحة:

السباحة هي إحدى الرياضات المائية التي تختلف أهدافها بين إنقاذ النفس من الغرق أو الممارسة من أجل المتعة أو من أجل المنافسة أو العلاج، وفي كل الحالات فإن الشخص يستعمل حركة أطراف الجسم أو الجسم بالكامل للانتقال خلال سطح الماء بحركات إما أن تكون متعاقبة أو متماثلة.

¹- الرابع تركي، أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية بدون طبعة ، الجزائر 1990، ص 241-242 .

الجانب النظري

الفصل الأول

الانتقاء الرياضي

تمهيد:

يعتبر وصول أي سباح إلى مستوى عالي وتحقيقه للنتائج الإيجابية لم يعد بدافع الصدفة بل يتوقف ذلك على عدة عوامل ومراحل تتمثل في بداية إنتقاء الناشئين بطريقة علمية مرورا بالتدريب المستمر للوصول الى المنافسة التي تحصد الجهد المبذول.

ويعد إختيار اللاعبين الناشئين الموهوبين من بين أصعب المهام الرياضية وذلك لما تتطلبه من دراسات معمقة والمهام بجميع الجوانب المؤثرة على السباح وعلى مستواه الرياضي.

وكثيرا ماتم عملية الإنتقاء بناءا على ذاتية المدرب والتي ينتج عنها آثار سلبية كما أن الإنتقاء الغير العلمي يعتبر إهدار للوقت والمال والجهد بحيث ستسخر كلها لخدمة عناصر لا ينتظر منها الكثير، لذلك يعد التقيد بالأسس العلمية والبرامج في عملية الإنتقاء من أكثر الضمانات لتحقيق النتائج الإيجابية، ورفع المستوى الرياضي، ومن أجل رفع الستار على هذه العملية إرتأى الباحث في هذا الفصل أن يتطرق الى أحد مفاهيم الإنتقاء الرياضي وكذلك إظهار مختلف المحددات الأساسية والمبادئ والأسس العلمية التي يبنى عليها، وذكر أنواع الإنتقاء والمراحل التي يمر بها الإنتقاء ثم تطرق الباحث الى ذكر أساليب الإنتقاء الرياضي وكذلك العوامل النفسية ودورها في عملية الإنتقاء، ومختلف التقنيات الحديثة للإنتقاء في رياضة السباحة.

1-1- مفهوم الإنتقاء:

هو الأسلوب العلمي والتخطيط المدروس للوصول إلى أفضل الخانات المباشرة بالنجاح المستقبلي، وأيا كانت الإمكانيات المادية والبشرية المتوافرة فإنها لن تجدي نفعاً إذا لم توجه عبر عناصر بشرية مباشرة بالنجاح.⁽¹⁾ ويعرف الانتقاء بأنه اختيار العناصر البشرية التي تتمتع بمقومات النجاح في نشاط رياضي معين.⁽²⁾

1-2- مفهوم الإنتقاء في المجال الرياضي:

الانتقاء الرياضي هو عملية اختيار انسب العناصر من بين الرياضيين ممن يتمتعون باستعدادات وقدرات خاصة تتفق مع متطلبات نوع النشاط الرياضي أي اختيار ممن تتوفر لديهم الصلاحية ويمكن التنبؤ لهم بالتفوق في ذلك النشاط.⁽³⁾ بينما يرى البعض الآخر بأنه عملية يتم فيها اختيار أفضل العناصر من اللاعبين أو اللاعبات من خلال عدد كبير منهم خلال برنامج زمني يتوافق ومراحل برامج الإعداد.⁽⁴⁾

1-3- أهمية عملية الإنتقاء:

تستهدف عملية الانتقاء في المجال الرياضي بصفة عامة اختيار لأضل الرياضيين لممارسة نشاط رياضي معين والوصول إلى مستويات عليا في هذا النشاط وقد ظهرت الحاجة إلى هذه العملية نتيجة اختلاف اللاعبين في استعداداتهم النفسية والبدنية والعقلية وقد أصبح من المسلم له أن إمكانيات وصول رياضي إلى المستويات العليا في المجال الرياضي وتوجيهه إلى نوع الرياضة المناسبة والتي تتلاءم مع استعداداته وقدراته المختلفة والتنبؤ بدقة بمدى تأثير عملية التدريب على نمو وتطوير تلك الاستعدادات والقدرات بطريقة فعالة تمكن اللاعب من تحقيق التقدم المستمر في نشاطه الرياضي وذلك هو جوهر عملية الانتقاء.⁽⁵⁾

1- هاشم أحمد سليمان ، "مقالة بعنوان الانتقاء في المجال الرياضي اكااديمية كرة القدم"، أنظر <http://www.badnia.net>، ص 01-08 .

2- محمد محمود عبد الدايم ، محمد صبحي حسنين، الحديث في كرة السلة، الأسس العلمية والتطبيقية، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، 1999، ص196.

3- محمد لطفي طه ، الأسس النفسية لانتقاء الرياضيين ، القاهرة ، الهيئة العامة المطابع الأميرية، 2002، ص13.

4- هدى محمد محمد الخضري ، التقنيات الحديثة لانتقاء الموهبين الناشئين في السباحة ، المكتبة المصرية ، 2004 ، ص19.

5- هاشم أحمد سليمان ، المرجع السابق .

1-4- هدف عملية الانتقاء:

- يشير عادل عبد البصير أن الهدف من عملية الانتقاء هو:
- الاكتشاف المبكر للموهوبين في مختلف الأنشطة الرياضية.
- توجيه الراغبين في ممارسة الأنشطة الرياضية إلى المجالات المناسبة لقدراتهم وميولهم.
- تحديد الصفات النموذجية لكل نشاط.
- تكريس الوقت والجهد والتكاليف في تدريب من يتوقع لهم تحقيق المستويات العالية.
- توجيه عملية التدريب لتنمية وتطوير اللاعب في ضوء ما يجب الوصول إليه.⁽¹⁾

1-5- أنواع الانتقاء في المجال الرياضي:

تهدف عملية الانتقاء في المجال الرياضي دراسة أوجه النشاط البدني والنفسي التي يشترك فيها أفراد المجتمع جميعاً، أي أوجه الشبه بينهما كالإدراك والتفكير والتذكر والتعلم والتدريب، ومن ضوء الأهداف السابقة يمكن إجراء الانتقاء إلى:⁽²⁾

- الانتقاء بغرض التوجيه إلى اللعبة الرياضية التي تناسب المواهب.
- الانتقاء لتشكيل الفرق المتجانسة ومن هنا يتطلب استخدام الدراسات النفسية للفرق الرياضية.
- الانتقاء للمنتخبات القومية من بين الرياضيين ذوي المستويات العليا.

ويرى محمد لطفي طه: أن أنواع الانتقاء الرياضي تنقسم إلى أربعة أنواع كما حددها بولجوكوفا 1986 وهي:

- 1- الانتقاء بغرض الاستدلال على نوع النشاط الرياضي المناسب للمبتدئ، وفيه ينصح الوالدين بالتعرف على قدرات أبنائهم من خلال إتاحة الفرصة أمامهم لممارسة مجموعة من الأنشطة الرياضية المتشابهة وليست نشاطاً لذاته (مجموعة الألعاب الجماعية، مجموعة المنازلات الفردية، مجموعة الأنشطة الدورية، مجموعة الأنشطة ذات التوافق الصعب).
- 2- الانتقاء بغرض الكشف عن الاستعدادات الخاصة للعبة لدى الطفل الناشئ، ويجري هذا الانتقاء في المراحل الأساسية من الإعداد طويل المدى ضماناً لتحقيق أفضل النتائج الرياضية في النشاط الرياضي معين.
- 3- الانتقاء بغرض تشكيل فريق (جماعة) رياضي للاشتراك في المنافسات كمجموعة متجانسة كتشكيل فرق الألعاب الجماعية وفرق التجديف... الخ، ويساعد هذا النوع من الانتقاء على تجنب الكثير من المشكلات المرتبطة بالتوافق النفسي التي قد تنشأ بين أعضاء الفريق.

1- يحي السيد الحاوي، "المدرّب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب"، المركز العربي للنشر، ط01، 2002، ص37-38.

2- قاسم حسن حسين وفتحي المهشيش يوسف، "الموهوب الرياضي سماته وخصائصه في مجال التدريب الرياضي"، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ط01، عمان، الأردن، 1999، ص95.

4- الانتقاء بهدف تشكيل المنتخبات الرياضية على المستوى القومي والأولمبي من بين مجموع اللاعبين ذوي المستويات العليا، وتمكن صعوبة هذا النوع من الانتقاء في التقارب بين هؤلاء اللاعبين من حيث المستوى والحالة التدريبية.⁽¹⁾

1-6-1- مراحل عملية الانتقاء الرياضي في السباحة:

1-6-1-1- المرحلة الأولى (مرحلة الانتقاء الأولي):

نعني بها مرحلة التعرف المبدئي على الناشئين الموهوبين، وتستهدف تحديد الصحة العامة، والتقدير المبدئي لمستوى القدرات البدنية والخصائص المرفولوجية والوظيفية والسمات الشخصية والقدرات العقلية، ويتم ذلك عن طريق تحديد مدى قرب مستويات هذه الأبعاد عن المستويات المطلوبة للمنافسة الرياضية المتوقعة.

1-6-1-2- المرحلة الثانية (مرحلة الانتقاء الخاص):

ويفضل عليها البعض مرحلة التدقيق في اختبار الناشئين الذين يتخصصوا في نوع النشاط الذي يحبونه، في هذه المرحلة يتم تصفية الناشئين الذين تم اختيارهم في مرحلة الانتقاء الأولي، حيث يتم توجيه العناصر الأفضل إلى نوع النشاط الرياضي يتلائم مع استعداداتهم وقدراتهم وذلك وفقا لإختبارات ومقاييس أكثر تقدما والجدير بالذكر بداية هذه المرحلة يتم بعد مرور بفترة تدريبية طويلة نسبيا قد تستغرق ما بين عام الى اربعة اعوام.

1-6-1-3- المرحلة الثالثة (الانتقاء التأهيلي):

كما يطلق البعض عليها مرحلة التحديد أو (التخصص الرياضي)، التي تستهدف التحديد الأكثر دقة لخصائص الناشئ وقدراته بعد إنتهاء المرحلة الثانية من الانتقاء والتدريب، وكذلك إنتقاء الناشئ الأكثر كفاءة لتحقيق المستويات العالية، ويكون التركيز فيها على قياس مستويات نمو الخصائص المورفو وظيفية ونمو الإستعدادات الخاصة بنوع النشاط الرياضي، و سرعة و نوعية عمليات إستعادة الشفاء بعد الجهد البدني، عن (فايتسخوفسكي) كما يؤخذ في الإعتبار قياس الإتجاهات الإجتماعية والسمات التي يتطلبها النشاط التخصصي.²

1-7-1- أساليب الانتقاء الرياضي:

1-7-1-1- الانتقاء التجريبي:

هي الطريقة الأكثر إستعمالا من قبل المدربين عن طريق البحث البيداغوجي أو التقييم التجاربي حيث أن التجربة تلعب دورا هاما بالنسبة للمدرب الذي يقارن اللاعب بالنسبة لنموذج، أو لاعب معروف على الصعيد العالمي، حيث طابع هذا النوع من الانتقاء يعتمد أساسا على المعارف وخبرة المدرب ونظرته، كما أنها تعتمد على الإختبارات والقياس والإحصاء.

1- محمد لطفي طه ، مرجع سابق، ص18- 19 .

2- هدى محمد محمد الخضري ، مرجع سابق ، سنة 2004 ، ص 49 .

1-7-2- الإنتقاء العفوي:

بدأ مبكرا بمجرد ظهور الميل و الإهتمام بالكرة فالإختيار يتم من خلال تحسين الحركات الأساسية خلال التدريب أو المباراة وبالتالي يزيد إهتمام اللاعب خاصة عند الفوز، وعادة يتم إنتقاء اللاعبين بمقارنتهم ببعضهم البعض أو بمقارنتهم بلاعب مشهور، كما أن هذا الإنتقاء يفتح المجال لذاتية المدرب.¹

1-7-3- الإنتقاء المعقد:

وهي الطريقة الأكثر تعقيدا والأكثر موضوعية من حيث النتائج، حيث أنها تسمح بتقييم الفرد من خلال الجوانب، عند إختيار عملية الإنتقاء يجب أن تحرص على أن تكون مكونة من عدة طرق بيداغوجية، طبية فزيولوجية وبيسكولوجية.

أ- الطريقة البيداغوجية:

تسمح بتقييم الشخصية الرياضية والتي تكون في مستوى تطور الوظائف الحركية والخصائص البدنية والقابلية الحركية والقدرات التنفسية ومستوى التحكم التقني والتكتيكي واستمرار قدرة العمل في الإختصاص المختار.

ب- الطريقة الطبية: (البيولوجية):

وهذه الطريقة موجهة لدراسة الفرديات وإمكانيات تحليل أنظمة ووظائف الجسم بالإضافة إلى التنسيق الحركي تحت تأثير الممارسة الرياضية.

ت- الطريقة البسكولوجية:

تسمح هذه الطريقة بدراسة الخصائص البشرية للرياضي والتي تؤثر على الإقدام الفردي أو الجماعي على المنافسة الرياضية وهذا بتنفيذ الخطط التكتيكية بنجاح بفضل العمليات الحركية، ومن بين هذه الأنواع الطريقة الأخيرة للإنتقاء المركب التي تسمح بتقييم وتسهيل الضوء على مختلف الجوانب للتحديد الدقيق للمؤثرات العملية للإنتقاء الرياضي.²

ث- الطريقة الفزيولوجية:

تسمح هذه الطريقة بدراسة وتقييم التغيرات وإمكانيات تحليل أنظمة ووظائف الجسم بالإضافة إلى التنسيق الحركي تحت تأثير الممارسة الرياضية.

1- محمد لطفي طه ، مرجع سابق ، 2002 ، ص 13.

2- Platonov . problèmes de capacité Ed naouka . kouscou . 1972 . p74 .

1-9- المبادئ والأسس العلمية لعمليات الانتقاء:

هناك بعض المبادئ التي يجب مراعاتها عند إجراء عمليات الانتقاء لتقرير صلاحية اللاعب، وقد حدد ميلينكوف (1987) تلك المبادئ على النحو التالي:

1-9-1- الأساس العلمي للانتقاء:

إن صياغة نظام الانتقاء لكل نشاط على حدة، أو لمواقف تنافسية معينة يحتاج إلى معرفة جيدة للأسس العلمية الخاصة بطرق التشخيص والقياس التي يمكن استخدامها في عملية الانتقاء، حتى نضمن تقادي الأخطاء التي يقع فيها البعض.

1-9-2- شمول جوانب الانتقاء:

إن مشكلة الانتقاء في المجال الرياضي متشابكة ومتشعبة الجوانب البدني والمورفولوجي والنفسي ولا يجب أن تقتصر عمليات الانتقاء على مراعاة جانب دون آخر، فعند تقرير صلاحية اللاعب يجب الانطلاق من قاعدة متكاملة بحيث تضمن كافة جوانب الانتقاء.

1-9-3- استمرارية القياس والتشخيص:

يعتبر القياس والتشخيص المستمر من المبادئ الهامة حيث أن الانتقاء في المجال الرياضي لا يتوقف عند حد معين، وإنما هو عملية مستمرة من الدراسة والتشخيص للخصائص التي يتطلبها نوع النشاط الرياضي، تلك الدراسة تجرب انتظام خلال مختلف مراحل الحياة الرياضية للاعبين بغرض تطوير وتحسين أدائهم الرياضي.

1-9-4- ملائمة مقاييس الانتقاء:

إن المقاييس التي يعتمد عليها في تقرير الصلاحية يجب أن تتسم بالمرونة الكافية وإمكانية التعديل، حيث أن المتطلبات المفروضة على اللاعب سوء في ارتفاعها وانخفاضها، تظهر مرحليا بتغيير ما يطلب منه من حيث ارتفاع المتطلبات المفروضة ارتفاع وانخفاض حلبة المنافسة الرياضية سواء في الداخل أو الخارج.

1-9-5- البعد الإنساني للانتقاء:

إن استخدام الأسلوب العلمي في عمليات الانتقاء والحصول على نتائج تتسم بالدقة والموضوعية أمر ضروري لحماية اللاعب من الآثار السلبية للأعمال البدنية والنفسية التي قد تفوق قدراته وطاقاته أحيانا، فضلا عن حمايته من الشعور بالإحباط وخيبة الأمل ناتجة عن الفشل المتكرر، الذي قد يتعرض له في حالة اختيار نوع النشاط الرياضي الذي لا يتناسب مع استعداداته وقدراته.

1-9-6- العائد التطبيقي للانتقاء:

حتى يتحقق العائد التطبيقي المطلوب يجب أن تكون الإجراءات الخاصة بعملية الانتقاء اقتصادية من حيث الوقت و المال الذي ينفق على الأجهزة والأدوات وإعداد الكوادر ، حتى يمكننا من ذلك استمرار الفحوصات وتكرارها بين الحين والآخر لإعطاء التوجيهات اللازمة على أساس نتائج تلك الفحوصات.

1-9-7- القيمة التربوية:

إن نتائج الفحوصات لا يجب الاستفادة منها في عملية انتقاء الرياضيين الأفضل استعدادا فحسب، وإنما يجب استخدامها كذلك في تحسين ورفع فعالية عمليات التدريب عند وضع وتشكيل برامج الإعداد وتقنين الأحمال، وكذلك تحسين ظروف ومواقف المنافسات... الخ.⁽¹⁾

1-10-1- العوامل النفسية ودورها في عملية الانتقاء:

1-10-1-1- دور العوامل النفسية ودورها في عملية انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي:

إن العوامل النفسية تعني المقدرة في استثمار المميزات الجسدية والوظائفية والحركية حسب درجة الجهد التي تحتاجها الرياضية المعنية، ونظرا لتعدد الأنشطة الرياضية الأخرى فقد أصبح لكل نشاط رياضي متطلباته النفسية التي ينفرد بها عن غيره من الأنشطة الرياضية الأخرى، سوء بالنسبة لطبيعة المهارات الحركية أو القدرات الخطئية المطلوبة لتنفيذه ، أو بالنسبة لما يتطلبه النشاط من عمليات عقلية، أو بالنسبة لما ينبغي أن يتميز به الرياضي من سمات نفسية معينة وتعد القدرات العقلية مثل الانتباه، الإدراك، الذكاء، التوقع، رد الفعل، والعوامل الوجدانية من أهم الموضوع التي يجب الاهتمام بها وذلك للدور الكبير الذي تؤديه في السلوك الحركي وفي انفعالات الرياضي واستجاباته خلال اشتراكه في النشاط الرياضي، إذ أن استخدام القدرات العقلية والعوامل الوجدانية من وإلى أقصى درجة يزيد من المجهود المبذول من قبل الرياضي سواء في التدريب أو في المنافسات الرياضية.⁽²⁾

وفي المجال الانتقاء فتحل العوامل النفسية أهمية واسعة في مراحل الاختبار المختلفة فهي تمثل مقياسا ومؤشرا يمكن من خلالها التنبؤ بقدرة الرياضي الموهوب وإمكانياته في المستقبل لتحقيق الانجاز العالي. ويؤدي التشخيص النفسي دورا مهما خلال مراحل الاختيار المختلفة بهدف تقويم الخصائص النفسية للناشئ الموهوب، ومدى استعداداته للمنافسة، وترتبط هذه الخصائص والاستعدادات بالمتطلبات النفسية لممارسة النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه الرياضي وتحديد العوامل النفسية بعملية انتقاء الموهبين في المجال الرياضي بالنقاط التالية:

1- محمد لطفي طه ، مرجع سابق ، ص 23-24 .

2- خالد منصور، عملية الانتقاء في المجال الرياضي ، أنظر www.shbhda.com .

1- السمات الشخصية الرياضية:

لكل رياضي شخصيته المتميزة عن وزملائه على الرغم من اتفائه معهم في بعض الجوانب لكن عند تناول البنية الكلية لسمات وخصائص شخصية المواهب نجده مختلفاً عن أقرانه بالشخصية، ويمكن تقسيم هذه السمات إلى:

أ- سمات عقلية ومعرفية:

وهي ترتبط بالذكاء والقدرات العقلية وإدراك الرياضي للعالم الخارجي (قدرات الإدراك - السمعي - الحركي).

ب- سمات انفعالية ووجدانية:

تظهر في أساليب النشاط الانفعالي ودوافع الرياضي وميوله واتجاهاته وأسلوب مواجهته للمواقف الاجتماعية والتكيف معها سمات مزاجية، السمات الخلقية والإدراكية (مثل الجرأة، التصميم، المثابرة، ضبط النفس... الخ) والميول والاتجاهات.

ت- توافر الإدارة القوية:

مما لا شك فيه أن التركيز على السمات الشخصية والإدارية يحقق الوصول للمستويات الرياضية العليا للرياضي الذي يستخدم كل طاقته في الكفاح ولديه الإصرار والعزيمة على الوصول للبطولة، لذا تؤدي الإدارة دوراً مهماً في ذلك، ولهذا يجب العمل على زيادة الدافعية نحو ممارسة النشاط الرياضي عن طريق المعرفة والافتتاح لإدراك الهدف، وللتغلب على ما يعترضه من صعوبات، إذ أن الدافع القوي يزيد من اليقظة وتركيز الانتباه ويؤخر ظهور التعب، ويبعد ظاهرة الملل، ويزيد من مثابرة الرياضي وبذلك يسهم في نجاح عملية التدريب، وخلال مراحل الانتقاء تستخدم البيانات النفسية لتحقيق عدة أهداف أهمها:

- ✓ التنبؤ بمعدل سرعة التقدم في أداء المهارات الحركية مستقبلاً، إذ يشير المستوى العالي لنمو عمليات التنظيم النفسية إلى سرعة إتقان هذه المهارات والعكس صحيح.
- ✓ توجيه عمليات الإعداد للناشئ ورفع مستوى نمو وظائف الجهاز العصبي وتنمية السمات النفسية المطلوبة لنوع معين من النشاط الرياضي.
- ✓ زيادة فاعلية الاختبارات النفسية وعمليات التشخيص النفسي خلال مراحل الانتقاء إذ يستفاد كم البيانات المجمعة من مرحلة إلى أخرى.⁽¹⁾

1- خالد منصور، عملية الانتقاء في المجال الرياضي، أنظر www.shbhda.com.

1-11-1- محددات عملية الإنتقاء:

1-11-1-1- محددات بيولوجية:

وتشمل على العوامل والمتغيرات البيولوجية التي يركز عليها التنبؤ الجيد في عملية الإنتقاء بمراحله المختلفة.

1-11-1-2- محددات سيكولوجية:

وتشمل على العوامل والمتغيرات النفسية التي تركز عليها التنبؤ الجيد في عملية الإنتقاء بمراحله المختلفة.

1-11-1-3- الإستعدادات الخاصة:

وتشمل على الاستعدادات الخاصة بأنواع الفعاليات والألعاب الرياضية المختلفة، إذ لكل نشاط رياضي متطلبات تختلف عن متطلبات النشاط الأخر وهذه الاستعدادات قد تكون بيولوجية أو سيكولوجية.

فالتقسيم السابق لمحددات الإنتقاء لا يعني عزل الواحد عن الأخر لأن هناك علاقة تفاعل متبادلة بينها وتتأثر جميعها بالتدريب والظروف البيئية المحيطة بالللاعب. (1)

1-12-1- التقنيات الحديثة للإنتقاء في السباحة:

إن للنظرة العلمية الجديدة أثر بالغ في المكتسبات الجديدة، فمن جهة قدمت التكنولوجيا أجهزة علمية ذات أهمية بالغة مما أدى إلى إتاحة الفرصة لكشف وقائع جديدة غير من صور المعرفة المألوفة، شأن ذلك في الرياضة بصفة عامة والسباحة بصفة خاصة، فمن خلال هذا التقدم العلمي أصبحت نتائج الأبحاث تتسم بالمصادقية الكاملة، ففي المجال الرياضي أصبحت الأبحاث تتم بواسطة أجهزة علمية متطورة، ففي السباحة مثلاً في عملية الإنتقاء على وجه الخصوص كانت تتسم بالعشوائية وإهدار الكثير من المواهب الشبانية وهذا لعدم انتهاز الوسائل الحديثة للإنتقاء، لكن مع وجود هذه الصحوه العلمية أصبحت هناك عدة طرق ووسائل حديثة للإنتقاء في رياضة السباحة وباقي الرياضات الأخرى، فما على المدربين سوى التزود بالزاد العلمي والمعرفة لمساييرة الركب الحضاري الجديد واستعمال هذه الطرق والوسائل العلمية الجديدة، لأن نتائجها جد مقننة ومكسبه للوقت والثمن.

ومن بين الأجهزة العلمية الحديثة التي اكتشفت في مجال الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة نذكر البعض منها:

أ- جهاز سبيرو ميتر لاختبار الصدر:

جهاز سبيروميتر ذو قياس أوتوماتيكي له امكانية تخزين المعلومات وطبعها والحصول على نسخة القياس، حيث يمكن الحصول على منحنيات للحجم مع المقارنة القبلية والبعدية مع رسوم بيانية للزمن الحقيقي، فهو إذن جهاز يمكن أن يستخدم كطريقة مباشرة لإنتقاء الموهوبين الناشئين من الجنسية.

1- قاسم حسن حسين وفتحي المهشيش يوسف، مرجع سابق ، ص 101 .

من مزاياه انه جهاز لا يحتاج إلى تنظيف أو تعقيم أو تنقية، كما يمكن الاعتماد عليه في تحديد مواصفات الناشئين، ويتميز بدقة النتائج التي يمكن مشاهدتها على لوحة الشاشة، ويتم الحساب فوراً مع القيمة العادية ومقارنة نتائج الاختبار بالنسبة للطول والوزن والجنس والسن والشكل.

ب- طريقة الموجات فوق الصوتية:

تتسبب هذه الطريقة إلى العالم << داف راين >> الذي عمل على إدخال برنامج للكمبيوتر يحسب مكون الجسم بإجراء قياسات باستخدام آلة موجات فوق الصوتية في موضعين من الجسم، وهذه الطريقة تسمح بالتعرف على تأثير برنامج التدريب في السباحة وفعاليتها، كما نصح بإستعمالها في عملية الإنتقاء الرياضي للناشئين في رياضة السباحة، وتوجيههم إلى أنواع السباحة وفق خصائصهم ومكونات أجسامهم.¹

ت- طريقة القياس بالمقاومة الظاهرية في دائرة كهربائية ذات تيار متردد:

تعد هذه الطريقة من أسهل الطرق استخداماً في عملية الإنتقاء الرياضي ولا حاجة لنا إلى أجهزة آلية، ولكن للحصول على نتائج جديدة ودقيقة في نفس الوقت يجب مراعاة ما يلي:

- تحديد كمية الماء أو السوائل التي نتناولها خلال الربعة وعشرين ساعة.
- لا نقوم بعملية الفحص إلا بعد فترة راحة كافية من نشاط أو تدريب شديد.
- يجب عدم إجراء هذا النوع من القياس خلال العمل أو التعب الشديد.

وتتضمن هذه الطريقة مرور تيار كهربائي بسيط لقياس مكون الجسم، حيث أن الماء يؤثر كهربائياً على دهن الجسم وعليه فإن مستوى ماء الجسم هو أهم عامل في نتائج الإختبار.

ث- قياسات بالأشعة تحت الحمراء:

تعتمد هذه الطريقة لتقدير دهن الجسم على مبادئ الامتصاص الخفيف والانعكاس، وتقدر مكونات الجسم مع جهاز تصوير، ويتم وضع الجهاز على موضع معين من الجسم مثل العضلة ثنائية الرؤوس، وبذلك ينبثق منها ضوء تحت الحمراء يمر خلال كل من الدهن والعضلة وتنعكس على جهاز القياس، بيانات الشخص عن كل من الطول الوزن الجنس السن والحجم، وكلها بيانات أهميتها يجب أخذها في الاعتبار، ويتم الحصول على قياسات الكثافة وتحويلها باستخدام معادلات تنبؤية.

تكمن مزايا هذا الجهاز في الأمان والسرعة، الدقة في النتائج، التعرف المباشر على مقادير الدهن لدى رياضي السباحة والعب القوي.²

1- هدى محمد محمد الخضري ، مرجع سابق ، ص 153-154 .

2- هدى محمد محمد الخضري ، مرجع سابق ، ص 154 .

ج- جهاز محلل اللاكتيك محمول:

إن محلل اللاكتيك المحمول هو جهاز بسيط، ولكنه يعطي معلومات دقيقة عن الرياضي السباح، كما انه جهاز خفيف وسهل الحمل، حيث بهذا الجهاز يمكن للمدرب أن يقيس ثلاثة مكونات حيوية في الأداء الرياضي (نسبة اللاكتيك - اللاكتيك الهوائي - اللاكتيك اللاهوائي) وهذا ما يسهل على المدرب معرفة قدرات السباح الخاصة عقب أو أثناء الأداء الرياضي، حيث هذه النتائج تؤخذ بعين الاعتبار أثناء قيام المدرب بعملية الانتقاء الرياضي.¹

ح- جهاز التصوير الكامل للجسم كله:

يعتبر هذا الجهاز من الأجهزة الحديثة التي ظهرت مؤخرًا، وكما يعتبر من الأجهزة ذات التقنية العالية في سرعة الانجاز للبيانات المدخلة، والمرتبطة بجهاز الحاسوب الآلي ذو برنامج خاص، حيث يستطيع هذا الجهاز تصوير الجسم كله، ويساعد في إعطاء تفسيرات وإيضاحات حول مكونات جسم الرياضي، وكل جوانب الجسم من حيث الطول العرض طول الأطراف....، وتظهر هذه النتائج على شاشة الكمبيوتر، وهذا ما يسهل معرفة القياسات الجسمية للرياضي والتي تؤخذ كمعيار في عملية الانتقاء الرياضي.²

إن هذه الأجهزة تعد من أحدث الأجهزة التي وصل إليها العلم الحديث، بالإضافة إلى عدة أجهزة أخرى لم نشأ التطرق إليها، فكله يمكن الاستفادة منها في عملية الإنتقاء الرياضي علي وجه الخصوص نظرا لما تقدمه من مصداقية وسهولة في التطبيق، إن فعلى المدربين بصفة عامة ومدربي السباحة بصفة خاصة الإلمام بالجوانب العلمية الحديثة، والتطلع إلى كل ما هو جديد في المجال الرياضي، حتى يتسنى لهم مواكبة الركب الحضاري الحديث من كل جوانبه.

1- هدى محمد محمد الخضري ، نفس المرجع ، ص 173 .

2- هدى محمد محمد الخضري ، نفس المرجع ، ص 174 .

خلاصة:

إن عملية الإنتقاء هي عملية جد حساسة وهامة لأنها كلما كانت دقيقة كانت الفرصة أكبر لظهور وبروز الناشئ السباح، حيث عملية الإنتقاء هي أساس التطور في رياضة السباحة إذا أعطيت لها مكانتها حسب التطور العلمي لتكنولوجيا الرياضة والعناية بها.

يعتبر الإنتقاء عملية مهمة جدا، حيث يتطلب عملا جماعيا يشترك فيه المدرب والطبيب وعالم النفس على مدى مراحل، ويقوم المدرب أو (الأستاذ) هنا بالدور الأساسي لأنه يكون على اتصال دائم مع الطلبة ليكشف من بينهم الموهوبين ولا ينتظر بروزهم وتقدمهم إليه من تلقائي أنفسهم وقبولهم في تخصص سباحة.

الفصل الثاني

الفئة العمرية

تمهيد :

تعتبر المراهقة أصعب مرحلة يمر بها الفرد في حياته حيث يعرف هذا الأخير عدة تغيرات ناتجة عن تأثره بعوامل داخلية نفسية فيسيولوجية وكذا جسمية تأثر في سلوكه وعلى شخصيته، وتتميز المراهقة بخصائص وتغيرات تكون حسب الجنس، والبيئة التي يعيش فيها الفرد.

هذه التغيرات تكون من الناحية الجسمية بازدياد وزن الجسم و نمو العضلات والعظام مما يسبب قلة التوافق العضلي العصبي وعدم اتزان الحركات، وكذلك من الناحية العقلية والنفسية حتى يظهر فيها عدم الإستقرار النفسي والنضج الجنسي الذي يجعله سريع الإنفعال قليل الصبر .

وكذا كانت المراهقة الشغل الشاغل لكثير من علماء النفس مما جعلهم يضعون جميع المتطلبات من أجل تكييف المراهق بالبرامج التعليمية والتربوية .

وفي هذا الفصل سنتطرق الى مفهوم المراهقة والعوامل المؤثرة فيها وكذا مشاكل التي يواجهها المراهق والرياضة عن المراهق.

2-1- نبذة تاريخية عن معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبويرة :

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية **ISTAPS** ، هو امتداد لقسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية المؤسس بالقرار الوزاري رقم 121 للابتمبر تا 200 التابع لمعهد العلوم الاجتماعية والإنسانية المركز الجامعي بطاقة استيعاب، 180 طالب (ة) يتخصص واحد هو التدريب الرياضي وبعد صدور المرسوم التنفيذي رقم 12-21 المؤرخ - 04/06/2012 المتضمن ترقية المركز الجامعي أكلي محند أولحاج إلى مصف الجامعات كما يلعب معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية دورا بارزا في التكفل بالتكوين العالي والتدريس في مختلف التخصصات بناء على الطلبات المقدمة وفق النظام الجديد ال.م.د من خلال المهام المرتبطة بالتكوين على ملاتون المعهد في مجال التدريب الرياضي وبحكم توسع الشعب والفروع في الميدان توازيا مع التطورات والإصلاحات الجديدة، إرتأت إدارة المعهد إلى إقتراح فتح فروع التكوين بإستحداث قسمين جديدين يتعلق الأمر بقسم الإدارة والتلاميذ الرياضية وقسم النشاط البدني الرياضي التربوي، وهذا بالنظر الى الحاجة الملحة والطلب المتنامي للإطارات المختصة في مجال الأنشطة الرياضية والتربية البدنية، منهجية التدريب البحث العلمي، وكذلك المساهمة في احتواء الكم الهائل من الطلبات المقدمة للتكوين الأكاديمي في المستويات.

- ❖ قسم التدريب الرياضي .
- ❖ قسم النشاط البدني الرياضي التربوي .
- ❖ قسم الإدارة والتسيير الرياضي .

2-2 - تعريف المراهقة :

ت- لغة :

إن كلمة المراهقة ADOLESCENCE مشتقة من الفعل اللاتيني ADOLEXERE ومعناه التدرج نحو النضج الجسمي والجنسي والعقلي والاجتماعي¹. وكلمة المراهقة تفيد معنى الاقتراب والدنو من الحلم وبذلك يؤكد علماء اللغة العربية هذا المعنى في قولهم رهب بمعنى غش أو لحق أو دنا من.

ث- إصطلاحاً:

المراهقة من الناحية الاصطلاحية هي لفظ وصفي يطلق على المرحلة التي يقترب فيها الطفل وهو الفرد الغير الناضج إنفعالياً، جسمياً وعقلياً من مرحلة البلوغ ثم الرشد ثم الرجولة وهكذا أصبحت المراهقة بمعناها العملي هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ و تنتهي بالرشد فهي لذا عملية بيولوجية عضوية في بدايتها وظاهرة إجتماعية في نهايتها.²

كما تستخدم في علم النفس مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد والنضج، فالمراهقة مرحلة تاهب المرحلة الرشد، تمتد في العقد الثاني من حياة الفرد من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريبا أو قبل ذلك بعام أو عامين، أو بعد ذلك بعام أو عامين أي بين 11-21 سنة ولذلك تعرف المراهقة أحيانا باسم (المرحلة العشارية) ويعرف المراهقون بالعشاريين.

2-3- التحديد الزمني المراهقة (اطوار المراهقة):

نحن نتحدث عن مرحلة المراهقة كوحدة متكاملة مع ما قبلها وما بعدها من مراحل النمو فإن بعض الدارسين يقسمونها تقسيماً إفتراضياً بقصد الدراسة إلى ثلاث مرحل فرعية نفضل منها ما يقابل المراحل التعليمية التالية:

➤ مرحلة المراهقة المبكرة : سن 12-13-14 وتقابل المرحلة المتوسطة.

➤ مرحلة المراهقة الوسطى : سن 15-16-17 وتقابل المرحلة الثانوية.

➤ مرحلة المراهقة المتأخرة : سن 18-19-20-21 وتقابل المرحلة الجامعية.

وهكذا فإن المرحلة المراهقة تنتهي حوالي الحادية والعشرين سنة حيث يصبح الفرد ناضجاً جسمياً وفزيولوجياً و جنسياً وعقلياً وانفعالياً واجتماعياً.³

1- محمد مصطفى زيدان، تبيل السماطولي، مرجع سابق 1985، ص 153 .

2- الرابع تركي، أصول التربية و التعليم، ديوان المطبوعات الجامعية بدون طبعة، الجزائر 1990، ص 241-242 .

3- حامد محمد السالم زهران، علم النفس النمو و الطفولة والمراهقة، مرجع سابق ص 323

2-4- أهمية دراسة مرحلة المراهقة:

تعود أهمية دراستنا لمرحلة المراهقة الى انها مرحلة دقيقة فاصلة من الناحية الاجتماعية إذ يتعلم فيها الناشؤون تحمل المسؤوليات الاجتماعية وواجباتهم كمواطن في المجتمع كما أنهم تكون أفكارهم عن الزواج والحياة الاسرية وبالزواج يكتمل جزء كبير من دورة النمو النفسي العام حيث ينشأ منزل جديد وتتكون أسرة جديدة ومن ثم يولد الطفل وبالتالي تبدأ دورة جديدة لحياة شخص آخر تسير من المهد الى الطفولة إلى وهكذا تستمر الدورة في الوجود ويستمر الانسان في الحياة.

لا شك أن دراسة سيكولوجية المراهقة مفيدة للمراهقين وأيضاً للوالدين والمربين ولكل من يتعامل مع الشباب ومما لا جدال فيه إن الصحة النفسية للفرد طفلاً فمراهقاً ذات أهمية بالغة في حياته وصحته النفسية راشداً فشيخاً.¹

2-5- أنماط المراهقة:

يرى الدكتور "الصموئيل مغاريوس" أن هناك أربعة أنماط عامة للمراهقين يمكن تلخيصها فيما يلي:

2-5-1- المراهقة المتكيفة:

وهي المراهقة الهادئة نسبياً والتي تميل الى الاستقرار العاطفي وتكاد تخلو من التوترات الانفعالية الحادة وغالباً ما تكون علاقة المراهق بالمحيطين به علاقة طيبة كما يشعر المراهق بتقدير المجتمع له وتوافقه معه ولا يسرف في هذا الشكل في أحلام اليقظة او الخيال او الاتجاهات السلبية أي أن المراهقة هنا تميل إلى العتدال.

2-5-2- المراهقة الانسحابية المنطوية:

وهي صورة مكتسبة تميل إلى الانطواء والعزلة السلبية والتردد والخجل والشعور بالنقص وعدم التوافق الاجتماعي، ومجالات المراهق الخارجية الاجتماعية ضيقة ومحدودة ويتصرف جانب كبير من تفكير المراهق الى نفسه وحل شكلات حياته اوعلى التفكير الديني والتأمل في القيم الروحية والأخلاقية كما يسرف في الاستغراق في الهواجس و أحلام اليقظة وتصل في بعض الحالات حد الاوهام والخيالات المرضية والى مطابقة المراهق بين نفسه وبين اشخاص الروايات التي يقرأها.

2-5-3- المراهقة العدوانية المتمردة:

ويكون فيها المراهق ثائراً متمرداً على السلطة سواء سلطة الوالدين او سلطة المدرسة أو المجتمع الخارجي كما يميل المراهق الى تأكيد ذاته والتشبث بالرجال ومجاراتهم في سلوكهم كالتدخين واطلاق الشارب واللحية، والسلوك

1- حامد عبد السلام زهران ، مرجع سابق ، ص 328- 329 .

العدواني عند هذه المجموعة قد يكون صريحا مباشرا متماثلا في الايذاء او قد يكون بصورة غير مباشرة يتخذ صورة العياد وبعض المراهقين من النوع الثالث قد يتعلق بالاوهام والخيال وأحلام اليقظة ولكن بصورة أقل مما سبقها.

2-5-4- المراهقة المنحرفة:

وحالات هذا النوع تمثل الصورة المتطرفة للشكلين المنسحب والعدواني فإذا كانت الصورتان غير متوافقتين أو غير متكيفتين الا ان مدى الانحرافلا يصل في خطورته الى الصورة البادية في الشكل الرابع حيث نجد الانحلال الخلقي والانهيار النفسي حيث يقوم المراهق بتصرفات ترزع المجتمع ويدخلها البعض أحيانا في عداد الجريمة او المرض النفسي والمرض العقلي.¹

2-6- أزمة المراهقة:

إن المراهقين عامة يسعون إلى الثبات وتحديد هويتهم والدخول إلى عالم الكبار من خلال جملة من المسالك يلخصها القوسي في قوله "ينزع المراهق في هذه المرحلة الى إكمال رجولته والاعتراف بكيانه ويعمل على الاستقلال في فكره وعلمه ويجرب أساليب متعددة ليحقق لنفسه شعور بخروجه من دور الطفولة وإكمال نموه واستقلاله، وفي أثناء تجريبه الأساليب المتعددة قد يقع في نزاع مع السلطة المشرفة والخروج من سلطة الوالدين والمعلمين وعصيائها وإحتقار آراء الكبار والميل أحيانا الى الكذب والسرقة والتدخين ، وإستعمال العنف والقسوة فهذا كله في نظر المراهق الة على استكمال النمو والخروج من الطفولة ويتضح في ذلك مدى تباين الأساليب والمسالك المتبعة من قبل جماعة المراهقين في سبيل تحديدهم لهويتهم ويعد التدخين أحد الأساليب التي تشعر المراهق بالنضج والرجولة.²

2-7- القلق عند المراهق:

يبدو لنا أنه على الرغم من أن المراهقة تعد مرحلة الآمال والطموح، وفرص النمو الشخصي، وتحقيق هوية ذاتية متميزة عن سائر الهويات الأخرى، الا انها مرحلة يقل فيها الإحساس بالسعادة ويظهر فيها القلق والاكتئاب ويزداد معدل المشاغبة والجنوح وتظهر فيها محاولات الانتحار ونشهد بداية التدخين وإدمان العقاقير وغيرها، وعلى حد تعبير سبينوزا النفس تشعر بالقلق حين يتبين لها أنها مقبلة على حياة جديدة.

ويرى إيريك فروم فضلا عن أن القلق قاسم مشترك أعظم في كثير من الأمراض النفسية العصبية والذهنية مما يجعله مألوفا في الدراسات النفسية المعاصرة.

1- محمد مصطفى زيدان نبيل السمالوطي - مرجع سابق، 1985 ص 154.

2- أبو بكر مرسى محمد مرسى .- أزمة الهوية في المراهقة والحاجة للإرشاد النفسي . - مكتبة النهضة المصرية ، ط1 : القاهرة ، بمصر 2002 ص 29 .

ومن ناحية أخرى يعد القلق من أكثر المفاهيم النفسية شيوعاً ولقد اختلف مفهومه بحسب إختلاف مدارس علم النفس، ومن ثم تباينة الآراء حول أسباب ونشأة القلق، وأيضاً حول آثاره وانواعه، ولكنها اتفقت إلى حد كبير في أن القلق خبرة غير سارة للفرد طالما تجاوز المعدل الأمثل الذي من شأنه أن يخدم إغراضاً بناءة لدى الفرد.¹

2-8-8- خصائص النمو في مرحلة المراهقة:

كما ذكرنا سابقاً في تعريف المراهقة أنها عملية بيولوجية عضوية في بدايتها وظاهرة إجتماعية في نهايتها يشير مصطفى زيدان على أن المرحلة الثانوية تصادف فترة هامة ألا وهي المراهقة الوسطى (15-18 سنة) التي تسبب الكثير من القلق والاضطراب النفسي فيها تحدد معالم الجسم وتطور النواحي العقلية بصفة عامة وتتضح الصفات الانفعالية كما تظهر صفاته الاجتماعية، علاقاته، إتجاهاته، قيمه ومثله التي كونها واكتسبها من الوسط المحيط به لهذا تحتاج على عناية خاصة من الآباء والمربين فلا بد أن تتاح الفرص الكافية للمراهق للتعبير عن نفسه وإستعمال إمكانياته وقدراته الجديدة واعطائه الثقة بنفسه دون الخروج عما وضعته الجماعة من قيم ومثل عليا.²

2-8-1- النمو الجسمي:

تتميز هذه المرحلة بزيادة النمو الجسمي للفتى والفتاة بصورة واضحة ويزداد نمو العضلات الجذع والصدر والرجلين بدرجة أكبر مع نمو العظام حتى يستعيد الشب الجسم والوجه صورتها الكاملة وتصبح عضلات الفتيان أطول وأثقل من الفتيات.³ إنه في هذه المرحلة يتكامل النمو الجسمي وتظهر بعض الفوارق في تركيب جسم الذكور والاناث بشكل واضح ويزداد الجذع والصدر وارتفاع في قوة العضلات لا سيما عند الذكور وتصل الاناث في سن السادسة عشر الى أقصى حد من النمو الطولي وبعد هذه المرحلة يبطأ هذا النمو بينما تستمر سرعة الزيادة في وزنها في سن العشرين بخلاف الذكور فإن نموهم في الوزن والطول يستمر إلى غاية أربعة وعشرون سنة.⁴ إن من أهم خصائص المرحلة ظهور الفوارق في تركيب الجسم بين الفتى والفتاة، وبصفة خاصة بزداد نمو الجذع والصدر ويصل الجنسين في هذه المرحلة الى نضجهم الجسمي تقريبا.

2-8-2- النمو الفيزيولوجي:

يرى " مصطفى زيدان أن القلب ينمو في هذه المرحلة بسرعة لا يتماشى مع سرعة نمو الشرايين وكذلك تنمو الرئتان ويتسع الصدر وتكون الرئتان عند الأولاد اكبر منها عند البنات في مراحل الطفولة أما الزيادة في النمو عند

1- أبو بكر مرسي محمد مرسي - مرجع سابق، 2002 ر ص 91- 92 .

2- محمد مصطفى زيدان ، دراسة سيكولوجية تربية لتلميذ التعليم العام، ديوان المطبوعات الجامعية، بدون طبعة: الجزائر، 1975، ص 152 .

3- محمد عوض البيسوني ، فيصل يسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البنديّة و الرياضية ، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2، الجزائر، 1962 ص 147 .

4- قاسم المندلوي وآخرون ، دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية ، دار المعرفة، بدون طبعة، بغداد، العراق، 1990 ص 21.

الأولاد تكون مستمرة في هذه المرحلة مما هو عليه عند الفتيات ، حيث يتوقف نموها تقريبا في سن السادس عشر ويرجع السبب في ذلك إلى قلة ممارسة الفتيات للرياضة خصوصا بعد سن 16 سنة في الوقت الذي يستمر فيه الولد ممارسة المجالات النشاطات المختلفة بعد ذلك مما ساعد في اتساع صدره ونمورثته وكذلك تكوين الألياف العصبية في المخ من ناحية السمك والطول ويرتبط هذا بالنمو العقلي في العمليات التفكير والتذكر والانتباه.¹

أنه في هذه المرحلة يتكامل نمو الأجهزة الداخلية ولا سيما الدورة الدموية والأوعية والقلب وان الطالبات في سن 17 والطلاب في سن 18 يصلون إلى تطورهم الوظيفي للأجهزة الداخلية الى مستوى الكبار وهذا يجعل التكيف تكيفا أفضل وأكبر للأجهزة الداخلية للنشاط الحركي ويتقدم العمر يزداد حجم القلب وقدرته على تحمل تمارين السرعة والقوة ولكن لا يزال ضعيفا في تمارين المداومة ولا سيما في سباق المسافات الطويلة ويشمل النمو أيضا الجهاز العصبي فيتكامل النمو الفكري او قدرة الفرد للعمل والاعتماد على النفس.²

2-8-3- النمو العقلي المعرفي:

❖ الذكاء:

ينمو الذكاء وهو القدرة العقلية الفطرية المعرفية العامة نموا مضطربا حتى الثانية عشر ثم يتعثر قليلا في اوئل فترة المراهقة نظرا لحالة الاضطراب النفسي السائدة في هذه المرحلة وتظهر الفروق الفردية بشكل واضح ويقصد بها أن توزيع الذكاء يختلف من شخص لآخر وفترة المراهقة هي فترة ظهور القدرات الخاصة ويمكننا الكشف بشيء من الدقة عن قدرات المراهق الخاصة في حوالي سن الرابع عشر وبالتالي يمكننا أن نوجهه تعليميا ومهنيا وفنيا حسب ما تسمح به إستعداداته الخاصة.

❖ انتباه المراهق:

وتزداد قدرة المراهق على الانتباه سواء في مدة الانتباه او مداه فهو يستطيع أن يستوعب مشاكل طويلة معقدة في يسر وسهولة والانتباه هو أن يبلور الانسان شعوره على شيء ما في مجاله الادراكي والقصور بالشعور العقلي للمظاهر اما المجال الادراكي فهو الحيز المحيط بالذات.

❖ تذكر المراهق:

ويصاحب النمو قدرة المراهق على الانتباه نموا مقابلا في القدرة على التعلم والتذكر ، وتذكر المراهق يبني ويؤسس على المفهوم والميل فتعتمد عملية التذكر عنده على القدرة على استنتاج العلاقات الجديدة بين الموضوعات المتذكرة ولا يتذكر موضوعا الا إذا فهمه تماما وربطه بغيره مما سبق إن مر به في خبرته السابقة.

1- محمد مصطفى زيدان ، مرجع سابق، 1975 ، ص 154 .

2- قاسم المندلوي واخرون ، مرجع سابق ، 1990 ص 21 .

❖ تخيل المراهق :

يتجه خيال المراهق نحو الخيال المجرد المبني على الألفاظ أي الصور اللفظية ولعل ذلك يعود إلى أن عملية إكتساب اللغة تكاد تدخل في طورها النهائي من حيث أنها القلب الذي تصبو فيه المعاني المجردة (اللغة) ولا شك ان نمو قدرة المراهق على التخيل تساعده على التفكير المجرد في مواد كالحساب والهندسة مما يصعب عليه إدراكها في المرحلة السابقة من التعليم.

❖ الاستدلال والتفكير:

التفكير هو حل مشكلة قائمة يجب أن تهدف في عملية التربية الى مساعدة التلاميذ على اكتساب القدرة على التفكير في جميع مشاكلهم سواءا ما هو عملي او إجتماعي أو إقتصادي وإذا استطعنا أن نمي في المراهق القدرة على التفكير الصحيح المؤسس على المنهج العلمي والبعيج عن الأهواء والاعتقادات ليتيسر للمراهق فرصة معالجة المشاكل على طريق هادى عقلي سليم.¹

2-8-4- النمو الجنسي:

في هذه المرحلة يتجه النو الجنسي بسرعة نحو النضج ، ويتم فيها الاستمرار واستكمال التغيرات التي حدثت في المرحلة المبكرة ويزداد نبض قلب المراهق بالحب وتزداد الانفعالات الجنسية في شدتها وتكون موجهة عادة نحو الجنس الاخر ويلاحظ الاكثار من الأحاديث والقراءات والمشاهدات الجنسية والشغف والطرب بالنكت الجنسية ، ويزداد تعرف للمثيرات الجنسية وقد يمر المراهق بمرحلة إنتقال من الجنسية المثيلة إلى الجنسية الغريرة وعادة ما يتجه المراهق بسرعة بعاطفته الى اول من يصادف من الجنس الاخر وفي هذه المرحلة يلاحظ الحب المتعدد والاهتمام بالجمال والرغبة في جذب إنتباه أفراد الجنس الاخر ، والمعاكسة وحب الاستطلاع الجنسي وأخذ المواعيد المتعددة مع أفراد الجنس الاخر التي يدفع اليها عوامل مختلفة منها الصداقة والجاذبية الشخصية والاكتشاف المتبادل والدافع للتزوج وفي نهاية هذه المرحلة يصل جميع الذكور والاناث إلى النضج الجنسي، ويتأثر النمو الجنسي والسلوك الجنسي بعدة عوامل منها شخصية المراهق، نوع المجتمع الذي يعيش فيه. الحالة الاجتماعية والاقتصادية والثقافية له ، التكوين النفسي لأفراد الجنس الاخر، والاتجاه الديني.

2-8-5- النمو الأخلاقي:

مع وصول المراهق الى المراهقة الوسطى يكون قد تعلم المشاركة الوجدانية والتسامح والأخلاقيات العامة المتعلقة بالصدق والعدالة والتعاون والولاء والمودة والمرونة والطموح وتحمل المسؤولية.... الخ، وتزداد هذه المفاهيم عمقا مع

1- محمد مصطفى زيدان نبيل السامالوطي ، مرجع سابق ، 1985 ، ص (157-158) .

النمو ومن بعض أنماط السلوك الخارج عن المعايير الأخلاقية في هذه المرحلة نجد من بينها مضايقة المدرسين ومشاغبة الزملاء والتخريب والغش والخروج بدون استئذان الكبار وارتياح أماكن غير مرغوبة والتأخر خارج المنزل والعدوان والهروب من المنزل ومعاكسة أفراد الجنس الآخر والميوعة والانحلال وتقليد بعض أنماط سلوك المستورد من ثقافات أخرى لا يتفق مع ثقافتنا وقيمنا الأخلاقية.¹

1- حامد عبد السالم زهران - مرجع سابق ، ص 394 - 399 .

خلاصة :

إن فترة المراهقة مرحلة غير عادية ، تصاحبها تغيرات نفسية وفيزيولوجية ، وهي مرحلة إنتقالية بين الطفولة والنضج الكامل ولكي تمر هذه المرحلة بسلام، دون أن تترك أي أثر ضار بالشخصية لابد أن يكون هناك وعي وفهم الطبيعة هذه المرحلة ، وخصوصا من قبل الوالدين، ويجب أنتتعاون المؤسسات التعليمية والدينية مع الأهل في توجيه ورعية المراهقين الذين يعتبرون جيل المستقبل.

والرياضة تجلب للمراهق المتعة بإشباعه مختلف الحاجات التي يتطلبه ومنها الراحة والترويح عن النفس وكثيرا ما تعتمد هذه الأنشطة الرياضية، فهي من أنجح الأنشطة الترويحية وأكثرها فعالية في تحقيق أهداف الترويح وتساهم في تحكم في عدوانية المراهق وتصريف طاقته الكاملة بصفة مقبولة كما تساعد على إكتشاف مفهوم السعادة والسرور لتحقيق الراحة النفسية الكاملة.

الفصل الثالث:

السياحة

تمهيد:

السباحة احدى أنواع الرياضات المائية وتعتبر الأساس الأول لها، وبدون إتقانها لا يستطيع الفرد ممارسة أي نشاط في المجال المائي، وتختلف رياضة السباحة في طبيعتها عن باقي الأنشطة الرياضية الأخرى من حيث الوسط المائي، ووضع الجسم الأفقي على الماء وأنظمة عملية التنف، والأداء الحركي المركب من ضربات الذراعين والرجلين، وحركة الرأس في توقيت منظم وتتمثل كل هذه العوامل في قدرة الفرد على التعامل مع الوسط المائي الذي يختلف اختلافا كبيرا عن الوسط الياس الذي يعيش فيها.¹

كما تتميز رياضة السباحة بأنها أحد الأنشطة الرياضية التي يمكن ممارستها في مراحل العمر المختلفة، وليس من الضروري أن تمارس بالقوة والعنف اللذين يظهران أحيانا في المنافسات، وإنما يمكن للشخص أن يطوعها وفقا لقوته وقوة احتماله، فيجعل منها وسيلة للراحة والاسترخاء وتجديد النشاط أو وسيلة للترويح، لذا فمن الضروري على الإنسان أن يتعلم حركات السباحة حتى يجعل الماء مكانا طبيعيا يستمتع بفوائده الصحية والترفيهية والحفاظ على صيانة وحياة الآخرين فيما لو احتاج الأمر إلى ذلك.

وقد تطور الأداء الرياضي للسباحة منذ القدم إلى يومنا هذا حتى أصبح على مستوى يؤهل المتسابق تحقيق أفضل المستويات وذلك بدراسة أفضل وأنسب أوضاع الجميع بما يساير قوانين ميكانيكية الحركة التي توضع المقدره الحركية للإنسان في أفضل صورها، لذا بدأت القواعد المنظمة لرياضة السباحة في التطور لتؤدي دورا بارزا للإرتقاء إلى أفضل المستويات الرقمية واستغلال أقصى الإمكانيات لدى المسباحين لممارسة رياضة السباحة.²

1- أوفينة مصطفى سالم الرياضية المالية منشأة المعارف الإسكندرية .. 1997، ص 10-11 .

2- عصام اسن حلمي - كريب السباحة بين النظرية و التطبيق، الطبعة الثانية دار المعارف الإسكندرية ، 1992 ، ص 41 .

3-1- نبذة تاريخية عن السباحة:

لم تكن السباحة بالشكل المتعارف عليه اليوم، بل شهدت تطورات عدة وتغيرات جمة إلا أن وصلت إلى ما هي عليه حيث ان رياضة السباحة من الفعاليات التي تتفرد بإمكانية ممارستها لجميع الأعمار ولكلا الجنسين وبدون تحديد. فالجنين يسبح في رحم أمه والشيخ يمكن أن يقضي وقتاً ممتعاً وينشط جسمه بالسباحة، كذلك الحال بالنسبة للإناث فالسباحة رياضة جميلة وهي رياضة للجميع فهي مفيدة في السلم والحرب بصفقتها وسيلة للترويح والمتعة وقت السلم وسلاح وقت الحرب والخطر، وليس من الضروري للسباحة أن تمارس بالقوة والسرعة التي تظهر في المنافسات وإنما يمكن تكيفها وفقاً للقابليات الفرد.

إن الإلمام بما تقدم عن السباحة من آراء واستنتاجات محاولة منا في الانتفاع بالخبرات السابقة الأقصى حد ممكن دفعنا للعودة إلى الماضي، وحيث أننا لا نملك من الحقائق التاريخية عن العصور الأولى للخليقة ما يدلنا على نشأة السباحة لكي نتوصل من خلالها إلى كيف ومتى وأين تعلم الإنسان السباحة؟ لذا لجأنا إلى الإستنتاج المنطقي لضرورة تعلم الإنسان للسباحة لكونها وسيلة من الوسائل الأساسية لحياته في ذلك العصر، فقد كانت حياة الإنسان تتسم بطابع الصراع الدائم والقتال المستمر، صراع مع الطبيعة وكائناتها لغرض المحافظة على حياته ولأجل تأمين حاجاته في الحياة والتي تتطلب منه قوة بدنية وممارسة أنواع من الأنشطة لتساعده في ذلك.

لقد يسرت السياحة للإنسان الأول التقرب من سواحل البحار واستثمار ثرواته وإنقاذ حياته إذا أجبرته الحياة الصعبة إلى الصراع مع الكائنات المحيطة به أو للتصدي للكوارث الطبيعية أو الهروب منها كالفيضانات والزلازل والحرائق، كما أنه لجأ إلى الماء للصيد بطرقه البدائية التي تتطلب منه الدخول إلى الماء أو الغوص فيه أحياناً.¹ ونظرة إلى ما كانت عليه السياحة في الأزمنة التاريخية ترينا مدى إهتمام الحضارات والأمم القديمة بها إلى حد إلزام بعض هذه الأمم مواطنيها بضرورة تعلمها وإن تباينت الأهداف من وراء ذلك، ومن أهم هذه الحضارات وأكثرها عراقية حضارة وادي الرافدين ووادي النيل اللتان حرصتا على ترك آثار تدل على أصالتها وما يملكانه من علوم ثقافية ورياضية.² وبالرغم من غياب المصادر عن ماضي الحياة الرياضية في حضارة وادي الرافدين وإن كتبت عنها فهي مؤلفات كتبها منافسو الحضارة العربية وحسادهما إلا أنها أشادت بأجداد العرب مضطراً بحكم الأحداث والوقائع، فمن الأحري بنا نحن العرب جميعاً أن نعي مسؤوليتنا نحو إنجازات أسلافنا وعطاءاتهم الإنسانية.

لقد بدأت الحضارة في وادي الرافدين زراعية حالها حال معظم الحضارات الأولى، ولكنها اختلفت في مظاهرها ومستحدثاتها فكانوا يميلون إلى الحرب والفتوحات، وكان الإعداد الحربي هو الهدف من التربية والتعليم لأبناء

1- قاسم حسن حسين، فتخار أحمد: "مبادئ وأسس السباحة"، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، 2000، ص 12 .

2- قاسم حسن حسين، افتخار احمد، نقض المرجع، ص 13 .

الشعب مما ساعد على الإهتمام بالتربية البدنية، فإعداد المحارب يحتاج إلى تدريب جسماني، لذا يمكننا القول بان التدريب الحربي هو البرنامج الوحيد الذي كان رياضيا في هذه البلاد القديمة بالنسبة لأبناء الفقراء، وكان بعض الجنود يمارسون السباحة من أجل قيمتها العملية لا من أجل الترويح واللهو وقد كان للأشوريين الدور الكبير في ممارسة السباحة حيث أدخلوها ضمن برامجهم البدنية لإعداد المحاربين وعدوا تعلمها ضروريا لكنهم لم يهتموا بإقامة المنافسات فيهودليل قولنا هو تلك النقوش الأثرية التي يرجع تاريخها إلى ما بين 880 و650 قبل الميلاد.

وفي حضارة وادي النيل فقد زاول المصريون القدماء السباحة في القرى الواقعة على نهر النيل كما ساعد موقعها الجغرافي وطبيعة مناخها على ممارسة المصريين لرياضة السباحة وسيلة للتربية والإعداد، وقد دلت النقوش القديمة التي يرجع تاريخها إلى 4 آلاف سنة قبل الميلاد على أنها أقدم ما يشير إلى اهتمام المصريين بالسباحة، وقد كانت حركات الرجلين عندهم تشبه حركة الرجلين في السباحة الحرة الحالية وهناك آثار أخرى موجودة على جدران معابد بني حسن وأبي سنبل إضافة إلى تمثال من الخشب يمثل فتاة في وضع طفو وفي يدها جلد حيوان منفوخ بالهواء القرية "ليساعدنا على الطفو يرجع تاريخه إلى 3000 ق.م.¹

وعند الإغريق احتلت السباحة مكانة بارزة لإعداد المحاربين وخوض غمار البحار سباحا، وهناك دلائل وأساطير كثيرة تروي لنا كثيرا من القصص اليونانية التي ترد فيها حوادث البطولة في السباحة كأسطورة" هيريو - أندر "حيث كان لي - أندر يقطع عرض مضيق الدردنيل البالغ ميلا ونصفا للذهاب إلى هيريو وكان اليونانيون يمارسون الرياضة على شكل طقوس دينية في حمامات حيث كانت تقام المعابد قريبا شواطئ البحيرات والينابيع.²

وكانت للإغريق أبنية خاصة لممارسة الألعاب الرياضية تعرف بالجمنازيوم كانوا يفضلون بنائها خارج المدينة بالقرب من الأنهار تحيطها غابة صغيرة من الأشجار تمارس فيها الرياضة بإشراف مسئولين من الدولة، وكذلك كان الحال اسبرطة وأثينا ولا شك أنهم قد عرفوا السباحة في هذه الأبنية" جيمنازيوم وذلك في القرن الخامس قبل الميلاد تقريبا إذ وجدت رسوم على قدر محفوظة بمتحف اللوفر تمثل جماعة من النسوة في حمام السباحة إحداهن تسبح والأخرى تستعد للقفز في الماء.

وتعطينا النقوش التي اكتشفت على الأواني فكرة عن الطقوس التي كانت مستخدمة لدى الإغريق والتي تشبه السباحة الحرة والظهر، فقد ذكر أفلاطون شيئا عن شخص يسبح على ظهره، أما السباحة على الصدر والجانب فكان استخدامها بدرجة أقل ولكنهم عرفوا الطفو والوقوف في الماء كما عرفوا السباحة السريعة واحتلت جانبا مهما من جوانب نشاط المنافسات التي كان ينظمها الإغريق والتي عرفت باسم "Ge cian. Hermine Gammes" ، فقد كتب "هوميروس" في الإلياذة أن أوليوس كان سباحا ماهرا وإن المنافسات في السباحة بدأت في العصر الهومييري في اليونان،

1- اعيد المناف السيد الطوخي، توفيق سلامة، مرجع سابق، ص 13 - 14 .

2أسامة راتب، مرجع سابق، ص 39 - 40 .

وفي اسيرطة كانت المرأة تتلقى برنامجا رياضيا تضعه الحكومة يتفق مع البرنامج الذي يتلقاه الرجل وكانت تتضمن ممارسة السباحة إحدى هذه النشاطات.

لقد أكدت القبائل العربية قبل الإسلام على تربية أبنائها تربية بدنية عسكرية بسبب ظروف التنافس والتناحر بينهم، لذلك كان اهتمامهم مركزا على ركوب الخيل والقتال والسباحة لخلق مقاتلين أشداء وفي القرن السابع ميلادي وعند ظهور الإسلام ازدادت العناية بالتربية البدنية بما فيها السباحة لحاجة المسلمين إليها في أثناء الحروب ونشر الدعوة الإسلامية وحث الإسلام على مزاولتها وتعلمها وقد جاء في الأحاديث الشريفة للرسول صلى الله عليه وسلم: "علموا أبناءكم السباحة والرماية"، "حق الولد على والده أن يعلمه السباحة والرماية والقراءة"، (كل شئ ليس من ذكر الله فهو لهو أو سهو إلا أربعة خصال " مشي الرجل بين القرصين وتأديبه فرسه، وملاعبته أهله وتعليمه السباحة)، ولقد قيل: إن العرب في الجزيرة العربية مارسوا السباحة في المياه المتجمعة من السيول والأمطار وأن النبي صلى الله عليه وسلم كان يتعلم السباحة في بئر صغير لعدم توفر غيرها في الجزيرة.

واستمر المسلمون الأوائل على سيرة النبي صلى الله عليه وسلم الذي كان يمارس أنواع النشاط الرياضي ومن ضمنها السباحة، فكانوا يستخدمون البحر دائما في غزواتهم الكثرة، وقد بعثت الرياضة البدنية في أقطار عديدة بعد فتحها من قبل المسلمين الذين أدخلوا معهم تقاليد الفروسية والقنص وكذلك السباحة.

أما في العصور اللاحقة فلم يقل اهتمام العرب المسلمين بالسباحة التي كانت تمارس الغرض الترويحي، وقد احتوت بعض قصور الخلفاء العباسيين على برك تدل على البهجة وتقدم فيها عروض السباحة، وقد بني الخليفة المستكفي حوضا للسياحة في سامراء، تعلم فيه كثير من الشباب السباحة، وكانت تقام في ذلك الوقت سباقات للسباحة في نهر دجلة يحضرها الخليفة العباسي وتخصص جوائز للفائزين تشجيعا لهم .

3-2- مفهوم السباحة:

السباحة هي إحدى الرياضات المائية التي تختلف أهدافها بين إنقاذ النفس من الغرق أو الممارسة من أجل المتعة أو من أجل المنافسة أو العلاج، وفي كل الحالات فإن الشخص يستعمل حركة أطراف الجسم أو الجسم بالكامل للانتقال خلال سطح الماء بحركات إما أن تكون متعاقبة أو متماثلة.

كما أن السباحة هي إحدى الأنشطة المائية المتعددة التي يستخدم فيها الفرد جسمه للتحرك خلال الوسط المائي الذي يعد غريبا نوعا ما عليه بصفته وسطا يختلف كليا عن الوسط الذي اعتاد التحرك فيه (الأرض)، فالوضع الذي يتخذه في الماء مختلف كليا عنه في الأرض بالإضافة إلى تأثيرات ضغط الماء على جسم السباح والتي قد تحدث عنه تغيرات فيسيولوجية في الأجهزة الداخلية بالإضافة إلى التأثيرات النفسية في هذا الوسط الغريب وتعرضه لكثير من الانفعالات.

3-3- تطور السباحة في الجزائر:

يعود ظهور السباحة الحديثة في الجزائر إلى عهد الاستعمار الفرنسي، أين كان معظم المشاركين من أصل أوروبي، واستطاعت فئة قليلة من الجزائريين كانوا يسكنون المدن الكبرى أن يفرضوا وجودهم ويشاركوا في التظاهرات الرياضية المقامة في الجزائر وشمال إفريقيا وحتى في أوروبا.

وحسب مقالات الماضي والحاضر المعدة من طرف الأستاذ رابح سعد الله فإن وجد نادي السباح في مدين غليزان (C.N.R)، أنجب سباحين كبار من بينهم نجد " بن حمو"، "العربي"، "بالعروسي"، الذين كانوا من بين المنشطين للبطولات المحلية التي كانت تقام بالغرب الجزائري، فنجد "بلحاج مصطفى" الذي اعتبر بمثابة المنافس الأول للبطل العالمي، في الأربعينيات 'Alex jenny' حيث استطاع بلحاج أن يحطم الرقم القياسي الأوربي في 400م أربع أنواع وأن يكون بطل شمال إفريقيا في 100م و200م سباحة حرة.¹

وكذلك نشير إلى تآلق" بن سليمان الذي تحصل على بطل منطقة سكيكدة، والسباح" بسكارة بن شعيب الذي كان بطل فرنسا في صنف الأشبال لسنة 1936 وعدة مرات بطل شمال إفريقيا وعند اندلاع الثورة التحريرية البا الرياضيين الجزائريين ومن بينهم السباحين إلى نداء جبهة التحرير الوطني الذي كان يدعوهم الرياضيين المسلمين عن وقف المشاركات الرياضية تحت لواء فرنسا، والاتحاق بالثورة الجزائرية وبعد الاستقلال ، في 26 / 06 / 1962 أنشأ أول مكتب مؤقت للسياحة في الجزائر وأنشئت أول رابطة في 09 / 10 / 1962 وكانت هي رابطة الجزائر العاصمة، وبعدها وفي نفس الشهر أنشئت الفيدرالية الجزائرية للسياحة (F . A . N) وكان أول رئيس لها "مصطفى العرفاوي" الذي أصبح رئيسا ل: (F . I . N . A) لاتحادية العالمية للسباحة .²

1- قاسم حسن حسين، اقتراح احمد، مرجع سابق، 23 .

2 - Rabah Salaalah , passé et présent, parus dans le soir d'Alger le 02/10/1999, Alger. .

وفي إحصاء قامت به الفيدرالية سنة 1964 أسفر على وجود 973 ممارسة السباحة داخل 20 جمعية رياضية، أما إحصائية 1987 تبين وجود 4313 رياضيا سباحا موزعين على 82 جمعية وطنية، حيث أغلب الممارسين، أي 2701 يقل سنهم عن عشر سنوات، وفي عام 2001 فإن عدد الجمعيات الرياضية على مستوى العاصمة 17 نادي يحتوي على 2065 رياضي، أما عدد الربطات الرياضية المنتمية للفيدرالية فهي بعدد 14 رابطة موزعة على المستوى الوطني.

إن السباحين جيل الاستقلال مثلوا وشرفوا الجزائر على عدة مستويات ونذكر منهم: أبله عبد الرزاق الذي بحوزته الرقم القياسي الإفريقي في 100م سباحة على الصدر، و ابن شكور سفيان"، وأعطار فارس"، ومهدي عداوي "البطل الإفريقي في 100م سباحة حرة في وقت قدره 49 ، 56 ثانية في 10/05/2001 / بفرنسا".
سليم إلياس "والذي يعتبر حاليا من أحسن الباحثين الإفريقيين ذو مكانة عالمية البأس بها، كما هناك عند الإناث: بلة مهدي و قويدري سميرة" والتي بحوزتها الرقم القياسي الوطني في 100م سباحة على الظهر منذ سنة 1985.¹

3-4- فوائد السباحة :

اتفق كثيرون على أن رياضة السباحة هي رياضة الرياضات فهي تعمل على تشغيل جميع المجموعات العضلية العاملة في الجسم التي نحن في أمس الحاجة إلى تحريكها بعد أن أصبحت الآلة تسيطر على الإنسان وحركاته وحتى تفكيره في أحيان كثيرة، لذا هو في حاجة ماسة إلى خلق لحظات يبتعد فيها عما يشغله ويحرك جسمه وعقله بعيدا عن مشاغله وهمومه في هذا العصر الذي خلق كثيرا من الأمراض، وأمراض القلب و المفاصل والمتاعب النفسية هي نماذج من تراكمات هذا الزمن فحبذا لو استطعنا التغلب على هؤلاء الأعداء بالاتجاه إلى رياضة جميلة هادفة مفيدة لها تأثيرات كبيرة على سلامة وصحة الإنسان وتنمية عضلاته وتناسق جسمه ومرونة مفاصله، فالسباحة تنظم عملية التنفس وتنشيط الجهاز الدوري وتساعد على الهضم وتشرك عضلات الجسم كافة وخاصة عضلات العمود الفقري وكثيرا ما تزيل التشوهات في الجسم خصوصا انحناء الظهر وتقوس عظمة الساق "الكساح"، ومن هنا عدت الرياضة الكاملة التي لا تعادلها أخرى لنمو التكوين الجسمي المثالي ويمكن إدراج فوائدها كالأتي:

1- أسامة كامل راتب : تعليم السباحة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ط2، 1990، ص 37. قاسم حسن حسين:افتخار احمد، مرجع سابق، ص 24 ، ص 25 .

3-4-1- الفوائد الجسمية :

للسباحة دورها في التكوين الجسمي العام من خلال تأثير التمارين المائية التي تكسب الفرد نمواً متزناً فيه تناسق ورشاقة، وللسباحة تأثير كبير على نمو العضلات ومرونة العمود الفقري بالإضافة إلى زيادة تحمل الفرد ورشاقة حركاته ، فهي تعلم الفرد التحكم في عضلاته وأطرافه ونظراً لأنها تعمل بصورة منتظمة وبشدة وارتقاء مستمرين.

3-4-2- الفوائد الفسيولوجية:

تؤثر السباحة تأثيراً كبيراً على أجهزة وأعضاء الجسم فهي تعمل على توسيع وتقوية عضلات الصدر، ثم اتساع الرئتين لاستيعاب أكبر كمية من الهواء للقيام بعملية الزفير مما يؤدي إلى زيادة مرونة الرئتين ثم إلى السعة الحيوية لانقباض وانبساط العضلات الصدرية أثناء التنفس المنتظم.

كما أن للسباحة تأثيراً كبيراً على زيادة قدرة الجهاز الدوري وزيادة حجم عضلة القلب بالإضافة إلى تأثيراتها على الأعضاء الداخلية للبطن مما يؤدي إلى تسهيل عملية الهضم.¹

3-4-3- الفوائد الترويحية والاجتماعية:

الرياضة السباحة دور مهم في تعميق الناحية الاجتماعية، فهي تعمل على إيجاد علاقات جيدة مع السباحين الآخرين وبقية أفراد الأسرة عند الاشتراك بنشاط جميل مما يعمل على إضفاء روح الألفة والتعاون بينهم كما يظهر ذلك عندما يحاول الفرد إنقاذ الآخرين أو يساعدهم في حالة الضرورة مما يوجد علاقات اجتماعية جيدة فضلاً عما تبتثه السباحة من سرور ومرح يظهر واضحاً على وجوه السباحين.

وتتجلى الفوائد الترويحية السباحة عند ممارستها بغرض اللعب والترفيه والتسلية والتمتع بقضاء وقت الفراغ في نشاط بدني مفيد ومحبيب للنفس، فهي تساهم في حل مشكلة وقت الفراغ للفرد عن طريق ممارسة نشاط بدني يعود بالصحة والحيوية والنشاط على ممارسيه.

3-4-4- الفوائد الصحية:

تعمل رياضة السباحة على إزالة التعب العضلي إذ ينصح في حالات كثيرة ممارسة السباحة لإزالة التوتر وكراحة ايجابية للاعبين بالإضافة إلى كونها تدفع الفرد إلى النظام والتعود على العادات الصحية الجيدة مثل الاستحمام قبل وبعد النزول إلى حوض السباحة والاعتناء بنظافة الأنف والعين والأذن وسائر أعضاء الجسم ناهيك عن أهمية الهواء الطلق والشمس مما يحسن الصحة العامة للفرد.²

1- المركز العربي للنشر، الموهبة والرياضة والإبداع الحركي. يحي سيد اسماعيل الحاوي ، 2004 ، ص133 .

2- اوفيقه مصطفى سالم: الرياضات المائية، منشأة المعارف، الإسكندرية سنة 1997، ص12 .

3-4-5- الفوائد النفسية والعقلية:

تعمل السباحة على اكتساب الفرد الصحة العقلية إذ أنها تعمل على تنمية الجهاز العصبي من خلال أداء مهارات توافقية وتحت قوانين ثابتة بالإضافة إلى ما لها من تأثير على الناحية النفسية فهي تزيل التوترات العصبية وتنمي الشجاعة والأقدام وتبعد الخوف وتزيد من تماسك الجماعة وتنمي القدرة على القيادة بالإضافة إلى الشعور بالثقة بالنفس والقدرة على مساعدة الآخرين والتكيف مع البيئة.¹

3-4-6- الفوائد العلاجية:

تعد السباحة من الطرق العلاجية المهمة لمن لهم عاهة في الجسم أو في جزء منه على أن يكون ذلك تحت إشراف أخصائيين في العلاج الطبيعي وأحياناً في أحواض خاصة. أما المكفوفون والمصابون بالشلل وضعاف السمع فيمكن مساعدتهم بوضع مناهج خاصة لهم وتقديم المساعدات العلاجية والنفسية اللازمة.² ويمكن تلخيص فوائد السباحة بالآتي :

- الحفاظ على الصحة العامة وتحسين قدرات الإنسان الانجازية ثم رفع قدرة الجسم على مقاومة الأمراض تيمناً بالحديث الشريف " المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف".
- تحقيق النمو البدني السليم وخاصة الجيل الشباب الذين يشكلون عماد الأمة والمساهمة في رفع قدراتهم البدنية فهي تعمل على تنمية المطاولة والمرونة ثم السرعة في مراحل متأخرة، أما مطاولة القوة فتنمو خلال مراحل التدريب ومن خلال تمارين الأثقال.
- إشباع الرغبة في ممارسة الرياضة ورفع قدرات الإنجاز بعد التعرف على القدرات الشخصية، وذلك من خلال مقارنتها مع قدرات الآخرين في المسابقات والبطولات المحددة لجميع الأعمار والمستويات.
- تنمية الصفات الشخصية لدى الإنسان مثل الثقة بالنفس والطموح والإرادة .
- عدم اقتصار ممارسة السباحة على سن أو جنس معين حيث يمكن ممارستها في أي سن ولكلا الجنسين.
- رفع الاستعداد للدفاع عن الوطن وقد ثبت تاريخياً مساهمة السباحة في ذلك حيث أضعفت تأثير الموانع المائية، وأخذت دوراً مهماً في عملية التأهيل العسكري فمن يجيد السباحة يستطيع أن يعبر الحدود المائية والأنهار لمتابعة العدو أو للتخلص منه، كما قد يحتاج المقاتل إلى أن يبقى مدة طويلة في البرك المائية بكامل قيافته العسكرية وأسلحته وبذلك يكون أقدر على مواجهة المواقف فيما لو كان يجيد السباحة.

1- وجدي مصطفى الفاتح، طارق صلاح فضلي: دليل رياضة السباحة الجزء الأول، دار الهدى للنشر والتوزيع، سنة 1999 ص 15 .

2- قاسم حسن حسين: افتخار أحمد، مرجع سابق، ص 26 .

- تساهم السياحة في رفع السمعة الوطنية وتمثيل القطر في المحافل القارية والعالمية وفي تعميق الصداقة بين الشعوب ويمكن دورها المهم في العدد الكبير لمسابقات السباحة الأولمبية التي يبلغ عددها 29 مسابقة فتوفر إمكانية أفضل لإحراز عدد كبير من الأوسمة مما يساهم في احتلال مراكز متقدمة بين الدول المتنافسة .
- دفع خطر الغرق من خلال إنقاذ النفس وإنقاذ الغير فكم من أرواح ذهبتم لم تستطع إنقاذ نفسها ولم تجد من ينقذها.
- تعد السباحة شرطاً أساسياً لممارسة بعض المهن مثل الصيد والممارسة بعض أنواع الرياضة مثل الغطس وكرة الماء والتجديف والتزلج على الماء والغوص، كما تستخدم وسيلة من وسائل العامة للتدريب وذلك لمعظم أنواع النشاطات الرياضية.¹

3-5- أهمية السباحة:

- إن حاجة الإنسان الماسة لممارسة النشاطات الرياضية المختلفة لحرق الطاقة المخزونة الزائدة (الشحوم) في الجسم جاءت نتيجة التطور التكنولوجي والاعتماد على الوسائل التي تستخدم في حياتنا اليومية والتي تنقص من حركتنا، ومن هذا أكد الأطباء على ضرورة ممارسة النشاط الرياضي وعلى وجه الخصوص رياضة السباحة كونها رياضة مناسبة لجميع الأعمار ويمكن حصر أهمية السياحة كما يلي:
- ✓ بواسطة التمارين المائية يتم تنشيط الدورة الدموية وزيادة سعة القلب.
 - ✓ تساعد في زيادة مرونة المفاصل والحفاظ على الرشاقة ومعالجة إصابات العمود الفقري في الجسم
 - ✓ تساعد على التخلص من الفطريات الجلدية عند الإصابة بأشعة الشمس أثناء السياحة.
 - ✓ تساعد في تنظيم عملية الشهيق والزفير من خلال اتساع الرئتين.
 - ✓ تساعد في تنظيم عمل الكبد وزيادة نسبة الهيموغلوبين في الدم.
 - ✓ تساعد عضلات البطن مع أعضائه الداخلية في تسهيل عملية الهضم.
 - ✓ يعتبر الماء مدلك طبيعى لعضلات الجسم.
 - ✓ تساعد في تطوير الشجاعة والإقدام والاعتماد على النفس.
 - ✓ تساعد في إنجاز المهمات العسكرية.
 - ✓ تساعد في إنقاذ حياة شخص ما من الغرق، وإزالة هموم الحياة من خلال القفز إلى الماء والغطس والعموم.

1- قاسم حسن حسين: اقنار أحد، مرجع سابق، ص 26- 27 .

3-6- أنوع السباحة :

- سباحة الزحف السباحة الحرة .
- سباحة الظهر .
- سباحة الصدر .
- سباحة الفراشة .

تتنوع السباحة وكيفية أدائها فكل نوع له طريقته في الأداء والمهارة وكل نوع له طريقه الخاصة تعرضها كالتالي :

3-6-1- السباحة على الصدر:

يقوم السباح بوضع جسمه على سطح الماء والكتفين يكونان على خط واحد مع سطح الماء ثم يظهر جزه من رأسه فوق الماء ويخرج فمه ثارة للتنفس إلا انه يمكنه عدم القيام بذلك عند بداية السباق وكذلك أثناء الدوران، | المباحات التنافسية على الصدر في 100م، 200م والكم. 22

3-6-2- السباحة على الظهر:

في السباحة على الظهر يقوم السباح بالاندفاع من الحائط عد البداية وكذلك أثناء الدوران ويقوم السباح بالسباحة على الظهر طوال السباق ومختلف سباقات السباحة على الظهر هي 100م، (200م و50م. 32.

3-6-3- السباحة الحرة:

يقوم السباح بتأدية الأسلوب الذي يريد القيام به ولكن في سباقات التابع الفردي المتنوع يجب على السباح أن يؤدي أسلوبا مختلفا عن أساليب الصدر والظهر والفراشة فتعتمد السباحة الحرة على الكتفين وعملية الدفع نحو الأمام مصحوبة بعملية التجديف بالقدمين

3-6-4- سباحة فراشة:

في السباحة فراشة يقوم السباح بتحريك كنا نراعيه إلى الأمام وفوق الماء ومن ثم يدفعهما إلى الخلف معا ويعيد الحركة بشكل متواصل، سباحات الشركة هي 100م، 200م، قم، سباحة الفراشة عموما تحتاج إلى عضلات وسط خاصة وباقي العضلات.

3-7- المواصفات القانونية لحوض السباحة :

يتوقف التصميم على نوع الحوض المعد للسباحة، وكذلك شكله وحجمه ومقاساته ودرجة الميل فيه والغرض من إقامته ومراعاة أن درجة الميل تختلف وتتوقف على وجود سلم القفز.¹

1- علي البيك، عصام حلمي، مرجع سابق 1995، ص 21 .

❖ الأبعاد :

- الطول 50متر، العرض 21 متر بحد أدنى، العمق 80، 1متر بحد أدنى .

❖ عدد الحارات :

وتترك 50سم خارج كل كم الحارتين 1و8 توجد بحمام السباحة 8 حارات، عرضها 1متر على الأقل.

❖ منصات الابتداء:

ارتفاعها فوق سطح الماء من 0,50 الى 0.75متر.

❖ مساحة السطح:

- 0.5*0.5 بحد ادنى.

❖ انحدار السطح:

لا يزيد عن 10 درجات بحد أقصى.

❖ مقابض اليد:

- لابد سباحة الظهر يجب أن تكون بارتفاع من الى 0.30، الى 0.60 متر فوق سطح الماء أفقيا وعموديا،

ويجب أن تكون متوازية مع حائط النهاية ولا تبرز خارجه.

❖ الترقيم:

- يجب أن ترقم كل منصة من منصات الابتداء من الأربعة جوانب على أن تكون واضحة ومرئية للحكام، والرقم

(01) يجب أن يكون على الجانب الأيمن عند مواجهة الحمام .

❖ الحوائط :

أ- يجب أن تكون متوازية وعمودية: ويجب أن تصنع زوايا منع سطح الماء وتكون مبنية من مواد صلبة غير

مسببة للانزلاق، وممتدة لمسافة 0.8 متر من تحت سطح الماء حتى يتمكن للمتسابق من اللمس و الدفع أثناء

الدوران بدون مخاطر.

ب- لوحات اللمس الاليكترونية: يجب ألا تزيد عن 0.01 متر في السمك للمساحة الكلية على أن تغطي حائط

النهاية لكل حارة، وتمتد 0.3 متر فوق و0.8 تحت سطح الماء.

ت- سمح بعمل الفريز للراحة على امتداد حوائط الحمام على ان لا يقل عمقه تحت سطح الماء كما يجب أن

يجوز الحمام بصائم للفل (محاس) للمحافظة على مستوى الماء المطلوب.

- ❖ **حبال الحارات:** يجب أن تمتد بطول الحوض وتثبت على كل حائط نهاية بواسطة حلقات داخل تجويف في حوائط النهاية، ويتكون كل حمل من عوامات متلاصقة من 0.5 الى 0.10م، ويجب أن تكون لون تدهن العوامات وطى امتداد 5 امتار من نهايتي الحمامات بلون مميز عن باقي العوامات.
- ❖ **حبل الغاء البدء:** يكون مدلي عبر الحوض ومثبت على قوائم على مسافة 15 متر من منصة البدء، ويجب أن يتصل مع القوائم بالة لاسقاطه بسرعة عند اللزوم.
- ❖ **علامت تشبيه لسياحة الظهر:** عبارة عن اعلام سلات من حبال عبر الحمام بارتفاع 1.8م من مستوى سطح الماء ومثية على اعدة مواقع على بعد 5م من كل حائط نهاية.
- ❖ **الماء:** يجب أن تكون درجة حرارة الماء+24 درجة بؤوية على الاقل كما يجب أن يكون مستوى الماء اثناء المسابقات ثابت وليس به أي حركة.
- ❖ **الاضاءة:** يجب أن تكون عند منصات الابداء ونهاية الدوران 100 شمعة على القدم المربع.
- ❖ **رايات الحارة:** يجب أن تكون بلون قاتم ومين على أرضية الحمام ومن منتصف كل حارة بعرض 0.20 الى 0.30م بحد اقصى وبطول 46 م.¹

3-8- مجالات السباحة:

تختلف مجالات السباحة باختلاف الغرض فهناك:

3-8-1- السباحة التنافسية:

وتمارس وفقا لقواعد محددة ومعرفة من قبل الاتحاد الدولي للسباحة وذلك من حيث عدد السباقات وطريقة السباحة والبدء والدوران لكل نوع من الأنواع، وتتطلب السباحة التنافسية بذل أقصى جهد و استعدادا نفسيا وبدنيا وعقليا لمحاولة تسهيل أقصى زمن ممكن للمسافة المقررة.

ولتحقيق ذلك وجب أن يخضع السباح لبرنامج تدريبي مقنن و مستمر تتطلب منه بذل كثير من الوقت والجهد لتحقيق أفضل النتائج، وجدير بالذكر أن أسلوب نظام تدريب السباحة التنافسية يؤثر بشكل كبير في أسلوب حياة الفرد الممارس من حيث نظام الحياة اليومية، التغذية، النوم، الناحية الصحية... الخ.

ومسابقات السباحة التنافسية حسب قانون اتحاد السباحة الدولي، هي:

- 1- مسابقات السباحة الحرة (30م - 100م - 200م - 400م - 1500م للرجال و 800م للنساء).
- 2- مسابقات سباحة الظهر (100م - 200م).

1- محمد على الفطر الميادين العمية تسباحة المركز العربي ننشر: مصر، 2004. ص143 .

- 3- مسابقات سباحة الصدر (100م - 200م).
- 4- مسابقات سباحة الفراشة 100م - 200م.
- 5- مسابقات الفردي المتنوع 200م - 400م .
- 6- مسابقات التتابع الحرة (4×100م رجال ونساء) (4×200م رجال ونساء).
- 7- مسابقات التتابع المتنوع (4×100م رجال ونساء)¹.

3-8-2- السباحة التعليمية:

السباحة التعليمية واحدة من أهم مجالات السباحة، فهي أساس لا غنى عنه للانتقال إلى المراحل المتقدمة للوصول إلى الانجاز العالمي، بالإضافة إلى كونها الأساس لممارسة مهارات السباحة بدءاً بمصادقة الماء والتكيف معه إلى الطفو والانسياب والوقوف في الماء ومهارات السباحة التمهيدية مثل السباحة على الصدر والظهر وصولاً إلى اكتساب الفرد طرق السباحة التنافسية الأربعة: (الحرّة، الظهر، الصدر، الفراشة)، وذلك ضمن تحقيق مبدأين مهمين هما الترويح وتحقيق الأمن والسلامة.

3-8-3- السباحة العلاجية:

وهي إحدى الأهداف المهمة لممارسة السباحة الوقائية من بعض التشوهات وعلاجها، فهي تستخدم منذ زمن بعيد للنواحي العلاجية، وقد تزايدت هذه الاستخدامات يوماً بعد يوم حتى أصبح برنامج السباحة جزءاً من برامج العلاج الكثير من حالات العوق والتشوه.

يجمع الخبراء على أن رياضة السباحة تكاد تمثل المرتبة الأولى من حيث قيمتها العلاجية مقارنة بالأنشطة الأخرى، وذلك لأن للمعوق القدرة على الحركة في الماء بصورة أكبر من اليابسة حيث أن وزن الجسم في الماء يفقد جزءاً من وزنه تساوى وزن السائل المزاج، لذا فهو بذل جهداقل للاحتفاظ بالاتزان، كما أن الألم الذي يعاني منه على الأرض بسبب وزن جسمه يقل بدرجة كبيرة في الماء، بالإضافة إلى الناحية النفسية التي تزيد من ثقة المعوق عندما يرى إمكانية تعلمه المهارات السباحة وسهولة تحركه في الماء مما ينمي لديه اتجاهات إيجابية نحو نفسه ونحو الآخرين، كما أن رياضة السباحة توفر للمريض فرصة التعرف على الآخرين في ظروف ممارسة أقرب للطبيعة مما يساعد على زيادة التكيف الاجتماعي والتوافق النفسي في المجتمع الذي يعيش فيه.

ويعد تعليم المعوقين والمرضى السباحة من الأمور التي تتطلب عناية خاصة وربما مميزة ويتطلب للتعامل مع هذه الفئة من الأفراد التفهم الواعي لخصائص حالتهم ويفضل عادة الاستفادة من توجيهات و إرشادات الطبيب

1- قاسم حسن حسين، افتخار احمد، مرجع سابق ، وحدي مصطفى الفاتح، ص 28 - 29 .

المختص والتعاون بينه وبين المعلم في تحديد طرق السباحة التي تلاؤم الشخص وكمية الجهد المطلوب منه. ولاستثمار ما تقدم في هذا الباب من أهمية السباحة وتحقيق الفائدة من مجالاتها المتعددة نضع بين يدي القارئ بعض التمارين العلاجية التي تعمل على تطوير القابليات البدنية لجهاز الدوري التنفسي، إذ أن عمليات الشهيق والزفير المتكررة تقوي عضلات الصدر نتيجة التحكم في كمية الهواء الداخل إلى الرئتين. ويمكن تصنيف هذه التمارين كلاً حسب فائدته، فالمجموعة الأولى تكون حركاتها بطيئة مع استخدام قوة كبيرة وتنفس عميق، وفائدتها هنا تحفيز أنسجة الرئتين لزيادة كمية الهواء أثناء عملية الشهيق. أما تمارين المجموعة الثانية، فإن التنفس يكون أسهل لأن الرأس خارج الماء عندئذ لا نحتاج إلى جهد كبير لتنظيم عملية التنفس، أما تمارين المجموعة الثالثة التي تؤدي من وضع الوقوف، فإن توقف التنفس لدورتين أو ثلاث ضروري لتقوية عضلات الصدر إلا أنه لا ينصح باستخدام هذه التمارين للمصابين بأمراض القلب، لأن وقف التنفس يزيد من ضغط القلب. أما المجموعة الرابعة فتؤدي من الوضع المختلط، ويمكن أن تؤدي هذه التمارين لمعالجة تشوهات القوائم وأمراض الجهاز الدوري التنفسي أو للترويح، وأخيراً البناء القوة.¹

3-8-4- السباحة الترويحية:

هي السباحة التي يمارسها الفرد لغرض تهدئة النفس وأشغال وقت الفراغ ولأغراض ترويحية بعيدة عن المنافسة والعلاج، فممارسة هواية ترويحية من قبل الفرد تعد شيئاً مهماً في خلق الشخصية المتكاملة من الناحية النفسية والاجتماعية. وتعد رياضة السباحة من الأنشطة الترويحية المهمة والتي تستطيع أن تضيء لونا بهيجا على الحياة بعد عناء العمل التحرر من الضغط والتوتر الذي يصاحب رتابة الحياة اليومية، والسباحة نشاط ترويحي لا تلزم الفرد الممارس بإتباع قواعد محددة أو طريقة معينة للسباحة، وإنما تترك للفرد حرية اختيار الوقت والطريقة فهو يمارسها بغرض اللعب والتسلية واللهو والترفيه وما يصاحبها من ضحك وسعادة ومرح اعتبار أنها نشاط طوعي يميل إليه ويستمتع به.²

3-9- المهارات الأساسية في السباحة:

3-9-1- مهارة الطفو:

إنه من المهارات الهامة والواجب تلقينها للطفل مهارة الطفو ونقصد هنا الطفو بقاء الجسم كلياً أو جزئياً فوق سطح الماء، ويمكننا الاستدلال هنا بنظرية أرخميدس التي تقول " إذا غمر جسم في سائل فإنه يلقى دفعا من أسفل إلى أعلى تعادل قوة وزن السائل المزاح"، وهذه القوة التي تتجه لأعلى تجاه جسم السباح تساوي حجم وزن الماء المزاح وتكون مساوية لحجم الجزء المغمور من جسمه في الماء، لذلك فإن دفع الماء من أسفل لأعلى يعتمد على العلاقة بين وزن وحجم الجسم الطافي فكلما زاد ثقل الشخص نسبياً عن حجمه كلما قلت لديه فرصة الطفو.

1- أقاسم حسن حسين، افتخار احمد، مرجع سابق، ص 29-31 .

2- أقاسم حسن حسين، افتخار احمد، مرجع سابق، ص 29-31 .

وللطفو علاقة مباشرة مع الأجسام البشرية، حيث تختلف هذه الأخيرة من حيث خاصية جاذبيتها، | فالأشخاص الذين يملكون نسبة كبيرة من العظام والعضلات يكونوا أثقل من غيرهم، حيث أن العظام والعضلات لها خاصية جذب عالية، بينما الأنسجة الدهنية تتميز بخاصية جذب أقل، ولهذا فإن الأجسام التي تتركب من نسبة عالية من العظام والعضلات نقل فيها خاصية الطفو عن الأجسام التي يدخل في تركيبها نسبة عالية من الدهن، وهذا ما يفسر مقدرة البنات والسيدات على الطفو في الماء بشكل أفضل من الرجال.

وعادة فإنه من الصعب على المبتدئ الطفو بشكل جيد، لهذا يستحسن أن يقدم المدرب بعض الأدوات المساعدة على الطفو في الماء - وتعود الصعوبة إلى طبيعة الأجسام بالنسبة للأطفال، الخوف الشديد الذي ينتابهم في الماء، التوتر والتشنج العضلي.

3-9-2- مهارة الوقوف في الماء:

تعد هذه المهارة هامة لما تسهم به في تحقيق الأمن والسلامة للمتعلم المبتدئ، حيث تتيح للمتعلم الاحتفاظ بجسمه مرتفعا حيث الفم والأنف يكونان خارج الماء مما يسهل من عملية التنفس.

3-9-3- مهارة الوثب في الماء:

يجب أن يتعلم المبتدئ اعتياد الوثب في الماء منذ الدرس الأول باعتبار أن ذلك يساعد على زيادة الثقة عندما يكون في الماء ، وأغلب المتعلمين الجدد يؤديون ذلك التمرين بحماس ويجب أن يستثمر المعلم رغبة المتعلم وإرادته في تحقيق ذلك لأن ذلك يساعد المتعلم في تحسين مهارات التنفس والغوص، فالوثب في ماء عميق يجعل المبتدئ يشعر بقوة دفع الماء لأعلى مما يزيد من ثقته في أن الماء يساعده في دفع جسمه إلى أعلى، والوثبة الأولى يجب أن تؤدي في عمق مساوي لطول المتعلم، ثم يتبع ذلك الوثب في ماء عميق إلى مستوى الصدر والكتف، ثم مع التقدم يمكن للمتعلم الوثب في ماء أكثر عمقا.¹

3-9-4- مهارة الانزلاق:

يجب إعطاء اهتمام خاص بتعلم الانزلاق، حيث إن النجاح أو الفشل في اكتساب المتعلم لهذه المهارة يؤثر بدرجة كبيرة على النجاح أو الفشل في المراحل المتقدمة، ويعتبر استخدام " العمود " في تعلم هذه المهارة أمرا ذا أهمية خاصة سواء أكان الانزلاق من وضع الطفو على البطن أم وضع الطفو على الظهر.

3-9-5- مهارات الانتقال في الماء :

أ- حركات الرجلين في السباحة على البطن: يمكن استخدام العمود أو لوحة الطفو .

1- أبو العلا عبد الفتاح ، مرجع سابق، ص 26 .

• النقاط التعليمية:

يجب الاحتفاظ بالقدمين ممتدتين كل الوقت، كما يجب ألا تكونا متصلتين، تتوع الحركات كالزيادة في قوة رش الماء، وسرعة حركات الرجلين وبطنها، وأداء الحركات أسفل الماء، وإخراج الزفير على فترات منتظمة.¹

• النقاط التعليمية:

عدم خروج الركبتين من الماء، تتوع الحركة، وزيادة بطؤ سرعة الأداء، وأداء الحركات أسفل الماء.²
ب- حركات الذراعين لسباحتي الزحف على البطن والظهر: يمكن للمتعلم تحريك رجله حركات بسيطة حتى يمكنه المحافظة على استقرار وضع جسمه.

• النقاط التعليمية:

يجب دفع اليدين بقوة قبل بداية الحركة الرجوعية خارج الماء، يجب أن تستمر اليدين في الدفع لأسفل حتى مستوى الفخذ، يجب أن تحتفظ اليدين أثناء الحركة الرجوعية بالإسترخاء.³

3-10- الأسس والعوامل المؤثرة في السباحة:

3-10-1- أسس وعوامل الأمن والسلامة:

يجب أن يراعى عند ممارسة رياضة السباحة توفير الوسائل التي تضمن عدم تعرض المتعلمين والممارسين للحوادث والمخاطر وكثير ما تحدث الإصابات أو حالات الغرق نتيجة الإهمال والتهور وعدم توفر العناية اللازمة لعوامل الأمن والسلامة وفيما يأتي بعض الاعتبارات المهمة التي يجب مراعاتها مما يضمن تجنب الحوادث والإصابات وحالات الغرق .

❖ عوامل الأمن الصحية :

- إجراء الكشف الطبي وفحص الحالة الصحية لجميع المشتركين في تعلم برنامج السباحة وعدم السماح للمتعلمين الذين لديهم أي نوع من الأمراض المعدية مثل الأمراض الصدرية والجلدية بالنزول إلى الماء خشية نقل العدوى إلى بقية زملائهم .
- ينبغي أن تكون هناك أدوات إسعاف أولية مهيأة دائماً للاستعمال.
- لا يسمح بالنزول إلى الماء إذا كان الجسم مجروحاً أو مصاباً بخدش عميق.
- عدم السماح للمتعلمين بالنزول إلى الماء والمعدة ممتلئة بالطعام.
- عدم السماح للمتعلمين بالنزول إلى الماء وهم يأكلون أو يضعون أي شيء في الفم قطع الحلوى أو العلك.
- أخذ الإحماء الكافي قبل الدخول إلى حوض السباحة وذلك لتجنب التقلص العضلي والإصابات والإرهاق.

1- محمود حسن ، على البيك ، مصطفى كاظم ، مرجع سابق ، ص 91 .

2- أبو العلا عبد الفتاح ، مرجع سابق ، ص 26 .

3- أبو العلا عبد الفتاح ، مرجع سابق ، ص 27 .

- عدم النزول إلى الحوض إذا كان الجسم متعرقاً والأفضل الانتظار حتى يجف ثم الاغتسال.
- أخذ دوش والذهاب إلى دورة المياه قبل النزول إلى الحوض.
- تعقيم الأقدام قبل النزول للماء بمواد معقمة.
- تجنب الوقوف مدة طويلة بدون حركة داخل الماء وخاصة في الماء البارد حيث يعمل ذلك على إحداث تقلصات عضلية بالإضافة إلى هبوط درجة حرارة الجسم.
- تشييف الجسم جيداً بعد السباحة وعدم ترك الجسم مبتلاً خاصة الوجه والصدر والإبط مع أهمية تبديل الملابس المبللة "المايوه" عقب الانتهاء من السباحة ويمكن للمتعلم تناول شراب دافئ إذا كان الجو بارداً عقب الخروج من المسبح.¹

3-10-2- الأسس الميكانيكية:

يكون مقدار قوة الطفو، وفقاً لمبدأ اكتشاف قبل أكثر من 220 سنة من قبل العالم أرخميدس، مساوية الوزن الماء الذي يزيحه الجسم المغمور كلياً أو جزئياً وهذا يعني أنه إذا أزاح الجسم ماء وزنه أكثر من وزن الجسم نفسه فإن الجسم سيطفو كالفلين، ولجسم الإنسان غالباً أقصى مقدار القوة الطفو، ويتحقق ذلك عندما يكون الجسم مغموراً كلياً وبذلك يزيح أكبر حجم ممكن من الماء، حجم مساو لحجم ذلك الجسم المغمور نفسه.²

3-10-3- الأسس والعوامل الفسيولوجية الوظيفية:

تعد السباحة من الأنشطة ذات الاستجابات الفسيولوجية المعقدة فيما لو قورنت بالأنشطة الأخرى، الاختلاف بيئة الأداء واتخاذ وضعا أفقياً مختلفاً عن بقية الألعاب، كما تشترك في السباحة مجموعات عضلية كبيرة تعمل بإيقاع عال لعمليات الشد والارتخاء وحسب المسافة المقطوعة، وهي كأى نشاط حركي ترتبط في واقعها بالأجهزة الحيوية التي تتكيف وفق متطلبات النشاط الممارس فهي بحق ذات اثر كبير على الجسم وأجهزة الإنسان الحيوية ومن التأثيرات الوظيفية للسباحة:

- الجمع بين الجهاز العصبي والعضلي للضبط العصبي للانقباض العضلي الذي له الدور الكبير في عمليات السباحة ، إذ أن الجهاز العصبي هو مصدر الإثارة الحقيقية لكل أجهزة الجسم لتقوم بالحركات المطلوبة لتظهر الحركة في الجهاز العضلي.

1- قاسم حسن حسين، افتخار احمد، مرجع سابق، ص 45-46 .

2- قاسم حسن حسين، افتخار احمد، نفس المرجع ، ص 51 .

- زيادة عدد السرعات الحرارية المبذولة في السباحة نظرا لان جزء منها يحتاجها السباح للتغلب على مقاومة الماء وانخفاض درجة الحرارة، إذ يحاول السباح تدفئة جسمه والماء المحيط به، وعند تحرك الماء الانسيابي يذهب الماء الدافئ ليبدل الماء البارد.¹

3-10-4- الأسس والعوامل النفسية والتربوي :

تتحقق السباحة جراء دقة ونتائج التصرف وتكمن الخصوصية بربط شخصية السباح وتنظيمها بشعوره، فبواسطة معايير التصرف في السباحة يظهر بأنها تحتاج إلى الوحدة النفسجسمية لكامل الشخصية، ويجد المرء في التدريب على السباحة صياغة جديدة تؤكد أن السباحة عنصر الحياة تتطلب مزاولتها من قبل جميع أفراد المجتمع لتقوية جسمه وفكره وعقله ووعيه واستعداده وقدراته. إن نموذج التصرف في السباحة يتكون بواسطة النظرة إلى علم النفس الرياضي الذي يظهر من متطلبات الانجاز الرياضي في التدريب والمنافسات. فقابلية الرياضي إلى التوجيه الشعوري وسلوكه يتم عن طريق تعلم السباح تعداد جوانب التدريب وهدفه وشعوره.²

1- محمود حسن ، علي البيك ، مصطفى كاظم : المنهاج الشامل لمعلمي ومدربي السباحة ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، 1997 ، ص93 ، ص 127 .

2- قاسم حسن حسين، افتخار احمد، نقص المرجع، ص 85 - 86 .

خلاصة:

تعد السباحة احدى الأنشطة المائية المتعددة التي يستخدم فيها الفرد جسمه للتحرك خلال الوسط المائي الذي يعد غريبا نوعا ما بصفته وسطا يختلف كليا عن الوسط الذي اعتاد التحرك فيه (الأرض).

فالوضع الذي يتخذه في الماء مختلف كليا عنه في الأرض بالإضافة الى تأثيرات فقط الماء على جسم السباح والتي قد تحدث عنه تغيرات فزيولوجية في الأجهزة الداخلية بالإضافة الى التأثيرات النفسية في هذا الوسط الغريب وتعرضه لكثير من الانفعالات، وما يتناقله الناس من أفكار يمكن أن تكون ذات تأثيرات مختلفة الشدة أيضا.

كما أن السباحة واحدة من المهارات الحركية التي تتطلب كفاءة بدنية لجميع اجزاء الجسم، فهي من النوع الوظيفي المتكامل الذي ينبغي تعلم طبقا للمبادئ العلمية التي تتعرض لقوانين ونظريات التعلم، ثم العوامل والظروف المؤثرة فيه ويعتبر الماء مدلك ملبوعي لجميع عضلات الجسم، إذ يساعد الماء على التقليل من وزن الجسم، مسهديه اختلاف الكثافة بين جسم الانسان والماء، فبواسطة التمارين المائية يتم تنشيط الدورة الدموية وزيادة سعة القلب كما تساعد السباحة في تنشيط عملية الشهيق والزفير من خلال اتساع الرئتان لإستعاب اكبر كمية من الهواء وتقوية عضلات الصدر، وهي وسيلة ترفيهية في قضاء أوقات ممتعة، وإزالة هموم الحياة والراحة النفسية كما أنها تمثل حافزا خاصا يقع على جسم الإنسان بشكل عام والخلية الجسمية بشكل خاص، والتي تؤثر بشكل ايجابي على أجهزة الجسم المختلفة، فممارستها بشكل دائم ومنتظم وبتدريبات مؤثرة تؤدي الى بناء ما يسمى بالقلب الرياضي، الذي هو مساعد الدورة الدموية أن تكون إقتصادية في عملها ما يؤدي الى تطوير اللياقة البدنية وبالتالي تحسين الأداء الحركي .

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع:

منهجية البحث وإجراءاته
الميدانية

تمهيد:

إن أهمية أية دراسة ودقتها تتعدى الجانب النظري المنطلق منه ، يتطلب تدعيمها ميدانيا من أجل التحقق من فرضيات الموضوع، وهذا ما يتطلب من الباحث، توجي الدقة في اختيار المنهج العلمي الملائم والأدوات المناسبة لجمع المعلومات، التي يعتمد عليها فيما بعد وكذا حسن استخدام الوسائل الإحصائية ، من أجل الوصول إلى نتائج ذات دلالة و دقة تساهم في تسليط الضوء على الإشكالية المدروسة، وفي تقدم البحث العلمي بصفة عامة .

1- الدراسة الإستطلاعية:

1-1- المنهج المتبع:

استخدمنا هذا المنهج في الكشف عن آراء الطلبة وكذا أساتذة مكلفين بعملية الإنتقاء، وذلك لوصف ظاهرة عملية الإنتقاء في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة، كما يستخدم أيضا للوقوف على قضية محددة تتعلق بجماعة أو فئة معينة وهو يتصف ب:

- تعريف الظاهرة دون زيادة .

وصف عميق ومركز لمشكلة معينة، فهو ليس مجرد وصف عابر بل يتعدى ذلك ليصل إلى أعماق المشكلة أو الظاهرة المراد دراستها.

ليس مجرد لما هو قائم بالفعل فحسب، بل إنه عملية تحليلية لتوضيح الطبيعة الحقيقية لظاهرة عن طريق الوقوف على الظروف المحيطة بها أو الأسباب الدافعة إلى انتشارها.⁽¹⁾

1-2- متغيرات البحث:

- المتغير المستقل:

يطلق علة هذا النوع من المتغيرات اسم العوامل المؤثرة وهذا المتغير هو الذي يعتبره الباحث المؤثر الرئيسي في الظاهرة أو السلوك الذي يلاحظه أو يدرسه ويسمى أيضا بمتغير التجريبي .⁽²⁾

- المتغير التابع :

يسمى هذا النوع من المتغيرات بمتغير الاستجابة وهو ما ينتج من اثر للمتغير المستقل ، أي أن قيمة هذا المتغير تتغير وفقا لقيمة المتغير المستقل .

فالمتغير المستقل في بحثنا هذا هو: الإنتقاء الرياضي .

أما المتغير التابع فهو الطلبة .

1-3- مجتمع البحث:

نعني بمجتمع البحث جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها الباحث، فمجتمع الدراسة أو البحث إذن هو جميع الأفراد أو الأشخاص أو الأشياء الذين يكونون موضع البحث، يتكون مجتمع البحث من 20 طالب و06 أساتذة مكلفين بعملية الإنتقاء الرياضي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية الرياضية جامعة البويرة ومنهم أساتذة مدرسين لمقيلاس السباحة، (20 طالب) مشاركين في عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة .

1- نبيل أحمد عبد الهادي، منهجية البحث في العلوم الإنسانية، الطبعة الأولى، عمان، الهلية 2006، ص53-54.

2- محمود عبد الحليم المنسي، مناهج البحث العلمي، بدون طبعة، الأزارطية، دار المعرفة الجامعية، 2003، ص189.

1-4- عينة البحث:

هي جزء من مجتمع البحث الأصلي يختارها الباحث بأساليب مختلفة وبطريقة تمثل المجتمع الأصلي وتحقق أغراض البحث وتغني الباحث عن مشتقات الدراسة المجتمع الأصلي .

1-5- مجالات البحث:

- المجال البشري :

يتكون من 20 طالب معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة البويرة .

- المجال الزمني:

بعد موافقة الأستاذ المشرف والأساتذة المحكمين على الإختيار قمنا بتوزيعه على الطلبة ، كما قمنا بإجراء مقابلة مع الأساتذة المكلفين بعملية الإنتقاء الرياضي لرياضة السباحة، وجمعه ابتداء من 2019/05/15 إلى غاية تاريخ 2019/06/19 .

-المجال المكاني :

لقد قمنا بتوزيع الإختيار على الطلبة، بالمسبح النصف الأولمبي بالبويرة والبعض الآخر على مستوى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، لعدم توفر المسبح النصف الأولمبي للطلبة بالبويرة أثناء قيامنا بالتوزيع لإجراء حصتهم المعتادة ، ويرجع ذلك لأسباب مجهولة من طرف المسيرين بحجة لوجود للماء وأمور أخرى نجعل مبتغاهما ، مما صعب علينا الأمر بالقيام بعملية توزيع الإختيار على الطلبة، فقمنا بتوزيعه على مستوى المعهد، وإجراء مقابلة مع الأساتذة المكلفين بعملية الإنتقاء الرياضي لدى الطلبة في رياضة السباحة على مستوى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

2- أدوات البحث:

2-1- الإختيار:

يعتبر الإختيار أحد وسائل البحث العلمي الذي يستعمل على نطاق واسع من أجل الحصول على بيانات أو معلومات تتعلق بأحوال الناس أو ميولهم أو اتجاهاتهم ودوافعهم أو معتقداتهم.

والإختيار أداة تتضمن مجموعة من الأسئلة أو الجمل الخبرية التي يطلب من المفحوص الإجابة عنها بطريقة

يحددها الباحث، حسب أغراض البحث. (1)

1-جودت عزت العطوي، مرجع سابق، 2007، ص99.

2-2- المقابلة:

هي علاقة اجتماعية مهنية ديناميكية زجها لوجه بين الأخصائي والعميل في جو نفسي آمن تسوده الثقة المتبادلة بين الطرفين يهدف إلى جمع المعلومات من أجل حل المشكلة، أي أنها علاقة مهنية فنية حساسة يتم فيها تفاعل اجتماعي هادف وتبادل معلومات وخبرات ومشاعر واتجاهات ويتم خلالها التساؤل عن كل شيء وهي نشاط مهني هادف وليس محادثة عادية.

وكانت خطوات إجراء المقابلة كالتالي:

- تحديد عدد الأشخاص المراد مقابلتهم .
- تحديد نوع المقابلة.
- تحديد هدف المقابلة.
- تحديد مكان المقابلة.
- تحديد زمن ووقت المقابلة.
- الهدف من إجراء المقابلة هو الحصول على معلومات وبيانات مباشرة ، حيث قمنا بالتوجه لأساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة البويرة الذين قامو بعملية الإنتقاء الرياضي للطلبة وكذا مدرسي رياضة السباحة في المعد وذلك بإجراء مقابلة مباشرة معهم .

2-3- الوسائل الإحصائية :

النسب المئوية %¹:

$$\frac{\text{عدد التكرارات} \times 100}{\text{عدد الأفراد}} = \text{النسبة المئوية \%}$$

كا² المحسوبة:

$$\text{كا}^2 = \frac{\text{مجموع (التكرارات المشاهدة - التكرارات المتوقعة)}^2}{\text{التكرارات المتوقعة}}$$

التكرارات المتوقعة

1- محمد السيد أبو نيل، الإحصاء النفسي والاجتماعي والتربويين بدون طبعة، بيروت، دار النهضة العربية، 1987، ص51.

ويحتوي الاستبيان على أنواع من الأسئلة هي:

- أ- الأسئلة المغلقة: وهي أسئلة التي يحدد فيها الباحث إجابات مسبقا وغالبا ب نعم أو لا .
- ب- الأسئلة نصف المفتوحة: يحتوي هذا النوع على نصفين الأول يكون مغلقا أي فالإجابة تكون مقيدة نعم أو لا والنصف الثاني تكون الثاني تكون فيه الحرية للمستجوب للإداء برأيه الخاص .
- ت- الأسئلة متعددة الأجوبة: وهي أسئلة مضبوطة بأجوبة متعددة ويختار المجيب الذي يراه مناسباً .

2-4- الأسس العلمية للأداة:

صدق الأداة: حقق الاستبيان يعني التأكد من أنه سوف يقيس ما أعد لقياسه. (1)

تم اختيار مجموعة من الطلبة 40 طالب (مجتمع البحث) من 20 طالب (عينة البحث)، وكذا إجراء مقابلة مع أساتذة المكلفين بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة.

1- فاطمة عوض هاجر ميرقت، عليخناجة، 2002، ص167.

خلاصة:

من خلال هذا الفصل واستنادا إلى منهجية البحث العلمي تم اختيار المنهج الوصفي كمنهج متبع، وتحديد مجتمع وعينة البحث، بحيث تم اختيار المجتمع البحث كليا كعينة للدراسة، واستخدمنا الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات تحددت مجالات البحث، وكما أجرينا أيضا مقابلة مع بعض الأساتذة المكلفين بعملية الإلتقاء الرياضي، وتطرقنا في هذا الفصل أيضا إلى تحديد الوسائل الإحصائية (النسب المئوية، ك² المحسوبة) التي سنقوم باستعمالها في الفصل الخامس.

الفصل الخامس:

عرض وتحليل ومناقشة

النتائج

تمهيد:

من متطلبات البحث العلمي تقتضي عرض وتحليل ومناقشة مختلف النتائج التي كشفت عنها الدراسة الميدانية وعلى أساس العلاقة الوظيفية بينها وبين الإطار النظري. وانطلاقاً من هذه الاعتبارات المنهجية وبداية من افتراضنا العام أو واقع عملية الإنتقاء الرياضي لدى الطلبة تخصص سباحة سنعرض في هذا الفصل تفسير وتحليل النتائج والبيانات التي كشفت عنها الدراسة الميدانية من خلال تطبيق الاستمارة التي تم تبويبها إلى ثلاث مراحل حيث سنقوم بتحليل نتائج الاستبيان لإعطاء توضيحات لكل نتيجة توصلنا إليها، ثم نعرض هذه النتائج في جداول خاصة ومن ثم تمثيلها ببيانات. وفي الأخير نختم الفصل بالنتائج العامة المتوصل إليها مع مناقشة كل فرضية جزئية على حدى، وإبداء بعض الاقتراحات والفروض المستقبلية.

4-1- عرض وتحليل نتائج الاستبيان الخاص بالطلبة.

4-1-1- أسئلة البحث :

المحور الأول: يقوم طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة.

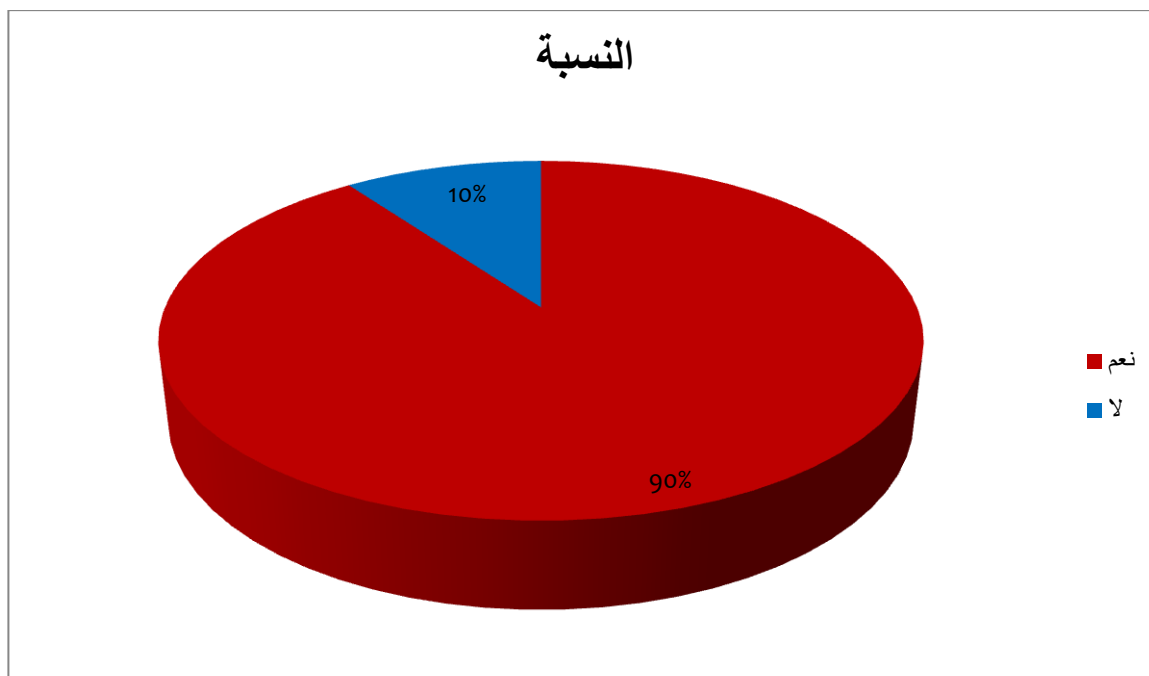
العبارة رقم 01: هل تخضعون لعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة ؟

الغرض منه: معرفة إن كان الطلبة يخضعون لعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة .

الجدول رقم 01: يمثل خضوع الطلبة لعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة .

الإجابات	التكرارات	النسب المئوية	كا ² محسوبة	كا ² مجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة
نعم	18	90 %	12.8	3.84	0.05	01	دالة
لا	02	10 %					
المجموع	20	100 %					

الشكل رقم 01 : يمثل التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 01



تحليل ومناقشة النتائج:

كما توضحه الإجابات في الجدول رقم 01 ويؤكدته إختبار كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 01 ، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج ، تتجسد في كون غالبية الطلبة بنسبة 90% بأن طلبة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية يقومون بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة ، أما نسبة 10% يرون أن طلبة المعهد لا يخضعون لعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة .

الإستنتاج :

نستنتج من خلال الجدول بأن طلبة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبويرة يخضعون لعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة .

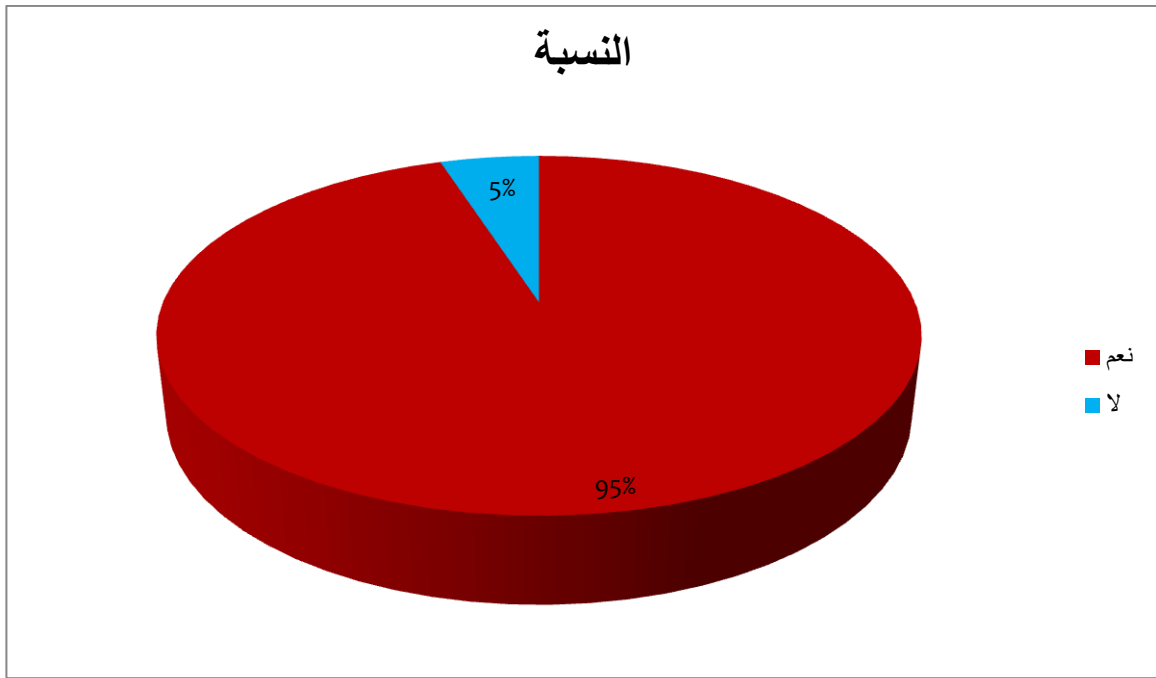
العبارة رقم 02 : يقوم بعملية الإنتقاء الرياضي أساتذة مختصين في رياضة السباحة ؟

الغرض منه : معرفة من يقوم بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة .

الجدول رقم 02 : يمثل من يقوم بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة .

الإجابات	التكرارات	النسب المئوية	كا ² محسوبة	كا ² مجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة
نعم	19	% 95	16.2	3.84	0.05	01	دالة
لا	01	% 05					
المجموع	20	%100					

الشكل رقم 02 : يمثل التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 02



تحليل ومناقشة النتائج:

كما توضحه الإجابات في الجدول رقم 02 ويؤكدده إختبار كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة الحرية 01 ، ومنه نستنتج أن الفرضية الصغرية مرفوضة وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج ، تتجسد في كون غالبية الطلبة بنسبة 95% بأنه من يقوم بعملية الإنتقاء

الرياضي أساتذة مختصين في رياضة السباحة ، أما نسبة 05% يرون بأن من يقوم بعملية الإنتقاء الرياضي ليس بأساتذة مختصين في رياضة السباحة بل أساتذة عاديين .

الإستنتاج :

نستنتج من خلال الجدول بأنه من يقوم بعملية الإنتقاء الرياضي أساتذة مختصين في رياضة السباحة وليس أساتذة عاديين .

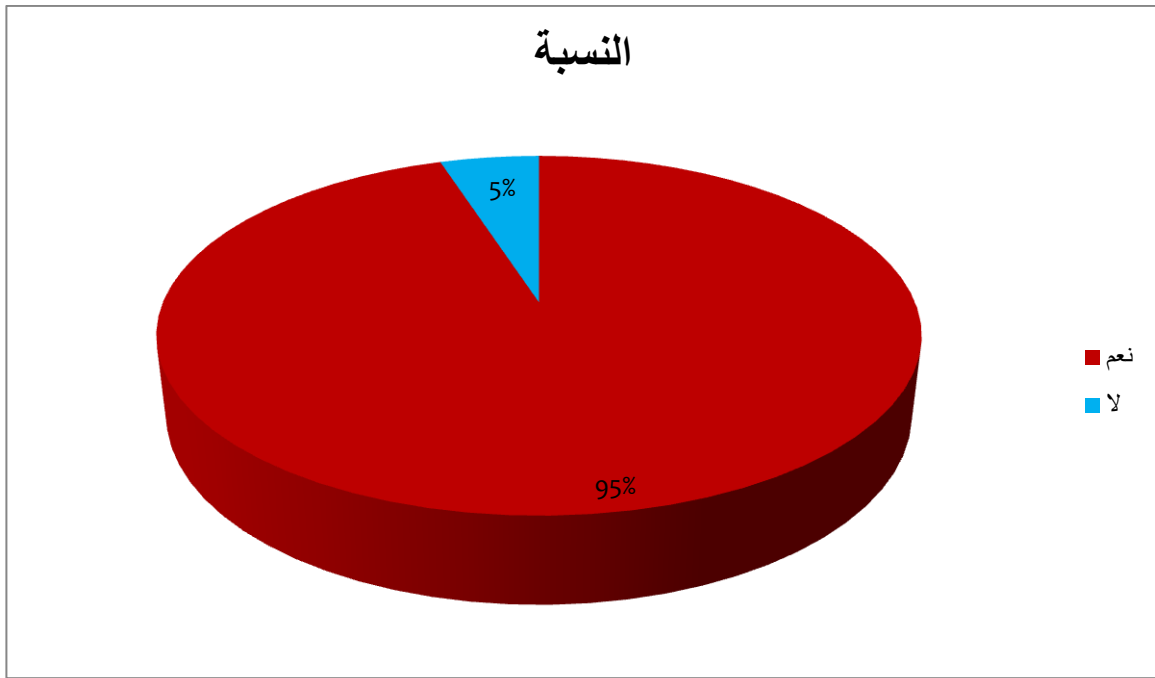
العبارة رقم 03 : هل يوجد مساعدين أثناء إنتقائكم الرياضي في رياضة السباحة ؟

الغرض منه : معرفة هل هناك مساعدين أثناء إنتقائكم الرياضي في رياضة السباحة ؟

الجدول رقم 03 : يمثل إن كان هناك مساعدين أثناء إنتقائكم الرياضي في رياضة السباحة .

الإجابات	التكرارات	النسب المئوية	كا ² محسوبة	كا ² مجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة
نعم	19	% 95	16.2	3.84	0.05	01	دالة
لا	01	% 05					
المجموع	20	%100					

الشكل رقم 03 : يمثل التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 03



تحليل ومناقشة النتائج:

كما توضحه الإجابات في الجدول رقم 03 ويؤكدته إختبار كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة الحرية 01 ، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج ، تتجسد في كون غالبية الطلبة بنسبة 95% بأنه يوجد مساعدين أثناء

عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة ، أما نسبة 05% يرون بأنه لا يوجد مساعدين أثناء عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة .

الإستنتاج :

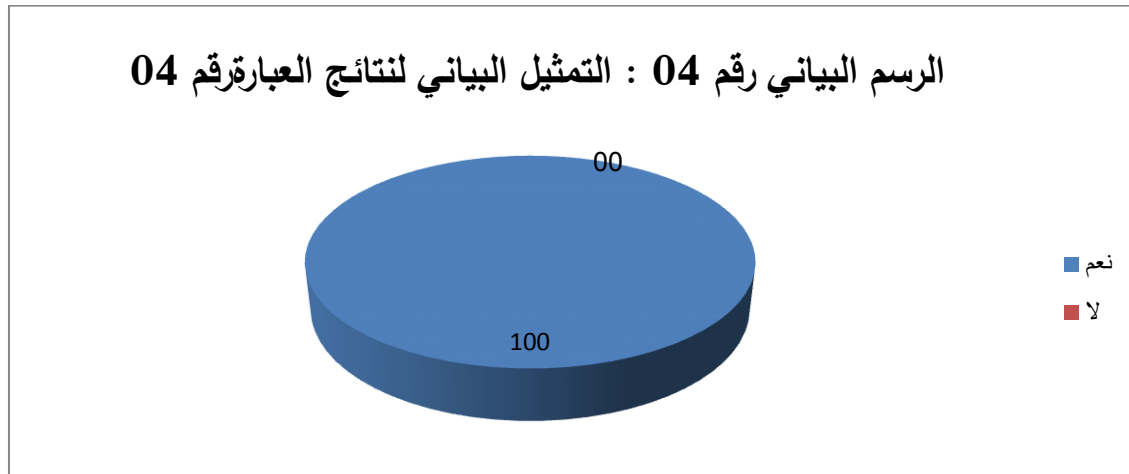
نستنتج من خلال الجدول بأنه يوجد مساعدين أثناء عملية إنتقاء الطلبة في رياضة السباحة .

العبارة رقم 04 : هل ترون لزوم عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة ؟

الهدف منه : مدى أهمية عملية الانتقاء الرياضي لدى الطلبة في رياضة السباحة .

الجدول رقم 04 : يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للعبارة 04 .

الإجابات	التكرارات	النسب المئوية	كا ² محسوبة	كا ² مجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة
نعم	20	%100	20	3.84	0.05	01	دال
لا	00	%00					
المجموع	20	%100					



تحليل ومناقشة النتائج:

كما توضح الإجابات في الجدول رقم 04 ويؤكدده كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² المجدولة عند مستوى دلالة 0.05 بدرجة الحرية 01 ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة بالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج تتجسد في كون نسبة 100% من الطلبة يرون أن عملية الانتقاء لازمة ولها أهمية كبيرة وللوصول إلى أعلى المستويات من التدريب وتحسين المهارات والقدرات لدى الرياضي وحسب الطلبة إستعمال عملية الانتقاء الرياضي وهذا ما يؤكدده الجدول رقم 04 من خلال نسبة 100% من الطلبة الذين يرون أنه من الضروري القيام بعملية الإنتقاء الرياضي، وذلك من أجل تحقيق أفضل النتائج.

الإستنتاج :

نستنتج من خلال الجدول أن الطلبة يرون أن عملية الانتقاء لازمة ولها أهمية كبيرة وللوصول إلى أعلى المستويات من التدريب وتحسين المهارات والقدرات لدى الرياضي، وحسب الطلبة إستعمال عملية الانتقاء الرياضي ضرورية لازمة وهذا ما يؤكد الجدول رقم 04 من خلال نسبة 100% .

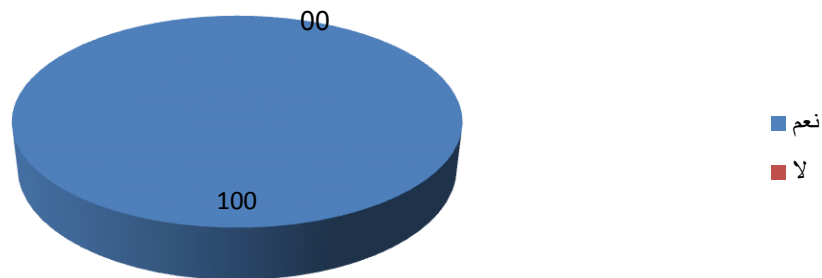
العبارة رقم 05 : ماهي المدة التي تتم فيها عملية الإنتقاء الرياضي ؟

الهدف منه : معرفة المدة التي تتم فيها عملية الإنتقاء الرياضي .

الجدول رقم 05 : يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للعبارة 05.

الإجابات	التكرارات	النسب المئوية	كا ² محسوبة	كا ² مجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة
يوم	20	% 100	20	5.99	0.05	02	دالة
يومين	00	% 00					
أكثر من يومين	00	% 00					
المجموع	20	%100					

الرسم البياني رقم 05 : التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 05



تحليل ومناقشة النتائج:

كما توضحه الإجابات في الجدول رقم 05 ويؤكدته إختبار كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 02 ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج تتجسد في كون نسبة 100% من مجموعة العينة يقتصدون في عملية الانتقاء على يوم واحد .

الإستنتاج :

نستنتج مما سبق ذكره أن أغلب الطلبة يتم إنتقاءهم في يوم واحد في رياضة السباحة ، وهذا ما يساعد على نجاح عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة .

المحور الثاني : تخضع عملية الإنتقاء الرياضي لمعايير و أسس علمية .

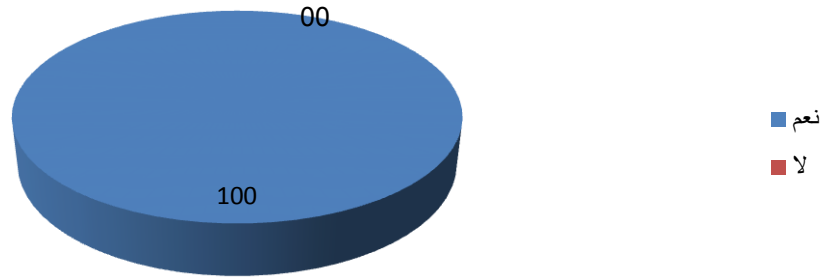
العبارة رقم 06 : حسب تكوينكم الأكاديمي هل ترون عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة تتم وفق أسس ومعايير علمية ؟

الهدف منه : معرفة إن كانت عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة تتم وفق أسس ومعايير علمية ؟

الجدول رقم 06 : يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للعبارة 06 .

الإجابات	التكرارات	النسب المئوية	كا ² محسوبة	كا ² مجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة
نعم	14	70 %	3.2	3.84	0.05	01	غير دال
لا	06	30 %					
المجموع	20	100 %					

الرسم البياني رقم 06 : التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 06



تحليل ومناقشة النتائج:

كما توضحه الإجابات في الجدول رقم 06 ويؤكدته إختبار كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أصغر من قيمة كا² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة الحرية 01 ، ومنه نستنتج أن الفرضية الصغرية غير مرفوضة وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج ، تتجسد في كون غالبية الطلبة بنسبة 70% يرون أن عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة تتم وفق أسس ومعايير علمية ، أما نسبة 30% يرون أن عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة لا تتم وفق أسس ومعايير علمية .

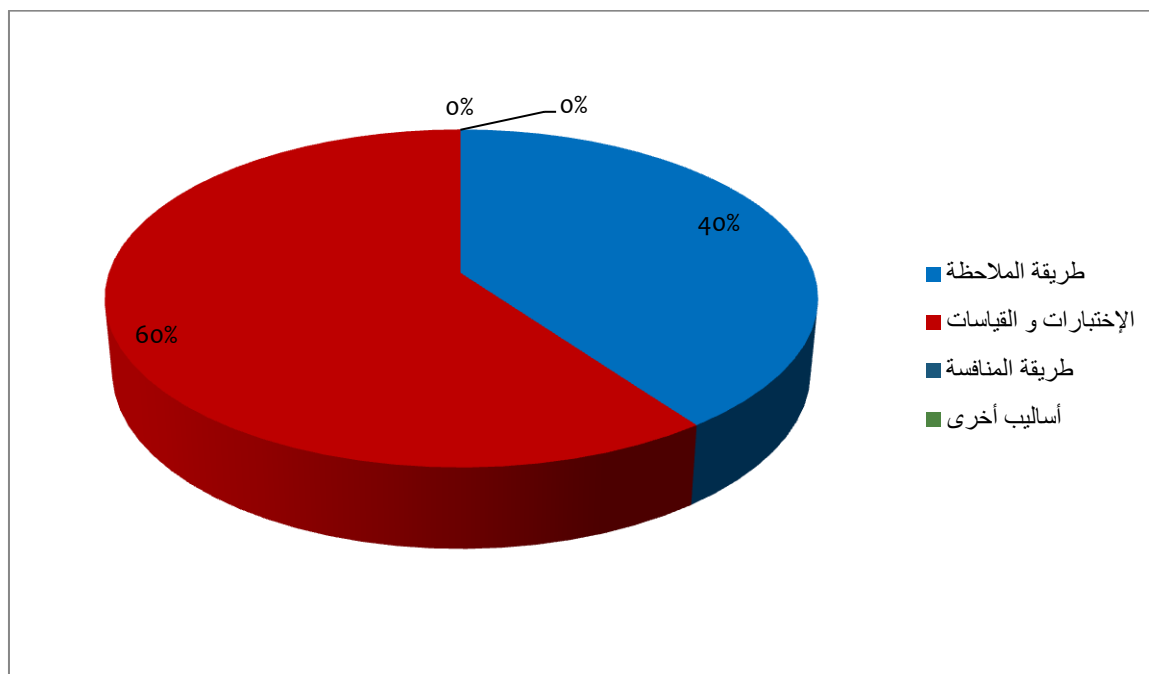
- الإستنتاج :

نستنتج من خلال المعطيات المتوصل إليها أن عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة تتم وفق اسس ومعايير علمية.

السؤال رقم 07 : ماهي الطريقة العلمية المنتهجة في عملية إنتقائكم في رياضة السباحة ؟
 الهدف منه : معرفة الطريقة العلمية المنتهجة في عملية إنتقاء الطلبة في رياضة السباحة .
 الجدول رقم 07 : يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للعبارة رقم 07 .

الإجابات	التكرارات	النسب المئوية	كا ² محسوبة	كا ² مجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة
طريقة الملاحظة	08	40 %	11.6	7.82	0.05	03	دال
طريقة الاختبارات والقياسات	12	60 %					
طريقة المنافسة	00	00 %					
أساليب أخرى	00	00 %					
المجموع	20	100 %					

الشكل رقم 07 : يمثل التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 07



- تحليل ومناقشة النتائج:

كما توضحه الإجابات في الجدول رقم 07 ويؤكدته إختبار كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 03، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية غير مرفوضة وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج ، تتجسد في كون نسبة 40% ترى أن الطريقة العلمية المنتهجة في عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة هي الملاحظة ، أما نسبة 60% من الطلبة أجابوا بأن طريقة الاختبارات والقياسات هي الأسلوب العلمي الأمثل في عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة

- الإستنتاج:

نستنتج من كل ما سبق أن أغلبية الطلبة يرون أن الإختبارات والقياسات هي الطريقة العلمية الأمثل في عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة، وكما يرى البعض الآخر بأن عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة تتم عن طريق الملاحظة .

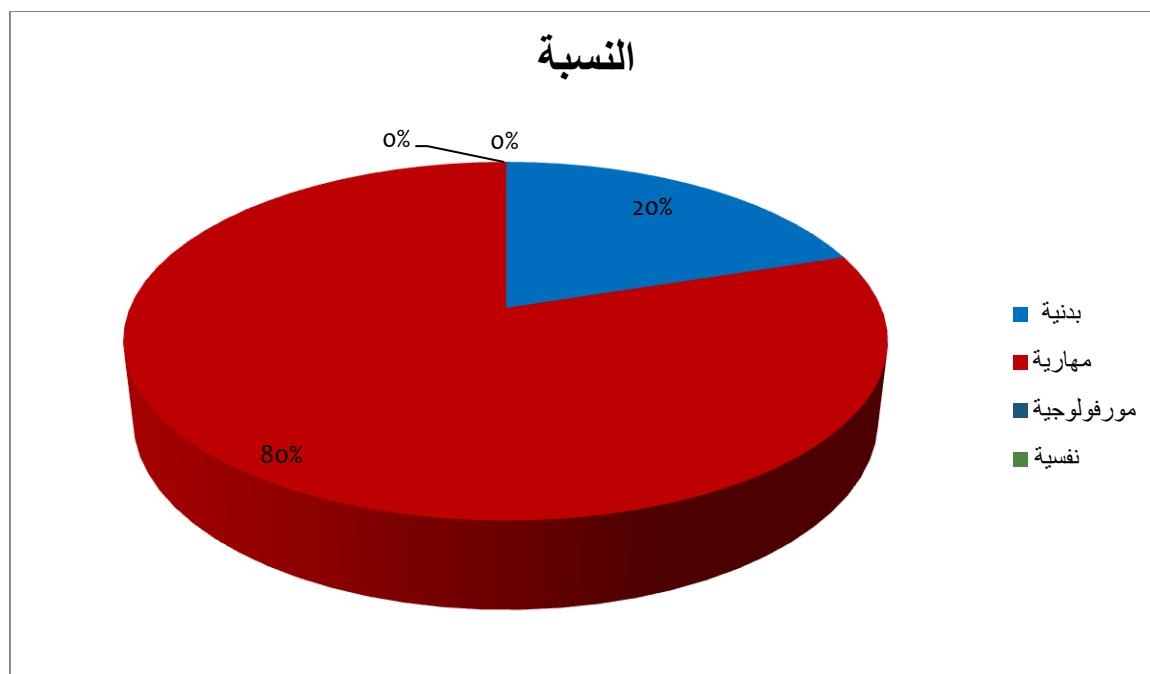
السؤال رقم 08: ماهي الجوانب التي يركزون عليها في عملية إنتقائكم كونكم كطلبة سباحين ؟

الهدف منه: معرفة أهم الجوانب التي يركزون عليها في عملية إنتقاء الطلبة في رياضة السباحة .

الجدول رقم 08: يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للعبارة رقم 08 .

الإجابات	التكرارات	النسب المئوية	كا ² محسوبة	كا ² مجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة
بدنية	04	20 %	24.4	7.82	0.05	03	دال
مهارية	16	80 %					
مرفولوجية	00	00 %					
نفسية	00	00 %					
المجموع	20	100 %					

الشكل رقم 08 : يمثل التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 08



- تحليل ومناقشة النتائج:

كما توضحه الإجابات في الجدول رقم 08 ويؤكدته إختبار كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 03، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، تتجسد في كون نسبة 20% يرى بأن الجانب البدني هو المعتمد أثناء إبتقائهم، أما نسبة 80% من الطلبة يرون بأن الجانب المهاري هو الاخر المعتمد في عملية إبتقاءهم.

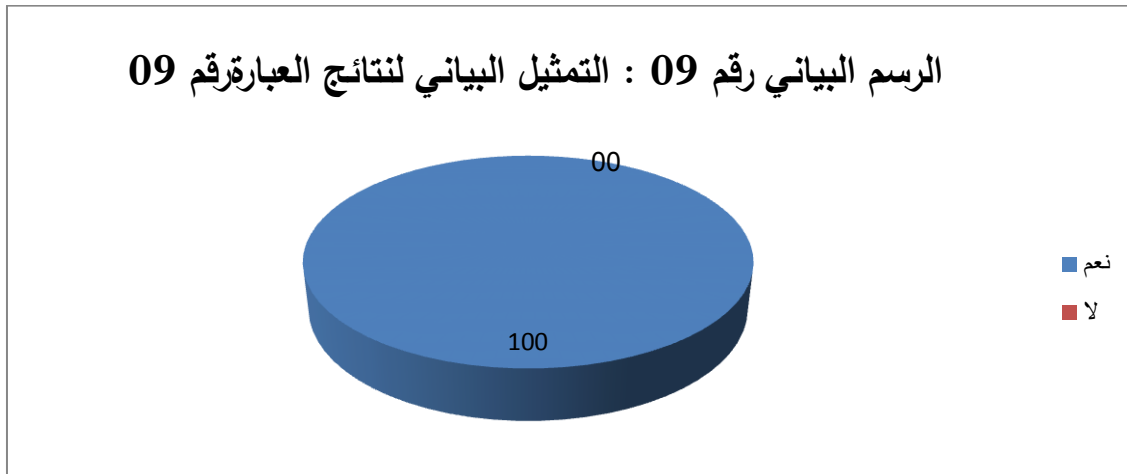
- الإستنتاج :

نستنتج أن الجوانب التي يركزون عليها في عملية الإبتقاء الرياضي في رياضة السباحة هي الجانب المهاري بشكل كبير والجانب البدني بصفة أقل .

العبارة رقم 09 : هل تم الأخذ بعين الإعتبار لخلفتكم السابقة في ممارسة رياضة السباحة أثناء عملية الإنتقاء ؟
الهدف منه : معرفة إن كان يتم الأخذ بالعين الإعتبار لخلفية الطلبة في ممارسة رياضة السباحة أثناء عملية الإنتقاء .

الجدول رقم 09 : يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للعبارة 09.

الإجابات	التكرارات	النسب المئوية	كا ² محسوبة	كا ² مجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة
نعم	12	%60	0.8	3.84	0.05	01	دال
لا	08	%40					
المجموع	20	%100					



تحليل ومناقشة النتائج:

كما توضح الإجابات في الجدول رقم 09 ويؤكدده كا² 2 نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أصغر من قيمة كا² المجدولة عند مستوى دلالة 0.05 بدرجة الحرية 01 ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية غير مرفوضة بالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج تتجسد في كون نسبة 60 من الطلبة يرون أنه تم الأخذ بعين الإعتبار من الطلبة يرون أنه لا يتم الأخذ % خلفيتهم السابقة في ممارسة رياضة السباحة أثناء عملية الإنتقاء، أما نسبة 40 بعين الإعتبار خلفيتهم السابقة في ممارسة رياضة السباحة أثناء عملية الإنتقاء .

- الإستنتاج :

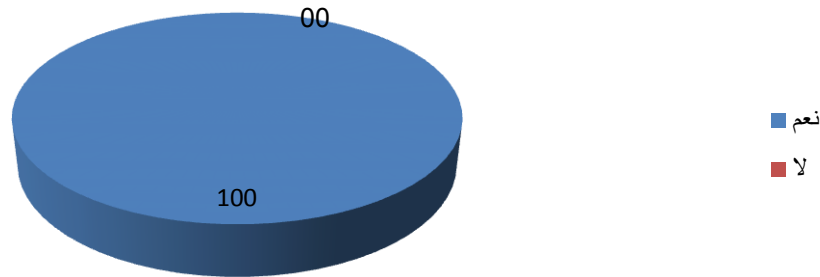
نستنتج من خلال الجدول أنه يتم الأخذ بعين الإعتبار الخلفية السابقة للطلبة في ممارسة رياضة السباحة أثناء عملية إنتقائهم.

العبارة رقم 10: هل تؤثر احدى العوامل التالية في عملية إنتقائكم كونكم كطلبة سباحين ؟
الهدف منه : مدى تأثير احدى العوامل التالية في عملية إنتقاء الطلبة السباحين المتمثلة في: وفقا لبطاقة الرغبات، معدل المسار الدراسي، معدل مقياس السباحة .

الجدول رقم 10 : يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للعبارة 10.

الإجابات	التكرارات	النسب المئوية	كا ² محسوبة	كا ² مجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة
نعم	00	%00	20	3.84	0.05	01	دال
لا	20	%100					
المجموع	20	%100					

الرسم البياني رقم 10 : التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 10



تحليل ومناقشة النتائج:

كما توضح الإجابات في الجدول رقم 10 ويؤكد كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² المجدولة عند مستوى دلالة 0.05 بدرجة الحرية 01 ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة بالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية من الطلبة يرون أنه لا يوجد تأثير لاحدى العوامل التالية في عملية إنتقاء % بين النتائج، تتجسد في كون نسبة 100 الطلبة السباحين والتي هي، وفقا لبطاقة الرغبات، معدل المسار الدراسي، معدل مقياس السباحة.

- الإستنتاج :

نستنتج أن عملية الإنتقاء للطلبة السباحين لا تتأثر بالعوامل التالية، بطاقة الرغبات، المعدل الدراسي، معدل مقياس السباحة .

المحور الثالث : تتأثر عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة بعامل الجنس .

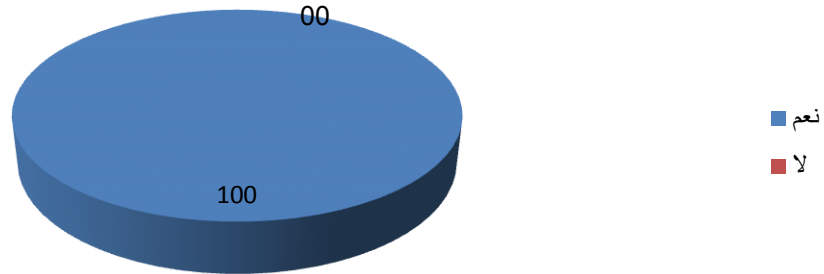
السؤال رقم 11: كم عدد الطلبة تخصص سباحة المشاركين في عملية الإنتقاء الرياضي ؟

الهدف منه: معرفة عدد الطلبة الطلبة تخصص سباحة المشاركين في عملية الإنتقاء الرياضي .

الجدول رقم 11: يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للعبارة رقم 11.

الإجابات	التكرارات	النسب المئوية	كا ² محسوبة	كا ² مجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة
20 طالب	00	00 %	20	7.82	0.05	03	دال
40 طالب	00	00 %					
60 طالب	00	00 %					
أكثر من 60 طالب	20	100 %					
المجموع	20	100 %					

الرسم البياني رقم 11 : التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 11



تحليل ومناقشة النتائج :

كما توضح الإجابات في الجدول رقم 11 ويؤكدده كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² المجدولة عند مستوى دلالة 0.05 بدرجة الحرية 03 ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة بالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، تتجسد في كون نسبة 100% من الطلبة فيرون بأن عدد الطلبة تخصص سباحة المشاركين في عملية الإنتقاء الرياضي هو أكثر من 60.

الإستنتاج :

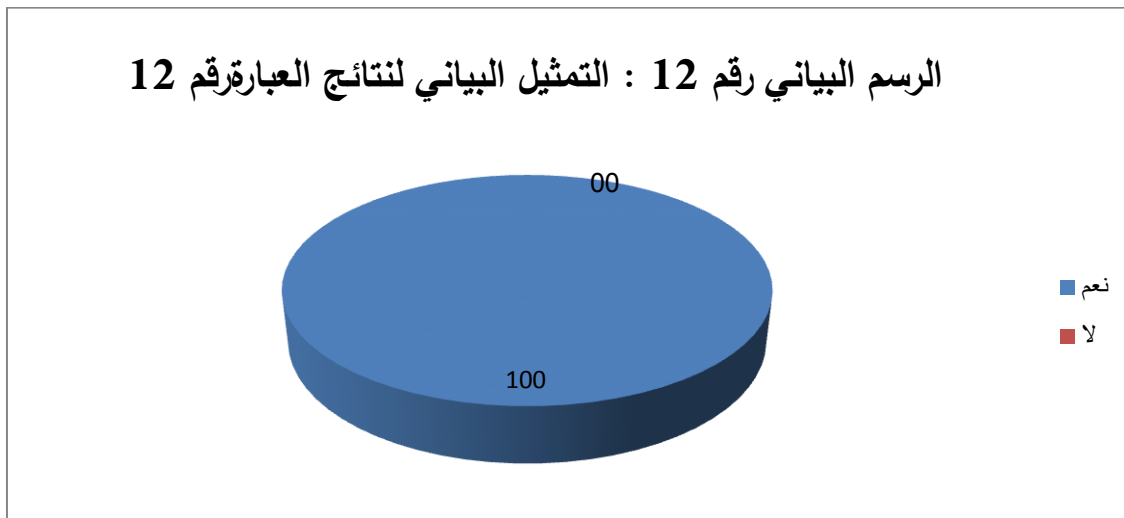
نستنتج من خلال الجدول أن عدد الطلبة تخصص سباحة المشاركين في عملية الإنتقاء الرياضي هو أكثر من 60 طالب، وهذا ما يؤكد بحب الطلبة لرياضة السباحة .

السؤال رقم 12: عدد الأفواج تخصص سباحة بعد ما تم أنتقاءكم ؟
الهدف منه: معرفة عدد الطلبة تخصص سباحة بعد ما تم إنتقائهم .

الجدول رقم 12: يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للعبارة رقم 12.

الإجابات	التكرارات	النسب المئوية	كا ² محسوبة	كا ² مجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة
01 فوج	00	00 %	20	7.82	0.05	03	دال
02 فوج	20	100 %					
03 أفواج	00	00 %					
أكثر من 03 أفواج	00	00 %					
المجموع	20	100 %					

الرسم البياني رقم 12 : التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 12



- تحليل ومناقشة النتائج:

كما توضح الإجابات في الجدول رقم 12 ويؤكدده كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² المجدولة عند مستوى دلالة 0.05 بدرجة الحرية 03 ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة بالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، تتجسد في كون نسبة 100% من الطلبة فيرون أن عدد الأفواج تخصص سباحة بعد ما تم أنتقائهم هو فوجين .

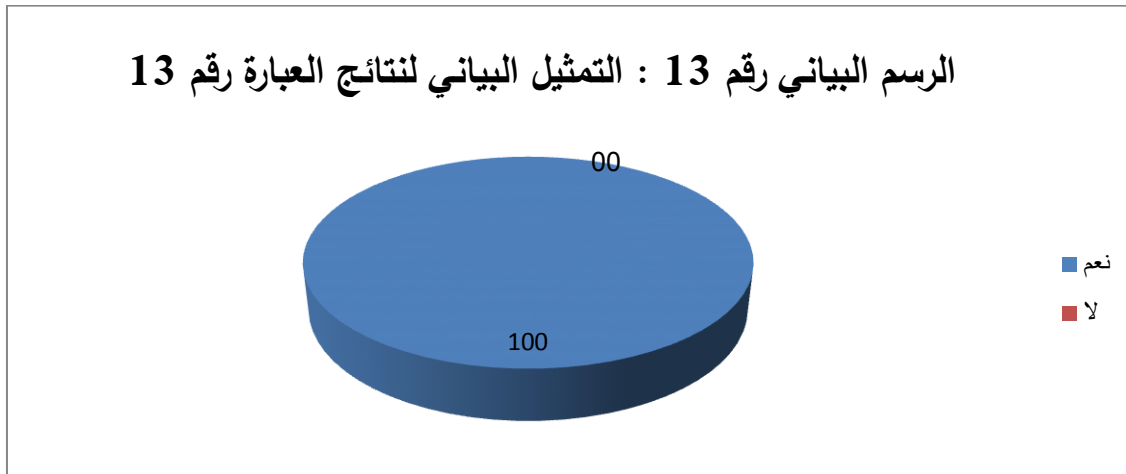
- الإستنتاج :

تستنتج من نتائج الجدول رقم 12 أن عدد الأفواج تخصص سباحة بعد ما تم أنتقاء الطلبة هو فوجين .

السؤال رقم 13: كم عدد الطلبة في كل فوج بعد ماتم اختياركم في التخصص سباحة ؟
الهدف منه: معرفة عدد الطلبة في كل فوج بعد ماتم اختيارهم في التخصص سباحة .
الجدول رقم 13: يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للعبارة رقم 13 .

الإجابات	التكرارات	النسب المئوية	كا ² محسوبة	كا ² مجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة
05 طلبة	00	00 %	20	7.82	0.05	03	دال
10 طلبة	00	00 %					
15 طالب	00	00 %					
أكثر من 15 طالب	20	100 %					
المجموع	20	100 %					

الرسم البياني رقم 13 : التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 13



تحليل ومناقشة النتائج :

كما توضح الإجابات في الجدول رقم 13 ويؤكدده كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² المجدولة عند مستوى دلالة 0.05 بدرجة الحرية 03، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة بالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، تتجسد في كون نسبة 100% كانت الإجابة عدد الطلبة في كل فوج بعد ماتم اختيارهم في التخصص سباحة هو أكثر من 15 طالب.

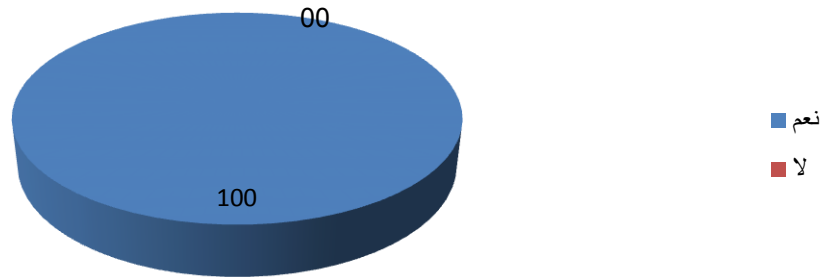
الإستنتاج :

تستنتج من نتائج الجدول رقم 13 أن عدد الطلبة في كل فوج بعد ماتم اختيارهم في التخصص سباحة هو أكثر من 15 طالب.

السؤال رقم 14: كم عدد الطلبة ذكور في كل فوج تخصص سباحة ؟
الهدف منه: معرفة عدد الطلبة ذكور في كل فوج تخصص سباحة .
الجدول رقم 14: يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم χ^2 للعبارة رقم 14 .

الإجابات	التكرارات	النسب المئوية	χ^2 محسوبة	χ^2 مجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة
05 طلبة	00	00%	20	7.82	0.05	03	دال
10 طلبة	00	00%					
15 طالب	00	00%					
أكثر من 15 طالب	20	100%					
المجموع	20	100%					

الرسم البياني رقم 14 : التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 14



تحليل ومناقشة النتائج:

كما توضح الإجابات في الجدول رقم 14 ويؤكدده χ^2 نلاحظ أن قيمة χ^2 المحسوبة أكبر من قيمة χ^2 المجدولة عند مستوى دلالة 0.05 بدرجة الحرية 03 ، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة بالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج ، تتجسد في كون نسبة 100% كانت الإجابة عدد الطلبة ذكور في كل فوج تخصص سباحة هو أكثر من 15 طالب .

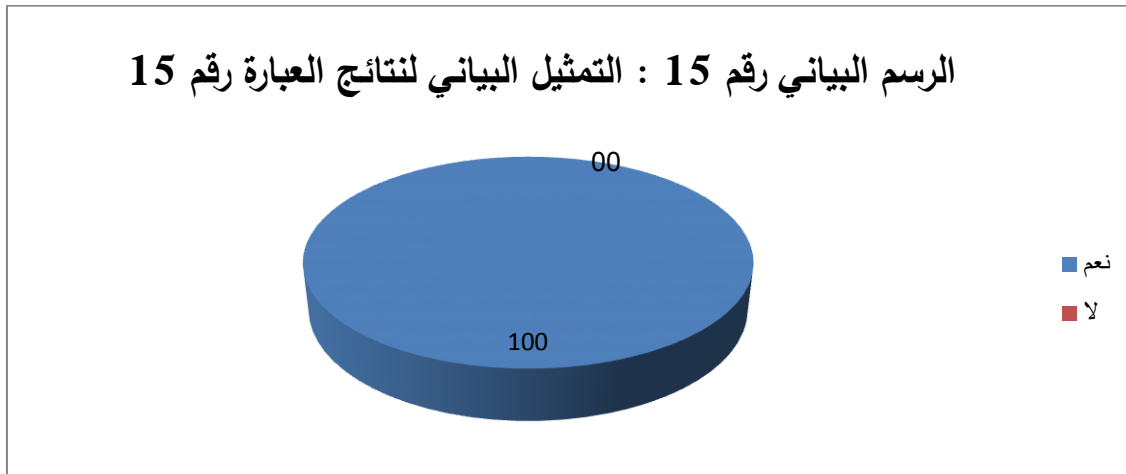
الإستنتاج :

تستنتج من نتائج الجدول رقم 14 أن عدد الطلبة ذكور في كل فوج بعد ماتم اختيارهم في التخصص سباحة هو أكثر من 15 طالب.

السؤال رقم 15: كم عدد الطلبة إناث في كل فوج تخصص سباحة ؟
الهدف منه: معرفة عدد الطلبة إناث في كل فوج تخصص سباحة .
الجدول رقم 15: يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للعبارة رقم 15 .

الإجابات	التكرارات	النسب المئوية	كا ² محسوبة	كا ² مجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة
طالبة (01)	20	% 100	20	7.82	0.05	03	دال
طالبتين (02)	00	% 00					
أربع طالبات (04)	00	% 00					
أكثر من أربع طالبات	00	%00					
المجموع	20	%100					

الرسم البياني رقم 15 : التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 15



تحليل ومناقشة النتائج:

كما توضح الإجابات في الجدول رقم 15 ويؤكدده كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² المجدولة عند مستوى دلالة 0.05 بدرجة الحرية 03 ، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة بالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج ، تتجسد في كون نسبة 100% كانت الإجابة عدد الطلبة إناث في كل فوج تخصص سباحة هو أكثر من 01 طالبة .

الإستنتاج :

تستنتج من نتائج الجدول رقم 15 أن عدد الطلبة إناث في كل فوج بعد ماتم اختيارهم في التخصص سباحة هوطالبة واحدة في الفوج .

- تحليل ومناقشة أجوبة المقابلة:

- 1- المحور الأول: يقوم طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة.
- الغرض منه: معرفة نوع الشهادة المتحصلين عليها، وكذا على ماذا يعتمدون في عملية إنتقاء الطلبة في رياضة السباحة.

من خلال إجراء المقابلة مع الأساتذة بطرح مجموعة من الأسئلة عليهم تحصلنا على مجموعة من الاجابات حيث يتبين لنا أن أغلب الأساتذة الذين يقومون بعملية إنتقاء الطلبة نوع شهادتهم المتحصلين عليها هي شهادة الدكتوراه . وهناك من الأساتذة متحصل على شهادة التأهيل الجامعي وأستاذ واحد فقط متحصل على شهادة الماجستير . كما تبين لنا أيضا من خلال المقابلة التي قمنا بها ومن الأسئلة الموجهة لهم أنهم يعتمدون في إنتقاء الطلبة على خلفيتهم السابقة في ممارسة رياضة السباحة.

- الإستنتاج:

من خلال التحليل السابق نستنتج أن أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة لديهم كفاءة كافية لإجراء عملية الإنتقاء الرياضي للطلبة في رياضة السباحة . واعتمادهم على أسس علمية حديثة خلال إجراء عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة، مما يساعد على نجاح عملية إنتقاء الطلبة في رياضة السباحة .

2- المحور الثاني: تخضع عملية الإنتقاء الرياضي لمعايير و أسس علمية .

الغرض منه: معرفة لزوم عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة، وكذا الطريقة العلمية المنتهجة في عملية إنتقاء الطلبة في رياضة السباحة .

من خلال إجابات الأساتذة يتضح لنا أنه يجب أن يكون هناك عملية لإنتقاء الطلبة لرياضة السباحة ومن الضروري لزوم عملية الإنتقاء الرياضي وذلك من أجل معرفة خبرة الطلبة في ممارسة رياضة السباحة، معتمدين على وضع إختبارات وقياسات، حيث كانت جل إجابات الأساتذة أن الطريقة العلمية المنتهجة في عملية إنتقاء الطلبة في رياضة السباحة هي طريقة الإختبارات والقياسات لإختيار أفضل الطلبة السباحين .

الإستنتاج :

مما سبق ذكره نستنتج بأن يجب أن يكون هناك عملية إنتقاء للطلبة السباحين في رياضة السباحة، وأن أفضل طريقة علمية منتهجة في عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة والتي يعتمدون عليها كل الأساتذة المكلفين بعملية الإنتقاء الرياضي في السباحة هي طريقة الإختبارات و القياسات .

3- المحور الثالث: تتأثر عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة بعامل الجنس .

- الغرض منه: معرفة إن كان الأساتذة يعتمدون على سلم تنقيط في عملية الإنتقاء الرياضي بالنسبة لكل من الذكور والإناث، وهل يوجد هناك صعوبات خلال عملية الإنتقاء بالنسبة لكل من الذكور والإناث .

من خلال الإجابات المتحصل عليها أثناء إجرائنا للمقابلة للأساتذة تبين لنا أن كل إجاباتهم كانت موحدة، وأنهم يعتمدون على سلم تنقيط في عملية الإنتقاء الرياضي الخاصة بكل جنس في رياضة السباحة، وأنه لا توجد هناك أي صعوبات تواجههم أثناء عملية الإنتقاء الرياضي بالنسبة لكلا الجنسين ذكور وإناث .

- الإستنتاج :

نستنتج في الأخير من خلال إجابات الأساتذة أنه لا توجد هناك أي صعوبات تواجههم أثناء عملية الإنتقاء الرياضي بالنسبة للذكور والإناث، وأنهم يعتمدون على سلم تنقيط أثناء إجرائهم لعملية إنتقاء الطلبة في رياضة السباحة .

4-2- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات:

4-2-1- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات الجزئية :

من خلال الدراسة التي قمنا بها قصد معرفة: واقع عملية الانتقاء الرياضي لدى الطلبة تخصص سباحة، قمنا بطرح ثلاثة أسئلة جزئية متفرعة عن الإشكالية ثم اقترحنا ثلاثة فرضيات لدراستها ميدانيا وتسجيل النتائج من خلال الواقع الميداني.

مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضية الجزئية الأولى:

الجدول رقم 16: الدلالة الإحصائية لعبارة المحور الأول:

نتائج المحور الأول				
العبارات	كا ²	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	الدلالة الإحصائية
العبارة رقم 01	12.8	3.84	دال	
العبارة رقم 02	16.2	3.84	دال	
العبارة رقم 03	16.2	3.84	دال	
العبارة رقم 04	20	3.84	دال	
العبارة رقم 05	20	5.99	دال	

بعد عرض وتحليل نتائج الاستبيان الذي قمنا به والذي يوزع على الطلبة تخصص سباحة وبعد عملية التحليل تم الوصول إلى أغلبية الحقائق التي كما قد طرحنا من خلالها فرضيات بحثنا وانطلاقا من الفرضية الجزئية الأولى التي مفادها أنه يقوم طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة .

ومن خلال النتائج المتحصل عليها في الجداول رقم (01) - (02) - (03) - (04) - (05) ، إضافة إلى النسب المئوية 90% ، 95% ، 95% ، 100% ، 100% ، 70% ، 60% ، بما أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج (اختبار كا²) . تبين أن جل طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية يقومون بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة هذا ما يمثله الجدول رقم 01 بنسبة (90%) ، أما نسبة 10% يرون أن طلبة المعهد لا يخضعون لعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة ، وقد أجمع أغلبية الطلبة (95%) كما

يمثله الجدول رقم (02) على أن عملية الإنتقاء الرياضي يرشف عليها أساتذة مختصون في رياضة السباحة إلا أن بعض الطلبة يرون أنه لايقوم بعملية الإنتقاء أساتذة مختصون في رياضة السباحة وبالإضافة إلى أنه يساعدهم في عملية الإنتقاء مساعدين اثنين وهذا ما أكدته نتائج الجدول رقم (03) حيث ان نسبة (95%) من الطلبة أكدو وجود مساعدين اثناء عملية الإنتقاء يقومون بشكل اساسي بعملية التقييم الإضافي والملاحظة لمساعدة الأساتذة المنتقيين الأساسيين في رياضة السباحة ، هذا وقد بينت نتائج الجدول رقم (04) ان كل الطلبة (100%) أجمعو بشكل قاطع على لزوم القيام بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة نظرا لأهميتها من اجل اختيار العناصر الأمثل والمناسبة بشكل أكبر لرياضة السباحة، وكما اتفق كل الطلبة (100%) على أن عملية الإنتقاء الرياضي لرياضة السباحة تتم في مدة يوم واحد حيث يرى معظم الطلبة أن مدة يوم واحد هي مدة كافية لإجراء عملية إنتقائهم في رياضة السباحة نظرا لعددهم وقد تختلف إذا تغير عدد الطلبة وهذا ما اكدته نتائج الجدول رقم (05).

من خلال النتائج المتوصل إليها يمكن القول بأن نتائج الفرضية للطلبة دحمانى جمال وحداش عبد الله لم تتفق مع نتائج فرضيتنا نظرا لاختلاف العينة المعالجة من طرفهما حيث تكونت عينتهما على مجموعة من المدربين في رياضة السباحة حيث أن فرضيتهما المتمثلة في للكفاءة العلمية والمهنية لمدربي السباحة دور في عملية انتقاء الناشئين (09 - 12) سنة، لذا يمكننا القول بأن صحة الفرضية الجزئية الأولى قد تحققت.

مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضية الجزئية الثانية:

الجدول رقم 17: الدلالة الإحصائية لعبارة المحور الثاني :

نتائج المحور الثاني			
العبارات	كا ²	كا ² المحسوبة	الدلالة الإحصائية
العبارة رقم 06	3.2	3.84	غير دال
العبارة رقم 07	0.08	7.82	دال
العبارة رقم 08	24.4	7.82	دال
العبارة رقم 09	0.8	3.84	دال
العبارة رقم 10	20	3.84	دال

انطلاقا من الفرضية الجزئية الثانية التي مفادها تخضع عملية الإنتقاء الرياضي لمعايير وأسس علمية .

من خلال الجداول رقم (06) - (07) - (08) - (09) - (10)، إضافة إلى النسب المئوية 70%، 60%، 80%، 60%، 100%، بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج اختبار كا² تبين أن معظم الطلبة بنسبة (70%) أجمعوا على أن عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تتم وفق اسس ومعايير علمية كما يوضحه الجدول رقم (06) وذلك بناء على تكوينهم الأكاديمي وبالنظر الى نتائج الجدول رقم (07) فإن الطريقة العلمية المنتهجة في عملية إنتقاء الطلبة في رياضة السباحة هي الطريقة التي تستعمل فيها الإختبارات والقياسات حسب إجابة (60%) من الطلبة و حيث يرى (40%) من الطلبة أن الطريقة العلمية المنتهجة في عملية إنتقاء الطلبة في رياضة السباحة هي طريقة الملاحظة هذا ونرى وفق الجدول رقم (08) أن (80%) من الطلبة أجابو على أن أهم الجوانب التي يركز المنتقون عليها أثناء عملية الإنتقاء هي الجانب المهاري و يرى (20%) من الطلبة أن الجانب البدني هو الجانب الذي يركز عليه أثناء عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة ويوضح لنا الجدول رقم (09) أنه يتم الأخذ بعين الإعتبار خلفية الطلبة في ممارسة رياضة السباحة أثناء عملية انتقائهم في رياضة السباحة و قد بين لنا الجدول رقم (10) أن العوامل المتمثلة في بطاقة الرغبات، معدل المسار الدراسي، معدل مقياس السباحة، لا تؤثر في عملية إنتقاء الطلبة وكان هذا بإجماع جميع الطلبة بنسبة (100%).

ومن خلال النتائج التي توصلنا إليها يمكن القول حول الفرضية الجزئية الثانية أنها لا تتطابق مع نتائج دراسة كل للطلبة كري رابح، قرين عبد الحق، تحت إشراف الأستاذ حاج أحمد مراد بعنوان: >> واقع عملية الانتقاء الرياضي في الكرة الطائرة لدى الناشئين (09-12) سنة <<، السنة الجامعية 2012/2013 معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة البويرة، والتي تتمثل في أنه لا يتم الإعتماد على معايير واسس علمية ومن خلال النتائج التي توصلنا إليها نستطيع القول أن عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تتم وفق معايير واسس علمية .

و منه يمكننا القول أن الفرضية الجزئية الثانية المتمثلة في تخضع عملية الإنتقاء الرياضي لمعايير وأسس علمية قد تحققت.

مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضية الجزئية الثالثة :

الجدول رقم 18: الدلالة الإحصائية لعبارة المحور الثالث :

نتائج المحور الثاني			
العبارات	كا ²	كا ² المحسوبة	الدلالة الإحصائية
العبارة رقم 11	20	7.82	دال
العبارة رقم 12	20	7.82	دال
العبارة رقم 13	20	7.82	دال
العبارة رقم 14	20	7.82	دال
العبارة رقم 15	20	7.82	دال

تبين أن جل الطلبة (100%) يرون بأن عامل الجنس لا يؤثر على عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة حيث يبين الجدول رقم (11) أن عدد الطلبة تخصص سباحة المشاركين في عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة هو أكثر من 60 طالب بإجماع كل الطلبة بنسبة (100%) وأنه يوجد فوجين اثنين بعدما تم الإنتهاء من عملية الإنتقاء حسب ما يوضحه الجدول رقم (12) ويوجد أكثر من 20 طالب في كا فوج حسب نتائج الجدول رقم (13) وقد أجاب الطلبة بنسبة (100%) أن عدد الطلبة ذكور هو أكثر من 15 طالب في كل فوج وطالبة واحدة في الفوج حسب ما يبينه الجدولان (14) و(15).

من خلال النتائج المتوصل إليها يمكن القول بأن نتائج الفرضيتان- للطالب مزارى فاتح، تحت إشراف الأستاذ الدكتور بن عكي محند آكلي، بعنوان <<عملية الإنتقاء الرياضي للناشئين في رياضة السباحة على مستوى الأندية الجزائرية للمرحلة العمرية (09 - 12) سنة >>، السنة الجامعية (2007/2008)، والطالبان جمعي كمال، بوجاوي يوغرطة، تحت إشراف الأستاذ الدكتور يونس محمد بعنوان: << واقع عملية الانتقاء الرياضي كرة القدم لدى الناشئين (09-12) سنة >>، السنة الجامعية 2015/2016 معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبويرة، لم تتطابق مع الفرضية الجزئية الثالثة المتمثلة في تتأثر عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة بعامل الجنس، التي حسب النتائج المتوصل إليها فإن عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة لا تتأثر بعامل الجنس و منه يمكننا القول أن الفرضية الجزئية الثالثة قد تحققت.

مناقشة و مقارنة نتائج الفرضيات الجزئية بالفرضية العامة :

الجدول رقم (19) : مقابلة النتائج بالفرضية العامة

النتيجة	صياغتها	الفرضية
تحققت	يقوم طلبة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة .	الفرضية الجزئية الأولى
تحققت	تخضع عملية الإنتقاء الرياضي لمعايير و أسس علمية .	الفرضية الجزئية الثانية
تحققت	تتأثر عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة بعامل الجنس .	الفرضية الجزئية الثالثة
تحققت	يقوم طلبة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة .	الفرضية العامة

من الجدول رقم (19) يتضح لنا أن الفرضيات الجزئية تحققت فالفرضية العامة التي مفادها هو >> يقوم طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة <<، قد تحققت أيضا، وذلك نظرا لتحقق كل الفرضيات الثلاثة.

- خلاصة :

من خلال هذا الفصل قمنا بإعطاء القيمة العلمية الحقيقية للنتائج المسجلة من خلال أدوات البحث المتمثلة في كل من الاستبيان والمقابلة و قمنا بمناقشتها و تحليلها لمعرفة إن كان يقوم طلبة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة .
من وجهة نظر الطلبة والأساتذة واستخدمنا في الحصول على النتائج كل من النسبة المئوية واختبار كا² بمعرفة الدلالة الاحصائية لتلك النتائج وفي الأخير توصلنا لمجموعة من النتائج جاءت في سياق الفرضيات المطروحة .

الإستنتاج العام :

من خلال الدراسة التي قمنا بها وتطبيقاتها والتي تمثلت في واقع عملية الإنتقاء الرياضي لدى الطلبة تخصص سباحة وبعد توزيع الإستبيان على الطلبة واجراء المقابلة مع الأساتذة ومن ثم الحصول على النتائج والمعلومات المقدمة من طرفهم قمنا بمعالجتها إحصائيا ومناقشتها وتحليلها ومقابلتها بالفرضيات توصلنا لبعض الحقائق التي سُطرت في الفرضيات السابقة والتي تمثلت في أن أغلب الطلبة يقومون بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة. ومن خلال مما سبق تحققت الفرضية الأولى والتي مفادها أن >> يقوم طلبة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة <<.

ومن خلال الفرضية الجزئية الثانية للبحث نستطيع القول بأن عملية الإنتقاء الرياضي في معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة في رياضة السباحة تخضع للقواعد والمعايير والأسس العلمية اللازمة، وبذلك نقول أن الفرضية الجزئية الثانية والتي مفادها >> تخضع عملية الإنتقاء الرياضي لمعايير وأسس علمية << تتحقق.

ومن خلال الفرضية الثالثة للبحث يمكننا القول بأن عملية الأنتقاء الرياضي في رياضة السباحة تتأثر بعامل الجنس والتي كان مفادها معرفة عدد الأفواج في السباحة وعدد الطلبة في كل فوج وكذلك معرفة عدد الطلبة ذكور وإناث في كل فوج، هذا من أجل تكوين معرفة كم يوجد عدد الطلبة في رياضة السباحة وتسهيل مهمتنا في البحث وبذلك نقول بأن الفرضية الجزئية الثالثة والتي مفادها >> تتأثر عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة بعامل الجنس << قد تحققت.

أخيرا من خلال النتائج السابقة نستنتج أن واقع عملية الإنتقاء الرياضي لدى الطلبة تخصص سباحة أنهم يقومون بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة، وأن هذه العملية لا تتم وفق أسس ومعايير علمية حديثة، لذا يجب على الأساتذة المنتقن للطلبة الأخذ بعين الإعتبار المعايير والأسس العلمية في عملية الإنتقاء الرياضي مما سبق ذكره والتوصل إليه من نتائج تبين أن إهتمام الأساتذة بعملية الإنتقاء الرياضي يساعد في إنشاء سباحين ماهرين وتحقيق أفضل النتائج والوصول بهم إلى أعلى المستويات في رياضة السباحة.

خاتمة

خاتمة :

لقد حاولنا جاهدين من خلال بحثنا هذا أن نقف على واقع عملية الإنتقاء الرياضي لدى الطلبة تخصص سياحة ومعرفة سيرورة هذه العملية وكيف تتم .

فعملية إنتقاء الطلبة من أجل تكوينهم وحتى يمكن إعدادهم للوصول بهم إلى المستويات العالية والتطوير الشامل والمرتزن لقدراتهم وخصائصهم يتطلب من الأستاذ أن يكون ملما بالأسس النظرية والعلمية المختلفة للإنتقاء ودراسة عملية الإنتقاء بمعايير حديثة تتماشى مع قدرات الطلبة السباحين، من خلال جمع المعطيات النظرية والتطبيقية المرتبطة بالبحث وانطلاقا من مشكلة مطروحة معاشة ميدانيا وبعد عرض وتحليل النتائج وتحليلها بخصوص واقع عملية الانتقاء الرياضي لدى الطلبة تخصص سباحة، فهذه النتائج تبدو منطقية إلى حد كبير، فكأن الهدف الذي يرمي إليه الباحث هو كشف العراقيل والعوائق التي تقف في وجه هذه العملية عن طريق معرفة خبرة وكفاءة الأساتذة في عملية الإنتقاء بالإضافة إلى الأسس والقواعد المطبقة، في هذه العملية وكذلك أيضا دور المعهد ومساهمته في القيام بهذه العملية.

ومن كل ما سبق نستنتج أن عملية الانتقاء الرياضي عملية يجب أن تتم وفق أسس وقواعد عملية ودقيقة يجب مراعاتها، وكذلك تضافر الجهود من طرف مسؤولي المعهد والأساتذة على تحقيق عملية الإنتقاء الجيد. أما خلاصة القول فنتمحوور حول ضرورة إخضاع عملية الانتقاء الرياضي إلى الأسس العلمية الحديثة وأهمية استنادها على أساتذة يتحلون بكفاءة علمية موثوقة بها حتى تكون هناك متابعة ومراقبة فنية لهاته الأعمال كما تمكن من التنبأ بالنتائج التي سيصل إليها الطلبة السباحين، وكذلك إعطاء أهمية للجانب العلمي الذي يعتبر الركيزة الأساسية لجميع الجوانب دون استثناء حتى يتميز عملهم بالشفافية والوضوح ويحقق نتائج مضبوطة تخلوا من الشكوك والمفاجئات .

اقتراحات وفروض مستقبلية

- اقتراحات وفروض مستقبلية :

إن خير أثر يتركه الباحث إثر إجرائه لموضوع بحثه، هو ترك المجال مفتوح واقتراح بعض النقاط التي تسهم في خدمة البحث العلمي وتدعمه، وهذا ما ستقوم به الآن أي تقديم اقتراحات وفرضيات مستقبلية تضيف على البحث قيمة علمية وكذا فتح المجال لاستمرارية البحث فيه.

اعتمادا على البيانات التي جمعها الباحث وانطلاقا من الاستنتاجات المستخلصة، وفي حدود إطار الدراسة يتقدم الباحث بالاقتراحات والفروض المستقبلية الآتية :

- ✓ وضع برنامج خاص بعملية الإنتقاء مبني على أسس ومعايير علمية.
- ✓ تكوين مدربين و أساتذة مختصين في رياضة السباحة لقيامهم بعملية الإنتقاء الرياضي.
- ✓ توفير مختلف الأدوات و الوسائل اللازمة أثناء عملية الإنتقاء.
- ✓ تخصيص مدة كافية لخضوع الطلبة لعملية الإنتقاء حيث لا يقتصر على ساعة أو يوم واحد.
- ✓ خضوع الطلبة قبل وبعد الإنتقاء الرياضي للكشف الطبي.
- ✓ وضع أشخاص من ذوي الإختصاص في الطب الرياضي للكشف الطبي على الطلبة في مرحلة إنتقائهم.
- ✓ القيام بالتوعية والحملات التحسيسية قبل عملية الانتقاء ليستطيع الطلبة المشاركة في عملية الإنتقاء الرياضي.
- ✓ التنسيق بين كل من رؤساء الأقسام لمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من أجل الوقوف على عمل الأساتذة والسهر عليهم من أجل تطبيق برامج عملية وممنهجة خلال عملية الانتقاء الرياضي في رياضة السباحة.
- ✓ وضع المساعدين للأساتذة أثناء القيام بعملية الإنتقاء الرياضي للطلبة لتكون هذه العملية جيدة وناجحة.

قائمة المصادر والمراجع

البيليو غرافيا

❖ المراجع باللغة العربية :

- 1- محمد صبحي حسانين : <<القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية >>، دار الفكر العربي، ط4، الجزء الأول، 2001، ص88
- 2- هدى محمد محمد الخضري : <<التقنيات الحديثة لإنتقاء الموهوبين الناشئين في السباحة >>، المكتبة المصرية للطباعة والنشر، 2004 ص9.
- 3- محمد محمود عبد الدايم، محمد صبحي حسانين، الحديث في كرة السلة، الأسس العلمية والتطبيقية، دار الفكر العربي، ط02، القاهرة، 1999، ص196.
- 4- محمد لطفي طه، الأسس النفسية لإنتقاء الرياضيين، القاهرة، الهيئة العامة المطابع الأميرية، 2002، ص13.
- 5- هدى محمد محمد الخضري، التقنيات الحديثة لإنتقاء الموهوبين الناشئين في السباحة، المكتبة المصرية، 200، ص19.
- 6- يحي السيد الحاوي، "المدرّب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب"، المركز العربي للنشر، ط01، 2002، ص37-38 .
- 7- قاسم حسن حسين وفتحي المهشيش يوسف، "الموهوب الرياضي سماته وخصائصه في مجال التدريب الرياضي"، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ط01، عمان، الأردن، 1999، ص95.
- 8- محمد مصطفى زيدان ،تبيل السماطولي ، مرجع سابق 1985 ، ص 153 .
- 9- الرابع تركي، أصول التربية و التعليم، ديوان المطبوعات الجامعية بدون طبعة، الجزائر 1990، ص241-242.
- 10- أبو بكر مرسي محمد مرسي- ازمة الهوية في المراهقة والحاجة للإرشاد النفسي - مكتبة النهضة المصرية، ط1: القاهرة، بمصر 2002 ص 29 .
- 11- محمد مصطفى زيدان، دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام، ديوان المطبوعات الجامعية، بدون طبعة: الجزائر، 1975، ص 152 .
- 12- محمد عوض البسيوني، فيصل يسين الشاطيء، نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2، الجزائر، 1962، ص147 .
- 13- قاسم المندلوي واخرون، دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية، دار المعرفة، بدون طبعة، بغداد، العراق، 1990، ص 21 .
- 14- أوفينة مصطفى سالم الرياضية المالية منشأة المعارف الإسكندرية . 1997، ص 10-11 .
- 15- عصام اسن حلمي -كريب السباحة بين النظرية والتطبيق، الطبعة الثانية دار المعارف الإسكندرية، 1992، ص41.
- 16- قاسم حسن حسين، فتخار أحمد: "مبادئ وأسس السباحة"، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، 200، ص12.
- 17- أسامة كامل راتب: تعليم السباحة، دار الفكر العربي، القاهرة، ط2، 1990، ص37 قاسم حسن حسين: افتخار احمد، مرجع سابق، ص24، ص25.

- 18- المركز العربي للنشر، الموهبة والرياضة والابداع الحركي. يحي سيد اسماعيل الحاوي، 2004، ص 133 .
- 19- الوفيقة مصطفى سالم: الرياضات المائية، منشأة المعارف، الإسكندرية سنة 1997، ص 12 .
- 20- وجدي مصطفى الفاتح، طارق صلاح فضلي: دليل رياضة السباحة الجزء الأول، دار الهدى للنشر والتوزيع، سنة 1999 ص 15 .
- 21- محمد على الفطر الميادين العمية تسياسة المركز العربي ننشر: مصر، 2004. ص 143 .
- 22- قاسم حسن حسين، افتخار احمد، مرجع سابق، وحدي مصطفى الفاتح، ص 28 - 29 .
- 23- محمود حسن، علي البيك، مصطفى كاظم: المنهاج الشامل لمعلمي ومدربي السباحة، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1997، ص 93، ص 127 .
- 24- نبيل أحمد عبد الهادي، منهجية البحث في العلوم الإنسانية، الطبعة الأولى، عمان، الهلية 2006، ص 53-54.
- 25- محمود عبد الحليم المنسي، مناهج البحث العلمي، بدون طبعة، الأزراطية، دار المعرفة الجامعية، 2003، ص 189.
- 26- محمد السيد أبو نيل، الإحصاء النفسي والاجتماعي والتربويين بدون طبعة، بيروت، دار النهضة العربية، 1987، ص 51.
- 27- فاطمة عوض هاجر ميرقت، علي خناجة، 2002، ص 167.
- 28- علي بن هادية وآخرون: القاموس الجيد للطلاب، ط7، الجزائر، 1991، ص 108.
- 29- محمد حازم، محمد أبو يوسف: أسس اختيار الناشئين في كرة القدم، الاسكندرية، 2005، دار الوفاء، ص 19.

❖ المجالات العلمية والمواقع الالكترونية:

- 1- خالد منصور، عملية الانتقاء في المجال الرياضي، أنظر www.shbhda.com.
- 2- عماد صالح عبد الحق، مجلة النجاح، نابلس، فلسطين، 1999.
- 3- هاشم أحمد سليمان، مقالة بعنوان الانتقاء في المجال الرياضي اكااديمية كرة القدم ، أنظر <http://www.badnia.net>.

❖ الرسائل والمذكرات :

- 1- مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، للطلبة دحماني جمال و حداش عبد الله ، تحت إشراف الأستاذ الدكتور مزارى فاتح ، بعنوان << الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة ودورها في انتقاء الناشئين (09 - 12) سنة >> ، السنة الجامعية 2013/2012 معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبويرة .
- 2- مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير في نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية تخصص التدريب الرياضي معهد التربية البدنية و الرياضية سيدي عبد الله - زرالدة - للطالب مزارى فاتح ، تحت إشراف الأستاذ الدكتور بن عكي محند أكلي ، بعنوان <<عملية الإنتقاء الرياضي للناشئين في رياضة السباحة على مستوى الأندية الجزائرية للمرحلة العمرية (09 - 12) سنة >> ، السنة الجامعية (2008/2007) .

- 3- مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية للطلبة جمعي كمال ، بوجاوي يوغرطة ، تحت إشراف الأستاذ الدكتور يونس محمد بعنوان: >> واقع عملية الانتقاء الرياضي كرة القدم لدى الناشئين (09-12) سنة <<، السنة الجامعية 2016/2015 معهد ع.ت.ن.ب.ر. جامعة البويرة .
- 4- مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية للطلبة كري رابح ، قرين عبد الحق ، تحت إشراف الأستاذ حاج أحمد مراد بعنوان: >> واقع عملية الانتقاء الرياضي في الكرة الطائرة لدى الناشئين (09-12) سنة <<، السنة الجامعية 2013/2012 معهد ع.ت.ن.ب.ر. بالبويرة .

المراجع باللغة الفرنسية :

- 1- Platonov. problèmes de capacité Ed naouka. kouscou. 1972. p74.
- 2- Rabah Salaalah, passé et présent, parus dans le soir d'Alger le 02/10/1999, Alger.

الملاحق

جامعة البويرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص : التدريب الرياضي
الموضوع : استبيان خاص بالطلبة

تحية طيبة وبعد :

في إطار إنجاز بحث لنيل شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تخصص تدريب رياضي، تحت عنوان {واقع عملية الإنتقاء الرياضي لدى الطلبة تخصص سباحة}.

يشرفني أن أضع بين أيديكم هذه الاستمارة راجيا من سيادتكم الإجابة على الأسئلة الموجودة فيه وإعطاء وجهات نظرکم بكل دقة وموضوعية قصد مساعدتنا في إنجاز هذا البحث من إثراء البحث العلمي.

شاكرين مسبقا تعاونكم معنا

إشراف البروفيسور:

* زاوي عبد السلام

إعداد الطلاب:

- لونيس محمد
- كناي منير

ملاحظة :

- توضع العلامة (x) أمام الإجابة الصحيحة

المحور الأول : يقوم طلبة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة .

س1: هل تخضعون لعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة ؟

- نعم - لا

س2 : يقوم بعملية الإنتقاء الرياضي أساتذة مختصين في رياضة السباحة ؟

- نعم - لا

س3 : هل يوجد مساعدين أثناء إنتقائكم الرياضي في رياضة السباحة ؟

- نعم - لا

- إذا كانت الإجابة بنعم فما هو دور المساعدين ؟

س4 : هل ترون لزوم عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة ؟

- نعم - لا

س5 : ماهي المدة التي تتم فيها عملية الإنتقاء الرياضي ؟

- يوم - يومين - أكثر من يومين

- لماذا؟

المحور الثاني : تخضع عملية الإنتقاء الرياضي لمعايير و أسس علمية .

س1 : حسب تكوينكم الأكاديمي هل ترون عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة تتم وفق أسس ومعايير علمية ؟

- نعم - لا

س2 : ماهي الطريقة العلمية المنتهجة في عملية إنتقائكم في رياضة السباحة ؟

- الملاحظة - المنافسة

- الإختبارات و القياسات - طرق أخرى

س3 : ماهي الجوانب التي يركزون عليها في عملية إنتقائكم كونكم كطلبة سباحين ؟

- بدنية - مهارية - مورفولوجية - نفسية

س4 : هل تم الأخذ بعين الإعتبار لخلفيتكم السابقة في ممارسة رياضة السباحة أثناء عملية الإنتقاء ؟

- نعم - لا

س5 : هل تؤثر احدى العوامل التالية في عملية إنتقائكم كونكم كطلبة سباحين ؟

- نعم - لا

- وفقا لبطاقة الرغبات

- معدّل المسار الدراسي

- معدل مقياس السباحة

- إذا كانت الإجابة بنعم قم بوضع علامة (x) في العامل المؤثر .

المحور الثالث : تتأثر عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة بعامل الجنس .

س1 : كم عدد الطلبة تخصص سباحة المشاركين في عملية الإنتقاء الرياضي ؟

- 20 - 40 - 60 - أكثر من 60

س2 : ماهو عدد الأفواج تخصص سباحة بعد ما تم أنتقاءكم ؟

- فوج - فوجين - ثلاثة أفواج

- أربعة أفواج - أكثر من أربعة أفواج

س3 : كم عدد الطلبة في كل فوج بعد ماتم اختياركم في التخصص سباحة ؟

- 10 - 20 - 30

40 - - أكثر من 40

س4 : كم عدد الطلبة ذكور في كل فوج تخصص سباحة ؟

10 - 15 - 20 -

25 - - أكثر من 20

س5 : كم عدد الطلبة إناث في كل فوج تخصص سباحة ؟

1 - 2- 5 -

- أكثر من 5

جامعة البويرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص : التدريب الرياضي
الموضوع : مقابلة خاصة بالأساتذة

تحية طيبة وبعد:

في إطار إنجاز بحث لنيل شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تخصص تدريب رياضي، تحت عنوان {واقع عملية الإنتقاء الرياضي لدى الطلبة تخصص سباحة}.

يشرفني أن أضع بين أيديكم هذه المقابلة راجيا من سيادتكم الإجابة على الأسئلة الموجودة فيه وإعطاء وجهات نظركم بكل دقة وموضوعية قصد مساعدتنا في إنجاز هذا البحث من إثراء البحث العلمي.

شاكرين مسبقا تعاونكم معنا

إشراف البروفيسور:

* زاوي عبد السلام

إعداد الطلاب:

- لونيس محمد
- كناي منير

ملاحظة :

- توضع العلامة (x) أمام الإجابة الصحيحة .

مقابلة موجهة للأساتذة

المحور الأول : يقوم طلبة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية بعملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة .

س1 : ماهي الشهادة العلمية المتحصل عليها ؟

..... -

س2 : هل اعتمدتم في إنتقاء الطلبة على خلفيتهم السابقة في ممارسة رياضة السباحة ؟

..... -

المحور الثاني : تخضع عملية الإنتقاء الرياضي لمعايير و أسس علمية .

س3 : هل ترون لزوم عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة ؟

..... -

س4 : ماهي الطريقة العلمية المنتهجة في عملية إنتقاء الطلبة في رياضة السباحة ؟

..... -

المحور الثالث : تتأثر عملية الإنتقاء الرياضي في رياضة السباحة بعامل الجنس .

س5 : هل تعتمدون على سلم تنقيط في عملية الإنتقاء الرياضي الخاصة بكل جنس ؟

..... -

س6 : هل تواجهون صعوبات في عملية الإنتقاء الرياضي بالنسبة لكل من الذكور و الإناث ؟

..... -

..... - إذا كانت الإجابة بنعم ماهي أبرز هذه الصعوبات ؟

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire

Ministère de l'Enseignement Supérieur
et de la Recherche Scientifique

Université Akli Mohand Oulhadj - Bouira -

Tasdawit Akli Muhend Ulhag - Tubirett -



جامعة البويرة

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة أكلي محمد أولحاج

-البويرة-

عنوان الدراسة : واقع عملية الإنتقاء الرياضي لدى الطلبة تخصص سباحة

قائمة الأساتذة المحكمين

الرقم	الإسم والنقب	الدرجة العلمية	الجامعة	الملاحظة	الإمضاء
1	نيسل مهنوري	استاذ مهاماً	البويرة	مقبول	
2	ذكريا سليم	دكتوراه	البويرة	مقبول	
3	سايح عيسى العزيز	أستاذ مهاضر	البويرة	مقبول	

إشراف الأستاذ الدكتور :

* زاوي عبد السلام

من اعداد الطالبين :

- نونيس محمد .
- كناي منير .



قسم التدريب الرياضي

الرقم: 3304/م ع ت ن ب ر/ 2019 .

إلى السيد (ة): **ياسين الجبيري** بالدراسات

.....**مؤسسة الطلبة**.....

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): **لمونسيس عجمي**... المولود في: 1996/07/28. رقم التسجيل: 33033852.....
- الطالب (ة): **كينا بي صنيير**... المولود في: 1998/09/27. رقم التسجيل: 32054514.....
- الطالب (ة): المولود في: .../.../..... رقم التسجيل:

لقيام بزيارة ميدانية على مستوى مؤسستكم لغرض جمع بعض المعلومات والبيانات المتعلقة بالدراسة
الاستطلاعية والميدانية لنهاية التكوين خلال الموسم الجامعي 2018 / 2019. الذي يندرج ضمن التحضير
لنيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

مدير المؤسسة المستقبلية
مؤسسة
المشاورات الإدارية
والمسائل المرتبطة
بالطلبة
سماحي عبد العزيز

جامعة أكلي محند أوحاج
رئيس القسم
قسم التدريب الرياضي
منصوري نبيل

Title of study :<< The reality of the process of sports selection among the students of the specialization of swimming >>.

Prepared by: Lounis Mohamed / Kennai Mounir

Supervised by: Dr. Zaoui Abdel Salam

The study aimed to know the reality of the sport of swimming in the students in the process of selection of sports and the foundations and criteria of scientific selection in the process of sports selection, as well as how to complete the selection of students and the specialization of swimming, and also to know if the students are subject to the process of sports selection in swimming, The process of sports selection of the sex factor, and through our study of this subject we highlight the reality of the process of sports selection among students specializing in swimming.

The study was conducted at the level of the Institute of Science and Technology of physical and sports activities and the semi-Olympic swimming pool in Bouira, where a random sample of 20 students (10 in each group) was selected. We interviewed 60 teachers who were assigned to the sport selection process. The survey was conducted in the period from 08 May to 19 May 2019 at the Bouira swimming pool and the Institute of Science and Technology for Physical and Sports Activities.

In this study we relied on the descriptive approach in the study by using the questionnaire form as a tool for collecting data and information after subjecting it to the scientific conditions through arbitration by the professors. We also interviewed some of the professors responsible for the selection process. Percentages (%) and k^2 test for analysis of data obtained by members of the research sample.

Through our analysis of the results of this research, we concluded that the reality of the process of sports selection among students is a swimming pool based on scientific bases and criteria, as well as the subject of students to the process of sports selection in swimming.

Here we came out of all this with a set of suggestions which we hope will be constructive and help to promote the scientific level, which can be summarized in the following:

- ✓ Develop a selection program based on scientific criteria and criteria.
- ✓ The formation of trainers and professors in the sport of swimming for the process of sports selection.
- ✓ Provide various tools and tools during the selection process.
- ✓ Allow sufficient time for students to be selected for an hour or a day.
- ✓ Pre-post and post-selection medical examination.
- ✓ Placement of specialists in sports medicine for medical examination of students at the stage of their selection.

Finally, the results of the study revealed the validity of the proposed hypotheses and revealed the reality of the process of sports selection among the students of the swimming pool. Therefore, we recommend that the trainer be aware of the importance of the selection process and the necessity of its procedures, as well as the need to follow the scientific and rational bases in the selection process.