

جامعة آكلي محند أولحاج البويرة  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

# مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: تدريب رياضي.

## الموضوع

# علاقة الكفاءة المهنية والعلمية لمدرّب السباحة في جودة عملية تكوين الناشئين (09-12) سنة

دراسة ميدانية لأندية الرابطة الولائية للسباحة بالبويرة

إشراف الدكتور  
\* لاوسين سليمان

إعداد الطالب:  
✓ بوقرة علي

السنة الجامعية 2014 / 2015

# شكر وتقدير

الحمد لله حمدا كثيرا الحمد لله شكرا جزيلا الحمد لك خلقتنا و بين مخلوقاتك زرعنا، الحمد لك بالعقل و النطق ميزتنا الحمد لك عدد خلقك و مداد كلماتك أعنتنا و بالعلم زودتنا..يقول الحبيب صلى الله عليه وسلم « من لم يشكر الناس لم يشكر الله ».

نتقدم بجزيل الشكر إلى كل من كانت له يد المساعدة في هذا العمل سواء كان من قريب أو بعيد.

كما لا يفوتنا أن نتقدم بأسمى معاني التقدير و الاحترام و العرفان إلى دكتورنا القدير

" لاوسين سليمان" المشرف على بحثنا هذا و الذي لم يبخل علينا بالنصح و الإرشاد و التوجيه فما يسعنا إلا أن نتضرع إلى المولى عز و جل أن يديمه شمعة تحترق لتضيء لنا نحن أبناء الوطن الدرب نحو السمو بأمننا الجزائر إلى أعلى المراتب و أرقاها كما لا ننسى أن نشكر كل أساتذة القسم على المساعدات التي بذلوها من أجلنا، و إلى كل من كانت له بصمة في هذا العمل من أساتذة وطلبة .

# إهداء

أهدي هذا العمل المتواضع الى أعلى ما في الوجود أمي ثم أمي ثم أمي "تريعة دليلة" ثم أبي "سعيد" العزيز، اللذان طالما نصحاني وحثاني على الجد و الاشتهاد للوصول إلى أعلى المراتب ونزولا عند رغبة أمي أهدي هذا العمل إلى روح خالي رحمه الله وأسكنه فسيح جنانه

"تريعة رضا"

وكذلك إلى أخي "مروان" وأختي "سمية" والكتكوتة "ياسمين"

وإلى كل الأهل والأقارب أخص بالذكر جدائي "أحمد و بوقرة رابح رحمه الله" و جدتاي "سفير خضرة و بربيش خدوجة" وخالي "توماس و جمال وسفيان" و "بوعلام" و ابن خالتي "جيلالي".

وجميع الأصدقاء والأصحاب وأخص بالذكر "بوقرة محمد" و "ستيف" و "طبي عيسى" و "مباركي غانو" و "لوصيف أمين" و "ميهوبي يوسف" و "شحة لافيتزي" و "مبارك" و "هشام" و "فاسي عيسى و جريبيع سفيان و مطاري ياسين و الشرفوح" و دواودة سفيان و حسياني عبدو و "لوصيف فارس" و "جميع عمال مسبح عين بسام".

والدكتور "لاوسين سليمان"

الموضوع	
أ	- شكر وتقدير.
ب	- إهداء.
ج	- محتوى البحث.
ز	- قائمة الجداول.
س	- قائمة الأشكال.
ش	- ملخص البحث.
ض	- مقدمة.
<b>مدخل عام: التعريف بالبحث.</b>	
02	1- الإشكالية.
03	2- الفرضيات.
03	3- أسباب إختيار الموضوع.
03	4- أهمية البحث.
04	5- أهداف البحث.
04	6- تحديد المصطلحات والمفاهيم.
<b>الجانب النظري</b>	
<b>الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة</b>	
<b>المحور الأول: السباحة.</b>	
08	- تمهيد.
08	1-1- نبذة تاريخية عن السباحة.
08	1-1-1- السباحة في العالم القديم.
09	1-1-2- السباحة في العالم الحديث.

10	1-1-3- تطور السباحة في الجزائر.
10	1-2- فوائد السباحة.
10	1-2-1- الفوائد الجسمية.
10	1-2-2- الفوائد الفزيولوجية.
10	1-2-3- الفوائد الترويحية والإجتماعية.
11	1-2-4- الفوائد الصحية.
11	1-2-5- الفوائد النفسية والعقلية.
11	1-2-6- الفوائد العلاجية.
11	1-3- مجالات السباحة.
11	1-3-1- السباحة التنافسية.
12	1-3-2- السباحة التعليمية.
12	1-3-3- السباحة العلاجية.
12	1-3-4- السباحة الترويحية.
13-12	1-4- المواصفات القانونية لحمام السباحة.
14	- خلاصة.
<b>المحور الثاني: الكفاءات العلمية والمهنية لمدرّب السباحة.</b>	
16	- تمهيد
16	1-2- طبيعة عمل المدرّب الرياضي.
16	2-2- صفات مدرّب السباحة.
17	2-3- صفات المدرّب الناجح.
17	2-4- مسؤوليات مدرّب الناشئين في السباحة.
17	2-4-1- المسؤوليات التعليمية المباشرة.
18	2-4-2- المسؤوليات التعليمية والتربوية غير المباشرة.
19	2-5- دوافع المدرّب.
19	2-6- تأهيل المدرّب الرياضي.
19	2-7- الأسلوب العلمي في الحكم على كفاءة المدرّبين.

20	8-2- أساليب النمو والتنمية المهنية للمدرب الرياضي.
20	9-2- المعارف والمعلومات والمهارات الخاصة والعامة للمدرب الرياضي.
21	10-2- كفاءات المدرب الرياضي.
22	- خلاصة.
<b>المحور الثالث: تكوين واعداد الناشئين في السباحة.</b>	
24	- تمهيد.
24	1-3- أسس تعليم السباحة للناشئين.
24	1-1-3- الأسس التعليمية
24	3-3- الأسس التربوية
25	2-3- العوامل المؤثرة على عملية تعليم السباحة
25	1-2-3- العوامل النفسية
25	2-2-3- العوامل الفسيولوجية
25	3-2-3- العوامل الفيزيائية
25	3-3- أهداف السباحة للناشئين
26	4-3- خطوات تعلم المهارات الحركية الخاصة بالسباحة
26	5-3- تعليم الطرق الأساسية في السباحة للناشئين
26	1-5-3- تعليم سباحة الزحف على البطن
27	2-5-3- تعليم سباحة الزحف على الظهر
28	3-5-3- تعليم سباحة الفراشة
28	4-5-3- تعليم سباحة الصدر
29	5-5-3- تعليم سباحة المتنوع
29	6-5-3- تعليم البدء في سباحة الزحف والفراشة

29	3-5-7- تعليم البدء في سباحة الزحف على الظهر
30	3-5-8- تعليم الدوران
30	3-6-6- التدريبات المساعدة لتحسين تكنيك طرق السباحة
30	3-6-1- تدريبات تنمية الإحساس بالماء
30	3-6-2- تدريبات لتحسين تكنيك سباحة الزحف
30	3-6-3- تدريبات لتحسين تكنيك سباحة الظهر
31	3-6-4- تدريبات تكنيك سباحة الصدر
31	3-6-5- تدريبات تكنيك تحسين تدريبات الفراشة
31	3-7-7- استعمال أدوات التدريب للسباح
32	3-8-8- خصائص حمل التدريب للناشئين
32	3-9-9- تدريبات تنمية اللياقة البدنية للناشئين في السباحة
32	3-9-1- تدريبات تنمية التحمل
32	3-9-2- تدريبات تنمية السرعة
33	3-9-2- تدريبات تنمية القوة والقدرة العضلية
33	3-9-4- تدريبات تنمية المرونة
34	- خلاصة
<b>الفصل الثاني</b>	
36	- تمهيد
36	2-1- الدراسات المرتبطة بالبحث
36	2-1-1- الدراسات العربية
37	2-1-2- الدراسات المحلية
38	2-2- التعليق على الدراسات
39	- خلاصة

## الجانب التطبيقي

### الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

42	- تمهيد
42	3-1- الدراسة الاستطلاعية.
43	3-2- المنهج العلمي المتبع.
43	3-3- متغيرات البحث.
44	3-4- مجتمع الدراسة.
44	3-4-1- عينة البحث.
45	3-4-2- مواصفات العينة.
45	3-5- مجالات البحث.
45	3-5-1- المجال الزمني.
45	3-5-2- المجال المكاني.
45	3-5-3- المجال البشري.
45	3-6- ادوات البحث.
45	3-6-1- الدراسة النظرية.
45	3-6-2- المقابلة الشخصية.
46	3-6-3- الاستبيان.
46	3-7- الوسائل الاحصائية.
47	3-8- صعوبات البحث.
48	- خلاصة.
الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.	
50	- تمهيد.
51	4-1- عرض وتحليل النتائج.
59	- نتائج المقابلة وخلاصة المحور الأول

68	- نتائج المقابلة و خلاصة المحور الثاني
77	- نتائج المقابلة و خلاصة المحور الثالث
80-78	4-2- مناقشة و مقابلة النتائج بالفرضيات.
81	4-3- مقارنة النتائج بالفرضيات
82	- استنتاج عام.
83	- خاتمة.
84	- اقتراحات و فروض مستقبلية.
86	- البيبليوغرافيا.
<b>الملاحق</b>	
01	- الملحق رقم (1).
02	- الملحق رقم (2).

## قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
<b>الفصل الثالث: الدراسات المرتبطة بالبحث</b>		
44	جدول عينة البحث	<b>01</b>
<b>الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.</b>		
51	يمثل المؤهلات للمدربين والنسب المؤوية.	<b>02</b>
52	يبين الشروط والخصائص التي يضعها مسيرو الأندية	<b>03</b>
53	يبين سنوات الخبرة للمدربين	<b>04</b>
54	: يبين طريقة توظيف المدرب	<b>05</b>
55	يبين طريقة وأسس توظيف المدربين	<b>06</b>
56	يبين إن كان هناك دورات تكوينية	<b>07</b>
57	مدى إطلاع المدربين على الدراسات الحديثة	<b>08</b>
58	يبين إن كان المدربون يهتمون بالحضور أو لا.	<b>09</b>
60	يبين الطرق التي يعتمد عليها المدرب في هذه الفئة (09-12) سنة	<b>10</b>
61	يبين استعمال الحصص النظرية للناشئين باستعمال الوسائل البصرية.	<b>11</b>
62	يبين الأسلوب المتبع من طرف المدرب في الشرح	<b>12</b>
63	يبين ما هو أسلوب المدرب في تنمية الدافعية.	<b>13</b>
64	يبين ما مدى دراية المدربين بخصائص و مميزات النمو لهذه المرحلة.	<b>14</b>
65	يبين المعايير التي يعتمد عليها المدربون.	<b>15</b>
66	يبين مدى اهتمام المدربين بالغيابات والحضور	<b>16</b>
67	يبين ان كان المدربون يولون اهمية للفحوص الطبية.	<b>17</b>
69	يبين العنصر الأساسي المهتم به	<b>18</b>
70	مدى برمجة الألعاب المائية الترويحية.	<b>19</b>
71	مدى تخصيص الوقت لتمارين المرونة	<b>20</b>

72	يبين إذ كان يؤخذون بعين الاعتبار خصائص وحاجيات هذه المرحلة	21
73	: يبين الأهداف المسطرة في عملية التعليم والتدريب.	22
74	: يبين العناصر التي يركز عليها في عملية التدريب.	23
75	: يبين الحجم الساعي اللازم والمناسب للحصة التدريبية.	24
76	يبين عدد الجرعات التدريبية اللازمة.	25
80	الدلالة الاحصائية لعبارات المحور الاول الخاص باجابات المدربين.	26
81	الدلالة الاحصائية لعبارات المحور الثاني الخاص باجابات المدربين.	27
82	الدلالة الاحصائية لعبارات المحور الثالث الخاص باجابات المدربين.	28
83	مقارنة النتائج بالفرضية العامة.	29

## قائمة الاشكال

الصفحة	الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.	رقم الأشكال
<b>العنوان</b>		
51	يمثل المؤهلات للمدربين والنسب المؤوية.	<b>01</b>
52	يبين الشروط والخصائص التي يضعها مسيرو الأندية	<b>02</b>
53	يبين سنوات الخبرة للمدربين	<b>03</b>
54	يبين طريقة توظيف المدرب	<b>04</b>
55	يبين طريقة وأسس توظيف المدربين	<b>05</b>
56	يبين إن كان هناك دورات تكوينية	<b>06</b>
57	مدى إطلاع المدربين على الدراسات الحديثة	<b>07</b>
58	يبين إن كان المدربون يهتمون بالحضور أو لا.	<b>08</b>
60	يبين الطرق التي يعتمد عليها المدرب في هذه الفئة (09-12) سنة	<b>09</b>
61	يبين استعمال الحصص النظرية للناشئين باستعمال الوسائل البصرية.	<b>10</b>
62	يبين الأسلوب المتبع من طرف المدرب في الشرح	<b>11</b>
63	يبين ما هو أسلوب المدرب في تنمية الدافعية.	<b>12</b>
64	يبين ما مدى دراية المدربين بخصائص و مميزات النمو لهذه المرحلة.	<b>13</b>
65	يبين المعايير التي يعتمد عليها المدربون.	<b>14</b>
66	يبين مدى اهتمام المدربين بالغيابات والحضور	<b>15</b>
67	يبين إن كان المدربون يولون أهمية للفحوص الطبية.	<b>16</b>
69	يبين العنصر الأساسي المهم به	<b>17</b>
70	مدى برمجة الألعاب المائية الترويحية.	<b>18</b>
71	مدى تخصيص الوقت لتمارين المرونة	<b>19</b>
72	يبين إذ كان يؤخذون بعين الاعتبار خصائص وحاجيات هذه المرحلة	<b>20</b>
73	يبين الأهداف المسطرة في عملية التعليم والتدريب.	<b>21</b>

74	يبين العناصر التي يركز عليها في عملية التدريب.	22
75	يبين الحجم الساعي اللازم والمناسب للحصة التدريبية.	23
76	يبين عدد الجرعات التدريبية اللازمة.	24

\* عنوان الدراسة: " الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة ودورها في جودة عملية تكوين السباحين الناشئين (12-09) سنة".

من أهداف هذه الدراسة هو تحسيس المسؤولين بالدور التي تلعبه الكفاءة والخبرة لدى المدربين في اكتشاف المواهب الشابة من الناشئين و ايجاد حلول كفيلة وقادرة على رفع المستوى التكويني داخل معاهد وزارة الشبيبة والرياضة ومعاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ومن ثم الحصول على مدربين أكفاء قادرين على خدمة وطنهم وتشريفه على الصعيد المحلي والقاري وإبراز أهمية الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة في نجاح جودة عملية التكوين الناشئين والإشادة بمحاسن المعرفة العلمية واستخدام البرامج العلمية في المجال الرياضي.

أما إشكالية الدراسة هي: هل للكفاءة العلمية والمهنية لمدربي السباحة دور في جودة عملية تكوين السباحين الناشئين ( 12-09) سنة؟

أما الفرضية العامة هي: الكفاءة العلمية والمهنية لمدربي السباحة لها دور في جودة عملية تكوين السباحين الناشئين (12-09) سنة.

أما فيما يخص الدراسة الاستطلاعية كانت على مستوى الرابطة والمسبح النصف الاولمبي بالبويرة وبلدية عين بسام ومن خلالها تم اختيار العينة بطريقة قصديه (عينة مقصودة)، والمتمثلة في جميع مدربي السباحة للفئات العمرية (12-09 سنة) - للأندية الرياضية التابعة لرابطة ولاية البويرة للسباحة وعددهم 28 مدرب ومدربة موزعين على (7) نوادي وجمعيات رياضية حيث يمارسون نشاطهم على مستوى مسبح ولاية البويرة وعين بسام، وتمت الدراسة الميدانية في الفترة الممتدة ما بين يوم 25 افريل 2015 إلى غاية يوم 04 ماي 2015، بمسبح البويرة وعين بسام ومقر الرابطة الولائية للسباحة.

اعتمدنا على المنهج الوصفي المسحي وذلك لملائمته لطبيعة البحث المراد عمله وتم إتباع تقنية الاستبيان والمقابلة الشخصية الفردية اللتان يعتبران من أنجع الطرق للحصول على معلومات حول موضوع أو مشكلة ما. أثبتت الدراسة أن الكفاءة العلمية والمهنية لمدربي السباحة تساهم في نجاح عملية التكوين والإعداد الجيد والمتزن للناشئين ومنها توصلنا إلى مجموعة من الاقتراحات منها، ضرورة رفع من القدرات المعرفية للمدربين في مجال تكوين السباحين الناشئين بأسلوب علمي وهذا عن طريق المشاركة في الملتقيات العلمية والمحاضرات والأيام الدراسية تحت إشراف خبراء وإطارات مختصة، واختيار مدربين يتميزون بالكفاءة العالية والخبرة الواسعة في مجال التخصص، وبرمجة مخطط خاص بعملية التكوين من حيث الخطوات المنهجية وطرق استعمال القياسات والاختبارات وذلك من اجل التحكم في هذه العملية من حيث الزمن والكيفية من طرف المسؤولين عن هذه الرياضة وضرورة رسكلة وتجديد معارف المدربين وتزويدهم بالاختبارات والقياسات الحديثة وإلمامهم بمختلف العلوم المتصلة بالرياضة لمعرفة خصائص ومتطلبات النمو للناشئين والتي لا يعرفها مختلف المدربين ورفع من مستوى الكفاءة العلمية والمهنية لمدربي السباحة، وكذلك اقتراح تنسيق بين معاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ووزارة الشباب والرياضة ووزارة التربية للرفع من مستوى المدربين.

لقد شهد المجال الرياضي في السنوات الأخيرة تطوراً كبيراً شمل مختلف تخصصاته ويرجع المختصون هذا التطور إلى ارتباط 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 والاهتمام الكبيرين في الدول المطلة على البحر على وجه الخصوص باعتبارها 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، لقد عرفت منذ أن عرف الماء في الأنهار والبحار.

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 أن للسباحة 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 والاسترجاع عند الرياضيين.

وهذا ما جعل أهل الاختصاص 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. (سالم، 1997، صفحة 09)

إن التكوين السباحين الناشئين تساهم فيها عدة عوامل التي يجب أن تتوفر وهي حوض الماء أو المسبح، الثقة في النفس عند السباح الناشئ، ومدرّب السباحة والأغذية الجيدة، ويعدّ مدرّب السباحة هو الركيزة الأساسية في عملية تكوين السباحين الناشئين، ومن أجل الارتقاء بمستوى السباحين الناشئين يجب أن تتوفر لدى مدرّب السباحة لهاته الفئة العمرية الصغرى كفاءة مهنية وعلمية عالية وخبرات في مجال تخصصه وصفات المدرّب الناجح والدراية الكافية بالتطورات الحاصلة في مجال التدريب الرياضي وخصوصية هاته الرياضة، وخصائص ومميزات النمو لهاته الفئة العمرية، فالتكوين والتدريب الجيد للسباحين الناشئين يتطلب على أن يكون هذا المدرّب كفواً ناجحاً في عمله.

ومما لا شك فيه أن وصول أي رياضة إلى المستويات العالية يجب أن يتم بالتكوين الجيد في سن النشء لكون الطفل في هذا السن يعتبر بمثابة القاعدة التي ينمو ويتطور فيها ويتزعرع خلالها نجوم وأبطال المستقبل، كما أن الممارسة الصحيحة لرياضة السباحة تبدأ من خلال مرحلتهم العمرية، وتتأسس عليها لهذا الغرض ويجب على كل مدرّب أن يعطي الرؤية المستقبلية بما يسمح لأن يحصل كل رياضي شاب على أقصى فرصة لتحقيق النجاح.

ومن المؤكد أن النجاح والتألق في المجال الرياضي يتطلب قدرات وكفاءات عالية من طرف المدرب لكي يقوم بتكوين وإعداد الناشئين لأفضل المستويات الرياضية في ضوء قدراتهم واستعداداتهم وإمكانياتهم والتعامل معها بطريقة علمية، بالإضافة إلى قدرته على حل المشكلات والإتصال مع الهيئات المختلفة بحب وإقتدار، وهذا لا يأتي إلا عن طريق حب المهنة والنهوض بها وسط المحافل الدولية. (حمدي، 2009، صفحة 42)

وستنطلق في دراستنا إلى إبراز الكفاءة المهنية والعلمية لمدربي السباحة ودورها في جودة عملية تكوين السباحين (09-12) سنة، وذلك من خلال تناولنا بعض المعايير والاتجاهات العلمية في هذا المجال وإحاطته ببعض الجوانب العلمية في مجال التكوين الرياضي في السباحة، والمميزات والخصائص والشروط التي يجب أن تتوفر لدى مدربي السباحة لنجاح عملية التكوين وتدريب وتحضير البراعم الشبانية.

## 1- الجانب التمهيدي:

وتناول أهمية البحث واشكاليته وكيفية صياغتها والفرضيات المحتملة وأهداف هذا البحث وأسباب اختيار الموضوع وبعض المفاهيم والمصطلحات المتعلقة بالموضوع.

ولقد قسمنا بحثنا إلى جانبين، جانب نظري وجانب تطبيقي

## 2- الجانب النظري: ويتضمن محتواه إلى فصلين:

### 1-2- الفصل الأول ينقسم إلى ثلاث محاور هي:

\* **المحور الأول:** تطرقنا إلى تاريخ رياضة السباحة: تاريخها وتطورها، فوائدها ومجالاتها، الأسس والعوامل المؤثرة فيها، المواصفات القانونية لحمامات السباحة.

\* **المحور الثاني:** فقد تطرقنا إلى الكفاءات العلمية والمهنية لمدرّب السباحة: طبيعة عمله، صفات مدرب السباحة، صفات المدرب الناجح... الخ

\* **وفي المحور الثالث:** تطرقنا إلى التكوين وتدريب الناشئين في السباحة: أسس تعليم الناشئين في السباحة، العوامل المؤثرة على عملية التعليم في السباحة، خطوات تعليم المهارات الحركية الخاصة بالسباحة وتعليم الطرق الأساسية في السباحة... الخ

### 2-2- الفصل الثاني: تطرقنا فيه الدراسات السابقة المرتبطة بالبحث وقمنا بعرض ملخص لها وتعليق عليها

### 3- الجانب التطبيقي: الذي يحتوي بدوره على فصلين:

\* **الفصل الأول:** منه تطرقنا فيه إلى منهجية البحث وإجراءاته الميدانية والتي تتضمن الدراسة الاستطلاعية، المنهج المتبع، متغيرات البحث مجتمع الدراسة، مجالات البحث أدوات البحث الوسائل الإحصائية وصعوبات البحث.

\* **الفصل الثاني:** فقد تطرقنا إلى عرض وتحليل ومناقشة النتائج والتي تتضمن عرض وتحليل النتائج، والمقابلة الفردية مع رئيس الرابطة الولائية للسباحة، مناقشة ومقارنة النتائج بالفرضيات والاستنتاج العام وأهم النتائج والتفسيرات الأساسية للبحث وفي الأخير قمنا باقتراحات وفروض مستقبلية عسى أن تكون محطة انطلاق بحوث مستقبلية تخدم الرياضة بصفة عامة والسباحة بصفة خاصة.





# المحور الثالث

## تكوين واعداد الناشئين في السباحة

# المحور الثاني

الكفاءة العلمية والمهنية لمدرّب السباحة



# المحور الاول السياسة



مدخل عام  
التعريف بالبطانة

# الحجاب التطبيقي

## 1- الإشكالية:

تسابق الخبراء والمختصين في المجال الرياضي خاصة في الحقبة الاخيرة كل في مجال تخصصه، في دراسة التأثير الإيجابي للممارسة الرياضية والتدريب الرياضي على مختلف أجهزة الجسم الحيوية والمختلفة، والكل يعمل جاهدا من خلال الأبحاث والدراسات العملية والعلمية والمعملية في إمداد العاملين في الحقل الرياضي بمختلف المعلومات والنظريات التي تساهم في رفع كفاءة الممارسين للوصول بهم الى مرحلة الإنجاز الأمثل، ومن هنا كانت ضرورة الاهتمام والعناية بكل العوامل التي تساعد في الارتقاء بمستوى الإنجاز الفني والرقمي حيث اضاف التطور العلمي والتكنولوجي الكثير من الوسائل الجديدة التي يمكن الاستفادة منها في تهيئة مجالات الخبرة للاعبين الرياضيين حتى يتم إعداد الفرد بدرجة عالية من الكفاءة تؤهله لمواجهة تحديات العصر. (الخصري، 2004، صفحة 07)

إن رياضة السباحة كباقي النشاطات الرياضية تعتمد في مبادئها على الممارسة المبكرة في التدريب والتخطيط الجيد خلال المواسم الرياضية من اجل إكساب الرياضي الناشئ المهارات العالية والقدرات والمواصفات البدنية العالية، وهذا كله لرفع وتحسين مستوى أداء السباح الناشئ بالتدرج و عبر مراحل يسعى من خلالها المدرب من اجل إنجاز عملية التدريب ورفع مستوى أداء الرياضيين والحصول على نتائج جيدة في الحاضر والمستقبل. ومما لا شك فيه أن كل رياضة لها متطلباتها الخاصة التي تميزها عن غيرها من الرياضيات وتعتبر رياضة السباحة من بين الرياضات التي تتطلب فئة معينة من الناشئين الذين يتميزون عن غيرهم في الاستعدادات والقدرات وغيرها من الصفات التي يجب أن يتصف بها السباح، ومن أجل ضمان اكتشاف هذه المواهب وعدم التفريط فيها يتطلب الأمر من المدرب التسلح بمختلف المعارف والنظريات العلمية المختلفة وأن يكون على إطلاع دائم ومستمر على أحدث الكتب والمراجع العلمية الحديثة في مجال الرياضة بصفة عامة وتخصصه بصفة خاصة لذا فإن المدرب المنتبِع لمستجدات العصر والمستوعب للتكنولوجيا المتطورة في التدريب الرياضي بالإضافة الى الخبرة في الميدان هو الذي يتكفل عليه في تنمية وتطوير مستوى رياضة السباحة في أديتنا المحلية وبالتالي رفع مستوى النخبة الوطنية.

غير أن ما يحدث في أديتنا قد لا يستجيب مع كل المؤشرات التي تؤدي الى تطوير رياضة السباحة الجزائرية الى المستويات العالمية، بحيث أصبحت مهنة التدريب قبلة لمختلف الفئات الحاملين لشهادات من غير شهادة التدريب أو شهادة معادلة لها، وحتى الأفراد الغير حاملين لأية شهادة تجدهم في مهنة التدريب بداعي الخبرة او الممارسة، وفي غياب الخبرة والكفاءة اتجه هؤلاء الى سلوك طرق غير علمية في عملية تكوين وتدريب الرياضي إضافة إلى عوامل كثيرة كالمحسوبية أثناء اختيار المواهب الشابة، ما أدى إلى تقلص فرص تكوين فرق رياضية متناسقة في رياضة السباحة يعتمد عليها في المستقبل. إن نجاح مدرب السباحة في عمله يرتبط الى بعدة عوامل تؤثر وتتأثر به وتكون علاقتها بمختلف مجالات التدريب مهمة لعل إتقانه للمعارف النظرية والعلمية وطرق تطبيقها، و تطوير وتنمية مستوى الأداء الرياضي للسباح الى أقصى درجة، فلا بد أن يلم بالأسس النظرية والعلمية المختلفة لعلم التدريب والتطورات الحاصلة في مجال التدريب وأن يمتلك المعلومات

التي ترتبط بالأسس العلمية لتكوين وتدريب السباح الناشئ مع ضرورة إلمامه بالخصائص المميزة والفروق الفردية للناشئين ذكور وإناث وانطلاقاً مما سبق ذكره جاء الإشكال كما يلي:

ما هو دور الكفاءة المهنية والعلمية لمدرّب السباحة في جودة عملية تكوين وإعداد الناشئين (09-12) سنة؟

- الإشكاليات الجزئية:

1- هل المدربون القائمون على تكوين في سباحي هذه الفئة العمرية (09-12) لديهم الخبرة والكفاءة المهنية والمؤهلات العلمية الكافية؟

2- هل نقص الخبرة والتكوين العلمي لمدرّبي السباحة له انعكاس سلبي على تكوين السباحين الناشئين (09-12) سنة؟

3- كيف يمكن ان تساهم الكفاءة المهنية والعلمية لمدرّب السباحة في جودة عملية التكوين والإعداد الجيد لسباحي المرحلة العمرية (09-12) سنة؟

الفرضية العامة:

الكفاءة المهنية والعلمية لمدرّب السباحة تساهم في جودة عملية التكوين الجيد و الشامل لسباحي الفئة العمرية (09-12) سنة.

الفرضيات الجزئية:

1- المدربون القائمون على إعداد وتكوين الناشئين لا تتوفر لديهم الخبرة والكفاءة والمؤهلات العلمية الكافية واللازمة.

2- هل نقص الخبرة والتكوين العلمي لمدرّبي السباحة له انعكاس سلبي على تكوين السباحين الناشئين (09-12) سنة.

3- الكفاءة المهنية والعلمية لمدرّب السباحة تساهم في جودة عملية تكوين وإعداد الفئات الناشئة وذلك من خلال إتباع أسس وأساليب الانتقاء والبرامج التدريبية العلمية الحديثة.

3- أسباب اختيار الموضوع:

-نقص الدراسات والبحوث التي تناولت مواضيعها مثل هذا الموضوع.

- إن إبراز أهمية الكفاءة المهنية والعلمية لمدرّبي السباحة في تكوين الناشئين للمستقبل.

- تحقيق بعض الأهداف في مجال تكويننا والتي تعتبر مسعى لكل باحث.

- اكتشاف بعض الحقائق في تكوين الناشئين في السباحة وعمل المدرب كشخصية تربوية.

- محاولة الوقوف على بعض جوانب القصور في تكوين البراعم الشبابية.

- تعيين أفراد لا علاقة لهم بالتدريب كمدرّبين للفئات الصغرى.

4- أهمية البحث:

تتبع أهمية البحث من أهمية الموضوع الذي نتناوله في دراستنا وهو أهمية الكفاءة العلمية والمهنية لمدرّبي السباحة في نجاح عملية تكوين الناشئين (09-12) سنة -لأنّدية السباحة ولاية البويرة وعين بسام، في إعطاء

دراسة علمية حول القواعد الأساسية التي يجب على المدرب التقيد بها من أجل تحقيق النجاح والوصول إلى المستويات العالية اعتماداً في ذلك على المواهب المحلية.

- إبراز إمكانية وأهمية الكفاءة العلمية والمهنية لمدربي السباحة في تكوين الناشئين و إبراز القيمة العلمية والعملية لكفاءة مدربي السباحة و الوقوف على بعض الحقائق المهنية والعلمية لعمل مدربي السباحة في تدريب الناشئين.

### 5- أهداف البحث:

- تحسيس مسئولين بالدور التي تلعبه الكفاءة والخبرة لدى المدربين في تكوين 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 التكوين.
- الإشادة بمحاسن المعرفة العلمية واستخدام البرامج العلمية في المجال الرياضي.

### 7- تحديد المصطلحات والمفاهيم:

#### التعريف النظري:

**1- الكفاءة:** هي قدرة الفرد على توظيف جملة من المعارف المنظمة، والقدرة على حسن الفعل الى جانب المواقف التي تسمح له بإتمام بعض الأعمال الأخرى وعلوية فالكفاءة هي القدرة على مواجهة بعض الوضعيات وانجاز عمل محدد وعبارة أخرى هي مجموعة الاستعدادات التي تجعل من الفرد مؤهلاً للقيام بعمل معين. (السنوي، 2003، صفحة 22)

ويعرفها "برنو" بأنها عبارة عن هدف تكويني يستلزم لتحقيقه ادماج وليس تراكم نواتج التعلم السابقة. (vincent, 2005, p. 108)

**2- الكفاءة المهنية:** هي عبارة عن مكتسب شامل يدمج قرارات فكرية ومهارات حركية ومواقف ثقافية واجتماعية.

**3- الكفاءة العلمية:** هي نظام معارف تصورية وادائية منظمة وفق تصميم علمي محاط بأسس علمية. (الفتلاوي، 1995، صفحة 42)

**4- السباحة:** هي احد أنواع الرياضات التي تمارس في الوسط المائي (الاحواض المائية والأنهر والبحيرات والبحار والمحيطات) التي يكون بها وضع الجسم افقي. (سعيد، 2011، صفحة 13)

**5- التدريب الرياضي:** وله عدة تعريفات ونأخذ منه هذان التعريفان.

التدريب الرياضي هو " العمليات المختلفة التعليمية والتربوية والتنشئة، وإعداد اللاعبين والفرق الرياضية من خلال التخطيط والقيادة التطبيقية بهدف تحقيق اعلى المستويات الرياضية لأطول فترة ممكنة. (حمادة مفتي، 1998، صفحة 19)

كما يعرف التدريب ايضا "على ان جميع العمليات التي تشمل بناء وتطوير عناصر اللياقة البدنية وتعلم التنكيك والتكتيك وتطوير القبليات العقلية ضمن منهج علمي مبرمج وهادف وخاضع للأسس العلمية قصد الوصول بالرياضي الى اعلى المستويات الرياضية الممكنة. (قاسم ، 1997، صفحة 78)

6- **المدرّب:** هو الأداة العلمية التدريبية بفعل المعارف والخبرات والمعلومات الرياضية كما انه شخصية تربوية تتولى قيادة عملية التربية والتعلم ويؤثر مباشرة في التطوير الشامل والمتزن لشخصية الرياضي، وهو أيضا الشخصية التي يقع علي عاتقها القيم بالتخطيط والقيادة وتنظيم الخطوات التنفيذية لعملية التدريب وتوجيه اللاعبين خلال المنافسات. (عباس، 2005، صفحة 36)

7- **الناشئين:** هم الصغار من الجنسين، البنين والبنات الذين تتراوح اعمارهم ما بين (5-13) سنة، وتندرج هذه السنوات تحت كل مراحل الطفولة المتوسطة (8-10) سنوات تقريبا، ومرحلة الطفولة المتأخرة (11-12) سنة تقريبا وبداية مرحلة المراهقة الاولى. (حمادة مفتي، 1998، صفحة 27)

### التعريف الاجرائي:

1- **الكفاءة:** هي مجمل الاستعدادات والقدرات التي تؤهل الفرد للقيام بعمل ما، ومواجهة ما يعترضه من مشكلات.

2- **الكفاءة المهنية:** هي مجمل المكتسبات تأتي عن طريق الممارسة سواء كانت فكرية حركية أو مهارية... الخ.

3- **الكفاءة العلمية:** هي مجموعة من المعارف والمعلومات المكتسبة بطرق وأسس علمية.

4- **السياحة:** هي حركات رياضية يقوم بها الفرد داخل الماء سواء كانت في البحار او الانهار او البحيرات ويختلف فيها وضع مركز الثقل عن اليابسة.

5- **التدريب الرياضي:** هي تلك العمليات التعليمية والتربوية التي يعتمدها المدرّب خلال اعداد الفريق الرياضي بهدف الوصول الى افضل المستويات وتحقيق افضل انجاز.

6- **المدرّب:** هو ذلك الشخص الذي يمتلك الخبرات والمعلومات الكافية في مجال تخصصه الرياضي.

7- **الناشئين:** هم الاطفال الصغار الذين تتراوح اعمارهم بين 5- 13 سنة.

## تمهيد:

السباحة احدى انواع الرياضات المائية وتعتبر الأساس الأول لها، وبدون إتقانها لا يستطيع الفرد ممارسة اي نشاط في المجال المائي، وتختلف رياضة السباحة في طبيعتها عن باقي الأنشطة الرياضية من حيث الوسط المائي، ووضع الجسم الأفقي على الماء وانتظام عملية التنفس، والأداء الحركي المركب من ضربات الذراعين والرجلين، وحركة الرأس في توقيت منتظم، وتمثل كل هذه العوامل في قدرة الفرد على التعامل مع الوسط المائي الذي يختلف إختلافا كليا عن اليابس الذي يعيش فيه. (سالم، 1997، صفحة 11.10)

كما تتميز رياضة السباحة بأنها احد الأنشطة الرياضية التي يمكن ممارستها في مراحل العمر المختلفة، وليس من الضروري أن تمارس بالقوة والعنف الذين يظهران أحيانا في المنافسات.

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 الى يومنا هذا حتى اصبح على مستوى يؤهل المتسابق تحقيق افضل المستويات وذلك بدراسة أنسب اوضاع الجسم بما يساير قوانين ميكانيكية الحركة التي يوضح المقدره الحركية للإنسان في افضل صورها.

لذا بدأت القواعد المنظمة لرياضة السباحة في التطور لتؤدي دورا بارزا للارتقاء الى افضل المستويات الرقمية لاستغلال أقصى الإمكانيات لدى السباحين لممارسة رياضة السباحة. (حلمي، 1992، صفحة 41)

## 1-1- نبذة تاريخية عن السباحة

## 1-1-1- السباحة في العالم القديم:

إن رياضة السباحة من الفعاليات التي تتفرد بإمكانية ممارستها لجميع الأعمار، فالجنين يسبح في رحم أمه، والشيوخ يمكن أن يقضي وقتا ممتعا ينشط جسمه بالسباحة كذلك الحال عند الإناث فالسباحة رياضة جميلة وهي رياضة للجميع فهي مفيدة بصفاتها وسيلة للترويح والمتعة. (افتخار احمد، 2000، صفحة 12)

مورست رياضة السباحة بمختلف أنواعها منذ عصر ما قبل التاريخ، ولا يخفى على أحد أن رياضة السباحة مارسها الإنسان البدائي من أجل الصيد أو الهروب من الاخطار أو عبور الأنهار أو الخوف من الغرق ولم تثبت الاكتشافات في تلك المرحلة على أنها كانت تمارس كرياضة تنافسية أو ترفيهية. (عاصي، صالح، 2011، صفحة 14)

أما عن حضارة وادي النيل فقد زاول المصريون القدامى 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 الى 4 آلاف سنة قبل الميلاد على انها أقدم ما يشير إلى اهتمام المصريين بالسباحة. (سلامة، 1989، صفحة 13)

وعند الإغريق احتلت السباحة مكانة بارزة لإعداد المحاربين وخوض غمار البحار، وهناك دلائل وأساطير كثيرة تروي لنا كثيرا من القصص اليونانية التي ترد فيها أحداث البطولة في السباحة، كأسطورة "هيرو - أندر" حين كان أندر يقطع عرض مضيق الدردنيل البالغ ميلا ونصف للذهاب إلى هيرو، وكان اليونانيون يمارسون الرياضة

على شكل طقوس دينية في الحمامات حيث كانت تقام المعابد قرب شواطئ البحيرات والينابيع وللسباحة شهرة واسعة في نهضة روما وهناك سجلات عديدة تثبت أن الرومان كانوا يحبون السباحة واعتبروها جزءاً مهماً من الإعداد العسكري حيث نظر الرومان الى الحرب على أنها أسمى حرفة، فاحتلت من فعاليات الجيش جانب مهماً في برنامج التربية لإعداد الشباب.

لقد أكدت القبائل العربية قبل الإسلام على تربية أبنائهم تربية بدنية عسكرية بسبب ظروف التنافس والتناحر بينهم لذلك كان إهتمامهم مركزاً على ركوب الخيل والقتال والسباحة لخلق مقاتلين أشداء.

وفي القرن السابع ميلادي وعند ظهور الإسلام ازدادت العناية بالتربية البدنية بما فيها السباحة لحاجة المسلمين اليها أثناء الحروب ونشر الدعوة الإسلامية وحث الإسلام على مزاولتها وتعلمها وقد جاء في الأحاديث الشريفة للرسول صلي الله عليه وسلم "علموا أبنائكم السباحة والرمية"، "حق الولد على والده أن يعلمه السباحة والرمية والقراءة". (افتخار احمد، 2000، صفحة 17)

ولقد قيل أن العرب في الجزيرة العربية مارسوا السباحة في المياه المتجمعة من السيول والأمطار، وأن النبي صلي الله عليه وسلم كان يتعلم السباحة في بئر صغيرة لعدم توفر غيرها في الجزيرة.

### 1-1-2- السباحة في العالم الحديث:

بعد القرن السادس عشر ميلادي بداية التاريخ الحديث للسباحة اذ ظهر اول كتاب يعنتي بالسباحة عام 1538 عنوانه "محادثة في السباحة" اعده "نيكولاس وينمان" وفيه يبين كيف يتعلم الفرد السباحة عن طريق محادثة بين معلم وتلميذ وقد اتخذ المعلم الضفدعة مثالا لأداء حركات السباحة.

بدأت سباحة الصدر بالتغير والتطور عندما استعمل بعض السباحين حركات الذراعين المتتابعة تحت سطح الماء والرجلين بطريقة سباحة الصدر عام 1840، أقيم اول سباق عام 1844 في حوض طوله 130 قدماً اشترك فيها بعض هنود امريكا. (افتخار احمد، 2000، صفحة 18)

لقد تأسس الاتحاد الدولي للسباحة في عام 1908 نتيجة طبيعية للزيادة الملحوظة التي شهدتها الأحداث الرياضية العالمية وعلى رأسها دورة الألعاب الاولمبية.

تضمنت الالعاب الاولمبية قبل تأسيس الاتحاد الدولي للسباحة مجموعة متنوعة من الفعاليات والأحداث غير المألوفة كالسباحة تحت الماء(1900)، سباحة موانع 200 متر (1900)، وفعاليات الاندفاع للغطس عام (1904) و1973، أول بطولة لكاس العالم 1979، الفعاليات الاولمبية للرقص المائي 1984، بطولة العالم في السباحة للمسافات القصيرة 1993. (نياب، 2010، صفحة 10.9)

وقد دخلت السباحة البرامج الاولمبية الحديثة سنة 1896 وبثلاث مسافات 100-500-1200 وبطريقة السباحة الحرة بذراعين طاحونة وبدون حركة الرجلين.

وفي عام 1908 تأسس الاتحاد الدولي للسباحة F.I.N.A في لندن وبدأ تنظيم المسابقات الدولية والاولمبية بعد ان وضع قوانين دولية للسباحة والغطس وكرة الماء ووفق القانون الجديد اصبحت مسافة سباق سباحة الصدر 200 م بدلا 440 ياردة ابتداء من دورة لندن الاولمبية في العام نفسه. (افتخار احمد، 2000، صفحة 23.22)

## 1-1-3- تطور السباحة في الجزائر:

يعود ظهور السباحة الحديثة في الجزائر إلى عهد الاستعمار الفرنسي، أين كان معظم المشاركين من أصل أوروبي وإستطاعت فئة قليلة من الجزائريين كانوا يسكنون المدن الكبرى أن يفرضوا وجودهم ويشاركون في التظاهرات الرياضية المقامة في الجزائر وشمال إفريقيا ومن بين السباحين الذين أنجبتهم مدينة غليزان للنادي الرياضي "CNR" نجد كل من "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 "ALEXGANNY" حيث استطاع "بلحاج" ان يحطم الرقم القياسي الأوروبي 400 م أربع مرات وان بطل شمال إفريقيا في 100 م و200 م سباحة حرة وبعد الاستقلال في 1962/06/26 انشأ اول مكتب مؤقت للسباحة في الجزائر وأنشئت أول رابطة في 1962/10/09، وقد كان أول رئيس لها مصطفى العرفاوي الذي أصبح رئيسا للاتحادية العالمية للسباحة "F.I.N.A" وفي إحصاء قامت به الفدرالية سنة 1964 اسفر على وجود 973 ممارسا للسباحة داخل 20 جمعية رياضية، اما احصائية 1987 تبين وجود 4313 رياضيا سباحا موزعين على 82 جمعية وطنية، حيث اغلب الممارسين اي 2701 يقل سنهم عن 10 سنوات. (saadlah, le 02/10/1999)

## 1-2- فوائد السباحة:

اتفق الكثيرون على ان رياضة السباحة هي رياضة الرياضات فهي تعمل على تشغيل جميع المجموعات العضلية العاملة في الجسم التي نحن بأمس الحاجة الي تحريكها بعد ان اصبحت الالة تسيطر على الانسان وحركاته وحتى تفكيره في احيان كثيرة ويمكن أدراج فوائدها كالأتي:(راتب، 1990، صفحة 40.39)

للسباحة دورها في التكوين الجسمي العام من خلال تأثير التمارين المائية التي تكسب الفرد نموا متزنا متناسقا. وللسباحة تأثير كبير على نمو العضلات ومرونة العمود الفقري بالإضافة إلى زيادة تحمل الفرد ورشاقة حركاته فهي تعلم الفرد التحكم في عضلاته وأطرافه ونظرا لأنها تعمل بصورة منتظمة وشدة وارتقاء مستمرين.

## 1-2-2- الفوائد الفسيولوجية:

تأثر السباحة تأثيرا كبيرا على أجهزة الجسم فهي تعمل على توسيع وتقوية عضلات الصدر، ثم اتساع الرئتين لاستعاب اكبر كمية من الهواء للقيام بعملية الزفير مما يؤدي الى زيادة مرونة الرئتين ثم الى السعة الحيوية لانقباض وانبساط العضلات الصدرية اثناء التنفس المنتظم.

كما أن للسباحة تأثيرا كبيرا على زيادة قدرة الجهاز الدوري وزيادة حجم عضلة القلب بالإضافة إلى تأثيرها على الأعضاء الداخلية للبطن مما يؤدي إلى تسهيل عملية الهضم.

## 1-2-3- الفوائد الترويحية والاجتماعية:

لرياضة السباحة دور عميق في تعمق الناحية الاجتماعية، فهي تعمل على ايجاد علاقات جديدة مع السباحين الاخرين وبقيّة افراد الاسرة عند الاشتراك بنشاط جميل مما يعمل على اضافة روح الالفة والتعاون كما يظهر ذلك عندما يحاول الفرد انقاذ الاخرين ويساعدهم في حالة الضرورة مما يوجد علاقات اجتماعية جديدة فضلا عما تثبته السباحة من سرور ومرح يظهر واضحا على وجوه السباحين وتتجلى فوائد الترويحية للسباحة 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.

(افتخار احمد، 2000، صفحة 24.25)

### 1-2-4- الفوائد الصحية:

تعمل رياضة السباحة على ازالة التعب العضلي اذ ينصح في حالات كثيرة ممارسة السباحة لإزالة التوتر وكراحة ايجابية للاعبين بالإضافة إلى كونها تدفع الفرد الى النظام والتعود على العادات الصحية الجيدة مثل الاستحمام قبل وبعد النزول الى حوض السباحة والاعتناء بنظافة الانف والاذن وسائر اعضاء الجسم ناهيك عن اهمية الهواء الطلق والشمس مما يحسن الصحة العامة للفرد.

### 1-2-5- الفوائد النفسية والعقلية:

تعمل السباحة على اكتساب الفرد الصحة العقلية اذا انها تعمل على تنمية الجهاز العصبي من خلال أداء مهارات توافقية وتحت قوانين ثابتة بالإضافة الى ما لها من تأثير على الناحية النفسية فهي تزيل التوترات العصبية وتنمي الشجاعة وتبعد الخوف وتزيد من تماسك الجماعة وتنمي القدرة على القيادة بالإضافة الى الشعور بالثقة بالنفس والقدرة على مساعدة الاخرين والتكيف مع البيئة. (فضلي طارق صلاح، 1999، صفحة 15)

### 1-2-6- الفوائد العلاجية: وللسباحة فوائد عديدة نجزها فيما يلي:

- 1- اتفق معظم الخبراء بان رياضة السباحة تساعد في علاج الكثير من الحالات النفسية كالتوتر العصبي والانطواء.
- 2- تعتبر السباحة من افضل الرياضات لصقل العضلات والحفاظ على قوام سليم رشيق.
- 3- ممارسة السباحة لمدة نصف ساعة يوميا تخفض من ضغط الدم وتقوي القلب وتقلل من نسبة الكوليستيرول.
- 4- استرخاء الجسم والعقل ورفع الروح المعنوية لدى الافراد.
- 5- تعتبر رياضة السباحة من افضل الرياضات للتخلص من الوزن الزائد وللذين لديهم مشاكل في الجسم.
- 6- تكسب ممارسيها مجموعة من الصفات الاجتماعية كالشجاعة والشهامة ولا سيما في مواقف الانقاذ.
- 7- تشبع رغبات ميول الجميع ولا سيما ذوي الاحتياجات الخاصة بذلك. (المنعم، 2009، صفحة 44)

### 1-3-3- مجالات السباحة:

#### 1-3-3-1- السباحة التنافسية:

تمارس وفق لقواعد ومعرفة من قبل الاتحاد الدولي للسباحة وذلك من حيث عدد السباقات وطريقة السباحة والبدء والدورات لكل نوع من الانواع، وتتطلب السباحة التنافسية بذل اقصى جهد واستعدادا نفسيا وبدنيا وعقليا لمحاولة تسهيل اقصى زمن ممكن للمسافة المقررة. ومسابقات السباحة حسب قانون اتحاد السباحة الدولي هي:

1- مسابقات السباحة الحرة ( 50 م - 100 م - 200 م - 400 م - 1500 م للرجال و800 م للنساء)

2- مسابقات سباحة الصدر 100 م 200 م.

3- مسابقات سباحة الظهر 100 م 200 م. (افتخار احمد، 2000)

4- مسابقات الفراشة 100 م 200 م.

5- مسابقات الفردي المتنوع 200 م 400 م.

6- مسابقات التتابع الحرة 100 x4 م رجال و نساء و 200 x4 م رجال و نساء.

7- مسابقات التتابع المتنوع 100 x4 م رجال و نساء.

### 1-3-2- السباحة التعليمية:

السباحة التعليمية واحدة من اهم المجالات التعليمية، فهي أساس لاغنى عنه للانتقال إلى المراحل المتقدمة للوصول إلى الانجاز العالمي، بالإضافة إلى كونها الأساس لممارسة مهارة السباحة بدءاً بمصادقة الماء والتكيف معه إلى الطفو والانسياب والوقوف في الماء ومهارة السباحة التمهيدية مثل السباحة على الصدر والظهر وصولاً إلى اكتساب الفرد طرق السباحة التنافسية الأربعة (الحرّة، الظهر، الصدر، الفراشة).

### 1-3-3- السباحة العلاجية:

يجمع الخبراء على ان رياضة السباحة تكاد تمثل المرتبة الاولى من حيث قيمتها العلاجية مقارنة بالأنشطة الأخرى، وذلك لان للمعوق القدرة على الحركة في الماء بصورة اكبر من اليابسة حيث ان وزن الجسم يساوي وزن السائل المزاج فهو يبذل جهداً اقل للاحتفاظ بالاتزان في الماء، بالإضافة إلى الناحية النفسية التي تزيد من ثقة المعوق عندما يرى امكانية تعلمه لمهارات السباحة وسهولة تحركه في الماء مما ينمي ليه اتجاهات ايجابية نحو نفسه

ونحو الاخرين في ظروف ممارسة اقرب 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 وينتطلب للتعامل مع هذه الفئة من الافراد التفهم الواعي لخصائص حالتهم ويفضل عادة الاستفادة من إرشادات وتوجيهات الطبيب المختص والتعاون بينه وبين المعلم في تحديد طرق السباحة التي تلائم الشخص وكمية الجهد المطلوب منه.

### 1-3-4- السباحة الترويحية:

تعد رياضة السباحة من الأنشطة الترويحية المهمة والتي تستطيع ان تضيء لونها بهيجا على الحياة بعد عناء العمل للتحرر من الضغط والتوتر يصاحب رتابة الحياة اليومية، والسباحة نشاط ترويحي لا تلزم الفرد الممارس اتباع قواعد محددة أو طريقة معينة للسباحة، وإنما تترك للفرد حرية اختيار الوقت والطريقة فهو يمارسها بغرض اللهب والتسلية و اللهو والترفيه وما يصاحبها من ضحك وسعادة ومرح. (راتب، 1990، صفحة 22.23)

### 1-4- المواصفات القانونية لحمامات السباحة:

يتوقف التصميم على نوع المعد للسباحة، وكذلك شكله وحجمه ومقاساته ودرجة الميل فيه والغرض من إقامة ومراعاة أن درجة الميل تختلف وتتوقف على وجود سلم القفز. (حلمي عصام، 1995، صفحة 21)

1- الأبعاد: الطول 50 م، العرض 21 م، بحد أدنى، والعمق 1.8 م بحد أدنى.

2- الحارات: توجد بحمام السباحة 8 حارات، عرضها 2.5 م على الأقل، وتترك 50 سم خارج كل كم الحارتين

او 8.

## 3- منصات الابتداء:

- ارتفاعها فوق سطح الماء من 0.50 م الى 0.75 م.
  - مساحة السطح 0.5x0.5 م بحد ادنى.
  - انحدار السطح لا يزيد عن 10 درجات بحد اقصى.
  - مقابض اليد لبدء سباحة الظهر يجب ان تكون بارتفاع من 0.30 م الى 0.60 م فوق سطح الماء أفقيا وعموديان و يجب ام تكون متوازية مع حائط النهاية ولا تبرز خارجه.
- 4- الترفيم: يجب كل منصة من منصات الابتداء مرقمة من الاربعة جوانب على ان تكون واضحة ومرئية للحكام والرقم(01) يجب أن يكون على الجانب الايمن عند مواجهة الحمام.

## 5- الحوائط:

- أ- يجب ان تكون متوازية وعمودية، ويجب ان تصنع زوايا منع سطح الماء وتكون مبنية من مواد صلبة غير مسببة للانزلاق، وممتدة لمسافة 0.8 م من تحت الماء حتى يتمكن التسابق من اللمس والدفع اثناء الدوران
- ب- لوحات اللمس الالكترونية يجب أن لا تزيد عن 0.01 م في السمك للمساحة الكلية على ان تغطي حائط النهاية لكل حارة، وتمتد 0.3 م فوق ، و 0.8 تحت سطح الماء.
- ج- يسمح بعمل إفريز للراحة على امتداد حوائط الحمام على أنثيقل عمقه تحت سطح الماء كما يجب ان يجهز الحمام بصمام للقفل (محابس) للمحافظة على مستوى الماء المطلوب.
- 6- حبال الحارات: يجب أن تمتد بطول الحوض وتثبت على كل حائط نهاية بواسطة حلقات داخل تجويف في حوائط النهاية، ويتكون كل حبل من عوامات متلاصقة من 0.05 م إلى 0.10 م، ويجب أن تكون لون تدهن العوامات وعلى امتداد 5 أمتار من نهايتي الحمامات بلون مميز عن باقي العوامات.
- 7- حبل إلغاء البدء: يكون مدلي عبر الحوض ومثبت على قوائم على مسافة 15 متر من منصة البدء، ويجب أن يتصل مع القوائم بألة لإسقاطه بسرعة عند اللزوم.
- 8- علامات تنبيه لسباحة الظهر: عبارة عن أعلام مدلات من حبال عبر الحمام بارتفاع 1.8 م من مستوى سطح الماء ومثبة على أعمدة قوائم على بعد 5 م من كل حائط نهاية.
- 9- الماء: يجب أن تكون درجة حرارة الماء +24 درجة مئوية على الأقل، كما يجب ان يكون مستوى الماء اثناء المسابقات ثابت وليس به أي حركة.
- 10- الإضاءة: يجب أن تكون عند منصات الابتداء ونهاية الدوران 100 شمعة على القدم المربع.
- 11- رايات الحارة: يجب أن تكون بلون قاتم ومتباين على ارضية الحمام ومن منتصف كل حارة بعرض 0.20 إلى 0.30 م بحد أقصى وبطول 46 م. (القط، 2004، صفحة 50)

## - خلاصة:

تعد الساحة احدى الانشطة 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 (الارض). فالوضع الذي يتخذه في الماء مختلف كليا عنه في الأرض بالإضافة إلى تأثيرات ضغط الماء على جسم السباح والتي قد تحدث عنه تغيرات فسيولوجية في الأجهزة الداخلية بالإضافة إلى التأثيرات النفسية في هذا الوسط الغريب وتعرضه لكثير من الانفعالات، وما يتناقله الناس من افكار يمكن ان 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 طبيعي لجميع عضلات الجسم، إذ يساعد الماء على التقليل من وزن الجسم، بسبب 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 لاستعاب اكبر كمية من الهواء وتقوية عضلات الصدر، وهي وسيلة ترفيهية في قضاء أوقات ممتعة، وإزالة هموم الحياة والراحة النفسية كما انها تمثل حافزا خاصا يقع على جسم الانسان 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 يساعد الدورة الدموية أن تكون إقتصادية في عملها مما يؤدي الى تطوير اللياقة البدنية وبالتالي تحسين الأداء الحركي.

**-تمهيد:**

إن الغرض الأساسي لتناولنا موضوع مدرّب السباحة من حيث انه الشخصية التربوية والرياضية يتولى قيادة عملية التربية والتعليم ويؤثر تأثيراً مباشراً في التطوير الشامل المتزن لشخصية الفرد الرياضي، وتأسست تربية وتعليم الناشئين في السباحة على مقدار ما يتحلى به المدرّب من خصائص وسمات ومهارات معينة، والتي يشترط توافرها في مدرّب السباحة لفئة الناشئين حتى يكتب لعمله كل النجاح والتفوق ويمتلك درجة عالية من المعارف والمعلومات والقدرات والمهارات العامة والخاصة، وتكويننا علمياً وعملياً في المستوى حتى نضمن بذلك قدرته على حسن تشكيل الشخصية الرياضية ومحاولة الوصول بها الى أعلى مراتب البطولة والمستوى المطلوب.

إن نجاح مدرّب السباحة في عمله يرتبط الى حد كبير بمستواه ومعلوماته ومعارفه وقدراته في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص بالعمل في ميدانه، فكلما تميز بالتأهيل التخصصي العالي كلما إزداد إتقانه للمعارف النظرية وطرق تطبيقها، كلما كان اقدر على تطوير و تنمية المستوى الرياضي للأفراد الى أقصى درجة، فلا بد أن يلم إماماً تاماً بالأسس النظرية والعلمية المختلفة لعلم التدريب وأن يتقن المهارات الحركية وخطط اللعب في مجال تخصصه، وأن يمتلك المعلومات التي ترتبط بأسس تطوير وتنمية المهارات الحركية والخصائص البدنية وطرق اكتسابها والتقدم بها مع ضرورة المامه بالخصائص المميزة لتدريب الناشئين لكلا الجنسين في فرع تخصصه.

**2-1- طبيعة عمل المدرّب الرياضي:**

يعد عمل المدرّب الرياضي أكثر التخصصات المهنية الرياضية إتصافاً بالتحدي وتأكيد الذات، كما انه أكثر التخصصات تأثيراً في شخصية الاطفال والشباب، الأمر الذي يؤكد على البعد التربوي للمدرّب الرياضي. ان الكثير من مدرسي التربية البدنية يعملون كمدرّبين رياضيين، أو خارج ساعات الدوام الرسمي، وبشكل ناجح في بعض الأحوال، والبعض الآخر يرجع ذلك الى طبيعة تأهيلهم الأكاديمي في المجال التربوي الرياضي. وللمدرّب الرياضي طبيعة عمل خاصة، فهو يعمل بالتحديد في اطار المنافسات الرياضية كشكل من أشكال النشاط البدني، ودوره يتمثل في أن يطور أسلوبه المهني أولاً، ومن ثم يطور قدرات لاعبيه، والكثير من جوانب التطوير هذه تكمن في طبيعة النشاط الرياضي الذي يتخصص في تدريبيه. (الخولي، 1996، صفحة 183)

إن المدرّب المتخصص هو الذي يكون تحت التمرين، والذي يعمل في اطار رياضي تربوي، ويتطلب منه أن يقوم بإعداد مجموعة من المبتدئين، وإذا كان المدرّب يعمل في نادي فهو يهتم بالتدريب تريبياً ويتعاون مع المدرّبين المساعدين، حيث أن هناك العديد من العوامل التي تؤثر في عمله ولا ينبغي له تجاهلها مثل جنس وعمر اللاعبين مستوى درجة المنافسة وأداء الفريق، الخصائص النفسية والاجتماعية للفريق، إضافة الى كل هذا عامل أساسي مهم وهو التعرف على المشكلات الاجتماعية والدراسة لأعضاء الفريق. (ديور، 1997، صفحة 25)

**2-2- صفات مدرّب السباحة:**

تعتمد العملية التربوية التعليمية على جانبين أساسيين هما المدرّب (المربي) والتعلم ويربطهما المعرفة والمادة العلمية فهي عملية تعليمية يتوقف نجاحها على إتصال ونقل المعلومات من المعلم للمتعلم، ولذلك يجب أن تتوفر لدى

مدرّب (معلم) السباحة مجموعة خاصة تساعد في أداء دوره التربوي والتعليمي وتمكنه من تحقيق رسالته: (فضلي، 1999، صفحة 216)

- 1- المعرفة والثقافة العلمية 2- الإيمان بوحدة المعرفة وتكاملها 3- الإلمام بمادة تخصصه 4- المهارات التعليمية والتدريسية 5- التوجيه التعليمي: أ- التجاوب ، ب- العدل ، ج- الثبات الإنفعالي ، د- الذكاء
- 2-3- صفات المدرّب الناجح:**

يتحدد وصول السباح لأعلى المستويات الرياضية بعدة عوامل أهمها المدرّب الرياضي إذ يرتبط الوصول إلى المستويات الرياضية ارتباطاً مباشراً بقدرات المدرّب الرياضي على إدارة عملية التدريب الرياضي وعلى قدرات المدرّب على إعداد السباح للمنافسات الرياضية وعلى قدراته وتوجيه السباح قبل وأثناء وبعد المنافسة. (القط، 2005، صفحة 13)

وتتلخص صفات المدرّب الناجح فيما يلي:

- 1- حسن المظهر 2- الصحة الجيدة 3- القيادة التي يتغلب عليها الديمقراطية 4- حسن التصرف
- 5- العلاقات الطيبة مع المحيط به 6- تحمل المسؤولية 7- الولاء 8- موضع ثقة 9- الحماس المتزن. (مفتي إ.، 2010، صفحة 277)

#### 2-4- مسؤوليات مدرّب الناشئين في السباحة:

##### 2-4-1- المسؤوليات التعليمية المباشرة:

- 1- إمداد المتعلمين بالثقافة العلمية المتصلة برياضة السباحة.
- 2- وضع البرامج التعليمية والتدريبية لمهارات السباحة والتخطيط لها من حيث تحديد الأهداف التعليمية المبرمجة طبقاً للمجال المعرفي، والنفس حركي، والإنفعالي المراد تحقيقها، والتقسيم الزمني لمحتوى البرامج التعليمية خلال الخطة الزمنية المحددة لتنفيذ البرنامج التعليمي، ووضع الخطة والأسلوب المناسبين للتقييم التي تمكنه من قياس مدى تحصيل المتعلمين لمهارات البرنامج التعليمي والتأكد من مدى تحقق الأهداف السابق ذكرها.
- 3- إعداد الحصص التعليمية والتدريبية وما يتعلق بها من إتخاذ قرارات في إعداد الحصص وتطبيقها وتقييمها وتمثّل مسؤوليات مدرّب الناشئين في:

##### أ- القرارات الخاصة بإعداد الحصّة:

- تحديد الموضوع المراد تعليمه للمتعلمين وتحديد الأهداف المراد تحقيقها خلال الحصّة (المعرفية، النفسحركية، الإنفعالية) وتحديد طرق التعليم التي يمكن إستخدامها، ويمكن للمعلم أو المدرّب دمج طريقتين معاً، وهذا يعتمد على الفروق الفردية بين المتعلمين وموضوع الحصّة.

##### ب- القرارات الخاصة بتطبيق الحصّة:

\* طريقة تطبيق الحصّة من حيث

- النواحي الإدارية المتعلقة بتاريخ وعدد المتعلمين الفعلي وتسجيل الغياب.
- التقسيم الزمني لأجزاء الحصّة المقدمة، والجزء الرئيسي، والختام.
- المحتوى الخاص بكل جزء من أجزاء الحصّة طبقاً للموضوع المراد تعليمه والأهداف المراد تحقيقها.

- التشكيلات المائية المستخدمة وتحديدّها طبقاً للمهارات المراد تعليمها ومستوى المتعلمين.
- تحديد الأدوات المعنية مدى مناسبتها للمهارات التعليمية.
- \* تحضير البيئة المخصصة من حيث:
- صلاحية مياه حمام السباحة للإستخدام ودرجة نظافتها، ونسب الكلور ودرجة حرارتها.
- التأكد من إستحمام المتعلمين بالماء و الصابون قبل وبعد الحصة، وإستخدام الأدوات الشخصية .
- تحديد المكان المخصص لتطبيق المهارات
- \* ترتيب تطبيق المهارات طبقاً للترتيب السيكولوجي لتعليم المهارات للمتعلمين، والترتيب المنطقي لتعليم المهارات طبقاً لطبيعة المادة.
- \* تحديد الزمن المحدد لتعليم أو مراجعة أو تثبيت كل مهارة، وبدئ تطبيق المهارات و الانتهاء منها مع مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين. (وفيقة ، 1997 ، صفحة 218.220)

### ج- القرارات الخاصة بتقييم الحصة:

- وضع خطة لتقييم المتعلمين وذلك عن طريق:
- تحديد أساليب التقييم الموضوعية سواء كانت لقياس المستوى المعرفي أو المهاري أو الإنفعالي للمتعلمين.
- وضع مستويات معيارية لمستوى القدرات الحركية المرتبطة بمهارات وطرق السباحة الأربع للوقوف على مدى تحقيق حصص السباحة لأهدافها.
- وضع مستويات رقمية لطرق السباحة الأربع حتى تكون حافزاً للمنافسة بين المتعلمين.
- 4- تسجيل المدرب الصعوبات التي يتعرض لها خلال عمله سواء من الناحية التنظيمية، أو النواحي الفنية أو سلوك المتعلمين خلال الحصة.

### 2-4-2- المسؤوليات التعليمية والتربوية غير المباشرة:

- تشتمل مسؤوليات مدرب السباحة غير المباشرة على النواحي الصحية، والعلاجية، والغذائية بالنسبة للمتعلمين، وكذا النواحي الإدارية المتعلقة بالعملية التعليمية والتربوية وتتلخص مسؤولياته في:
- 1- إعداد ملفات بالحالة الصحية للمتعلمين مسجل بها نتائج الكشف الطبي الدوري من حيث: الأمراض الجلدية والأنف والأذن، والعينين، والجهاز التنفسي،... وغيرها من الأمراض التي تظهر على المتعلمين خلال حصص السباحة.
- 2- متابعة الحالة الصحية للمتعلمين وإعداد بطاقات صحية مسجل فيها الحالة المرضية والإصابات التي تعرض لها المتعلم سواء كانت ناتجة عن ممارسة السباحة، وإصابات ناتجة من ممارسة ألعاب أخرى.
- 3- متابعة الحالة العلاجية والتأهيلية للمتعلمين المصابين وإعداد ملف يحفظ به التقارير الطبية وتنظيمها.
- 4- إعداد ملف خاص بالحالة النفسية للمتعلم مسجل به نتائج الإختبارات الخاصة بالجانب الإنفعالي.
- 5- متابعة البيئة الصحية الخاصة بمكان ممارسة السباحة.
- 6- متابعة الأدوات والأجهزة الخاصة بتعليم وتدريب السباحة، وذلك من حيث أسلوب تخزينها ونظافتها، وصيانتها.

- 7- إعداد بطاقات خاصة لكل متعلم يسجل بها نتائج الاختبارات المهارية، والقياسات وتشمل :
- الإختبارات المهارية للمرحلة التعليمية الأولى. - مستوى الأداء لطرق السباحة. - المستوى الرقمي لطرق السباحة.
  - مستوى الأداء والبدء، والدوران لطرق السباحة. - القياسات الخاصة بالقدرات الحركية المرتبطة بطرق السباحة.
  - 8- إمداد المتعلمين بالمعلومات عن أنواع الغذاء، وأسلوب التغذية الصحيح، والمواد الغذائية التي يجب تناولها خلال ممارسة السباحة والتي تساعد على إنتاج الطاقة.(وفيفة ، 1997، صفحة 220.218)

## 2-5- دوافع المدرب:

\* دوافع رياضية- دوافع مهنية- تحقيق أو إثبات الذات- دوافع اجتماعية- الحاجة للمركز - فلسفة خاصة في علم التدريب وطرقها. (.http://www.lithedu.gov.sa/forum)

## 2-6- تأهيل المدرب الرياضي:

ينقسم تأهيل المدربين الى من هم مؤهلين أكاديميين في جامعات ومعاهد ومدارس الرياضية تخصص التدريب الرياضي، وآخرون من هم غير مؤهلين أكاديميا بل يحملون شهادات من الهيئات الأهلية الغير أكاديمية والتي تعتبر الحد الأدنى لأسس التدريب الرياضي التخصصي.

يهتم إعداد المدرب عمليا في المعاهد المتخصصة وكذا الأقسام والكليات المختلفة للتربية البدنية، أيضا معاهد إعداد القادة الرياضيين وجمعيات المدربين أو في الأكاديميات الرياضية، أو من خلال الدورات التي تنظمها الإتحادات الدولية للعبة، ويتم تدريبه عمليا في مراكز تدريب الناشئين بالأندية وغيرها من المؤسسات الرياضية. وفي معظم الدول المتقدمة نجد إجماعا على أن تكون الدرجة العلمية التي يحملها المدرب هي الدكتوراه وأعلى شهادة في مجال التدريب عالميا متعددة من الإتحاد الدولي للعبة ومعتمد ضمن تدريبي الإتحاد العام المشهورين فمثلا وإن كان في بعض الأحيان يكتفي بدرجة الماجستير على أن تكون أقل درجة يسمح بها لمزاولة عمل التدريب هي درجة البكالوريوس مع دورة أو دورتين تدريبيتين تقدم من أحد الإتحادات دوليا للعبة في مجال التخصص. (زكي ، 1997، صفحة 224)

## 2-7- الأسلوب العلمي في الحكم على كفاءة المدربين:

مما لا شك أن تأهيل المدرب أكاديميا ليس معناه أنه ذو كفاءة علمية حيث يمكن ان نجد مدرب مؤهلا جامعا في مجال الرياضة التخصصية ولكنه ليس ذو كفاءة علمية اللازمة للقيام بمهنة التدريب بأسلوب صحيح وفعال. لذا فالحكم على كفاءة المدرب وخلال الأسلوب العلمي يتطلب الإستناد الى مقاييس علمية محددة كما هو متبع في المجال الرياضي في الدول المتقدمة وهو ما أصبح متوفرا وسهل الإستخدام ويمكن تقديمه لمن يطلبه سواء كان ذلك للحكم على كفاءة مدرب يتولى مسؤولية تدريب فريق فعلا، أو مدرب مطلوب أن يستند إليه مهمة تدريب فريق ومن هذه المقاييس التي تعتمد في الحكم على كفاءة المدربين عناصر رئيسية منها الصفات الشخصية وكفاءة الإعداد المهني والتدريب والخبرة كلاعب ومدرب وغيرها.

وفي هذا الصدد إذا أردت أن تلقي نظرة مبدئية سريعة على ما إذا كان المدرب يسير في طريق عمله الصحيح،(مفتي إ.، 1996، صفحة 75.74)

فأسأله عن برنامجه التدريبي وأطلع عليه، فإذا كانت لديه خطة عامة سنوية وأخرى فترية وثالثة مرحلية وتفصيلاتها الأسبوعية واليومية محددة الأهداف وكان هناك نظام تقييمي متكامل لها، إذا ما كان يملك ذلك وكانت هذه الخطة تسيّر وتنفذ من خلال أداء تدريب علمي فأطمئن بالفريق في الطريق الصحيح، أما إذا لم يكن يمتلك ذلك فهذا هو الطريق الآخر.

لقد أصبح المدرب مثل الطبيب فإذا كان جيد التشخيص لمستوى لاعبيه ووضع لهم وسائل العلاج الصحيحة والمتابعة الجيدة وبذل الجهد في التخطيط تمهيدا للتنفيذ فإن التقدم سيكون مضمون النتائج. (مفتي إ.، 1996، صفحة 75.74)

## 2-8- أساليب النمو والتنمية المهنية للمدرّب الرياضي:

إن تنامي مجال الرياضة إتجاهات نحو الأخذ العلمية والتكنولوجية فضلا عن إتساع البيئة العرفية لطرق التدريب وأساليب ودخول العلوم الإنسانية والبيولوجية في تطوير التدريب الرياضي، من الأمور التي أصبحت تتطلب من المدرب التعرف على المستجدات والجديد في المجال.

وبالضرورة أصبح النمو المهني بالتدريب المستمر أثناء الخدمة لازما لتجديد ثقافة المدربين وزيادة فعاليتهم. ليصل المدرب الى إحداث زيادة وتجديد معارفه إلا بالنمو المهني الصحيح والمبني على قواعد سليمة بالاشتراك في الأنشطة التالية.

1- دراسة ما تمت كتابته في مجال التربية البدنية والرياضية.

2- الإطلاع على نتائج البحوث والدراسات العلمية.

5- المشاركة في حلقات البحث وورشات العمل التي تنمي الكفايات.

6- تبادل الخبرات مع المدربين والمشاركة في بحوث جماعية

8- الإتصال بالإتحادات الرياضية أو اللجان المكونة لها بشكل دوري منتظم.

إن واجبات المدرب تتطلب منه توثيق العلاقة والعمل المنظم مع الرياضي، فيجب أن يلم بالجوانب النظرية والتطبيقية المختلفة في علم التدريب، وأن يتقن فن الأداء الحركي وخطط اللعب في مجال تخصصه وأن تكون لديه معلومات ترتبط بقواعد التطوير للصفات الحركية والخصائص البدنية وتنميتها. (المصراطي، 1997، الصفحات 88-89)

## 2-9- المعارف والمعلومات والمهارات الخاصة والعامّة للمدرّب الرياضي:

يختلف دور المدرب في عملية التدريب، عن دور المعلم في عملية التعليم، فالمدرّب يقوم بدور المرشد، والموجه، والناقد، والملاحظ، ولذلك فإن من المهم إختيار المدرب المناسب الذي يجمع بين المؤهل العلمي والخبرة العملية التي تجعله قادرا إستخدام وسائل وأساليب التدريب المتنوعة، بما يتفق مع مستوى المتدربين وطبيعة التدريب وأهدافه. (المبار، 2010،، صفحة 118)

فكلما تميز المدرب بالتأهيل العلمي، كلما إزداد إتقانه للمعارف النظرية وطرق تطبيقها، فلا بد أن يلم المدرب الماما تاما بالأسس النظرية والعلمية المختلفة لعلم التدريب، وأن يتقن المهارات الحركية، وأن يمتلك المعلومات التي ترتبط بأسس تطوير وتنمية المهارات الحركية والخصائص البدنية وطرق إكسابها والتقدم بها مع ضرورة إلمامه

بالخصائص المميزة لتدريب الناشئين، وينبغي على المدرّب أن يلم بالمعارف والمعلومات الأساسية في الفروع والميادين العلمية التي ترتبط بعلم التدريب الرياضي، كالتربية وعلم النفس الرياضي، وعلم وظائف الأعضاء والتشريح الوظيفي، وعلم الحركة والميكانيكا وغير ذلك من مختلف العلوم التي ترتبط بعلم الرياضة، وذلك لضمان قدرة المدرّب الرياضي على النجاح في الإرتقاء بالمستوى الرياضي للأفراد إلى أعلى الدرجات والمراتب. (علاوي، 1992، صفحة 48.47)

وجاءت أهمية حسن إختيار المدرّب بحيث لا بد من توفر كثير من المعارف والمهارات والصفات حتى ينجح في المهمة المطلوبة منه، فالمدرّب يجب أن يمتلك مجموعة من المعلومات والمهارات والنظريات في مجال تخصصه وأن يكون حاصلًا على مؤهل دراسي مناسب يسمح له بالعمل كمدرّب، وأن يكون لديه خبرات تدريبية مناسبة في موضوعات تخصصه وأن يكون قد مارس التدريب في مجال تخصصه لفترة مناسبة من الزمن، ومن بين المهارات التي تتوفر لدى المدرّب، مهارة التفاعل، مهارة الإتصال، مهارة الإنصات، مهارة الإقناع، مهارة العرض والتقديم، مهارة التقويم، مهارة الملاحظة، مهارة إستخدام لغة الجسم والمحتوى التدريبي للبرنامج ومدى صلته به. (المبارك، 2010،، صفحة 119)

إن المدرّب يعمل مع اللاعبين من مختلف الأعمار ليساعدهم في التحسن في الرياضة التي إختاروها ويعتبر دور المدرّب متنوع جداً، فالمدرّب الناجح هو الذي يستطيع أن يوظف إمكانياته في إختيار اللاعبين المتميزين وأصحاب القدرات العالية، وكذلك توظيف إمكانيات النادي أو الهيئة التابع لها هؤلاء اللاعبين في خدمة العملية التدريبية والتنافسية، بالإضافة إلى قدرته على حل المشكلات والإتصال مع الهيئات المختلفة بحب وإقتدار، وهذا لا يأتي إلا عن طريق حب المهنة والنهوض بها وسط المحافل الدولية.

إن مستوى المهارات المطلوب تدريسها وتدريبها وأساليب الإتصال التي في يد المدرّبين تؤكد على صلة المدرّبين بلاعبهم أثناء التعليم. (حمدي، 2009، صفحة 42)

## 2-10- كفاءات المدرّب الرياضي:

حدد المختصون الكفايات التدريبية الواجب توافرها في المدرّب بسبعة مجالات رئيسية وهي كالآتي:

- 1- الكفايات الأكاديمية والنمو المهني 2- كفايات التخطيط 3- كفايات التنفيذ 3- كفايات ضبط الصف
  - 4- كفايات التقويم 5- كفايات إدارية 6- كفايات التواصل الإنساني. (Bayer.C, 1993, p. 324)
- ومن كفاءات العلاقات الإنسانية: أن يحترم شخصيات المتدربين ويتيح لهم الفرصة للتعبير عن آرائهم، ويتعامل مع الجميع بعدالة وبدون تفرقة لأي سبب، ويعمل على تحسين الموقف التدريب ويؤمن بمسؤوليته في بناء روح معنوية عالية للمتدربين ويتيح مناخاً إنسانياً ينمي لدى المتدربين حب التدريب والإستفادة منه، والنظر إلى أعين المتدربين للتعرف على إنطباعاتهم. (المبارك، 2010،، صفحة 124)

## خلاصة:

في ضوء ما تطرقنا اليه في هذا الفصل يتبين لنا أن نجاح المدرّب في عمله يرتبط الى حد كبير بمستواه ومعلوماته ومعارفه وقدراته في نوع النشاط الذي يتخصص في ميدانه، فكلما تميز المدرّب بالتأهيل التخصصي العالي وكلما إزداد إتقانه للمعارف النظرية وطرق تطبيقها، كلما كان أقدر على تطوير وتنمية المستوى الرياضي لدى السباحين إلى أقصى درجة، حيث يجب أن يتعرف معلمي ومدرّبي السباحة على النواحي الفنية الخاصة بعملية التعليم مع الصور الكامل عن الأداء الفني لطرق السباحة المختلفة والبدائيات والدورات الخاصة لكل منها، هذا الى جانب العديد من المعلومات المتعلقة بالعملية التدريبية بشقيها الرئيسية (خارج و داخل الماء) من طرق وأساليب التدريب والموضوعات المتعلقة بالإرتقاء بنظم إنتاج الطاقة، فلا بد أن يلم إماما تاما بالأسس النظرية والعلمية المختلفة لتعلم التدريب، وأن يتقن المهارات الحركية وخطط اللعب في مجال تخصصه، وأن يمتلك المعلومات التي ترتبط بأسس تطوير وتنمية المهارات الحركية والخصائص البدنية وطرق إكسابها والتقدم بها مع ضرورة إلمامه بالخصائص المميزة للسباحين الناشئين لكلى الجنسين ومراعات الفروق الفردية، وكثيرا ما يتطلب عمل المدرّب قيامه بإجراء نموذج لبعض المهارات الحركية عند تدريب فئة السباحين الناشئين والاشتراك العلمي معهم أثناء التدريب.

**تمهيد:**

إن إعداد وتكوين الناشئين في السباحة يتم بالنسبة لكل من النواحي البدنية المهارية والخططية والنفسية، وكذا الارتقاء هرموني (التوافق بينهم) إلى جانب الإعداد النظري، وعند الإعداد في هذه النواحي فإنه تستخدم كل من وسائل وطرق وأساليب التدريب المختلفة والمناسبة للزمان والنشاط والسن والجنس... الخ حيث يتم من خلال ذلك تشكيل الجرعة التدريبية المناسبة بما يحقق الأهداف وأحسن النتائج، عند ذلك فإن الجرعة تتكون من تمرينات وراحات بناء على النقل النسبي لكل من التمرينات والراحات يمكن أن يتضح كل من اتجاه ومستوى الأحمال التدريبية داخل الجرعة بما يتناسب مع متطلبات الفئة العمرية. (كاظم، 1997، صفحة 99)

فهناك جدل كبير حول اعدادهم يعتبر وبحق ضمان للمستقبل القريب لهؤلاء السباحين الصغار، فيرى البعض ضرورة الضغط على هؤلاء السباحين والتركيز على تدريبات السرعة، والبعض الآخر يرى الاهتمام بالجوانب التكنيكية والتأهيلية، وأظهرت البحوث وتجارب الدول المتقدمة في هذا المجال ان التدريب العنيف لسباحي المراحل السنية يمثل خطورة حقيقية على الجوانب الفيسيولوجية والنفسية لهم، مما يجعلهم يبتعدون عن السباحة في سن مبكرة. (حلمي، 1998، صفحة 03)

**3-1- أسس تعليم السباحة للناشئين:**

لضمان الوصول بالمتعلم الى احسن مستوى للأداء، هناك أسس يجب أن تحققها عملية التدرج في التعليم وهي:

**3-1-1- الأسس التعليمية:**

تتضمن الاسس التعليمية جميع العمليات التي تهدف للتأثير على قدرات ومهارات ومعارف المتعلم وتشمل على:

1- التنمية الشاملة المتزنة للصفات التي تستهدف القدرات البدنية الأساسية كالقوة العضلية، والعمل على الارتقاء بالحالة الصحية للمتعلم، والتعلم والإجادة للمهارات الحركية الأساسية مثل ضربات الرجلين والذراعين وحركة الرأس والتنفس، والتوافق لطرق السباحة المختلفة.

2- التنمية الخاصة للصفات البدنية الهامة والخاصة بالسباحة مثل تمرينات القوة والمرونة والتحمل، والعمل على اكتساب المتعلم للمعارف والمعلومات عن النواحي الفنية للأداء الحركي للسباحة، وعن القوانين واللوائح.

**3-1-2- الأسس التربوية:**

وهي تستهدف تطوير السمات الخلقية والإرادية مثل:

1- تدريب المتعلم على حب السباحة، والعمل على ان تكون من الحاجات الأساسية لديه، وتنمية الدوافع و الحاجات والميول والارتقاء بها بصورة تستهدف مصلحة الوطن، وذلك عن طريق الدور الايجابي للمستوى الرياضي للمتعلم.

2- تربية السمات الحميدة والخلق الرياضي مما يعزز حب الوطن، من خلال الممارسات والسلوكيات.

3- تربية الصفات الاجتماعية عند المتعلم من خلال ممارسة السباحة مثل الشجاعة، وذلك عند الوثب من لوح الغطس، والتصميم من خلال قطع مسافة معينة، وعدم اليأس..... الخ. (وجدي و فضلي، 1999، الصفحات 46-47)

## 3-2- العوامل المؤثرة على عملية تعليم السباحة:

3-2-1- العوامل النفسية: وهي تلك العوامل التي تكمن في عقلية المتعلم وتشتمل على:

\* الخوف وعدم الرغبة: وهي حالة نفسية تظهر لدى الأطفال لأسباب كثيرة منها: كالخجل من العاهات الجسمية.

\* الحالة الاقتصادية: وتكمن في عدم استطاعة الفرد شراء تجهيزات السباحة أو الاشتراك في حمامات السباحة.

\* العمل الروحي: وخاصة بالنسبة للمسلمين حيث تعودوا على عدم اظهار مفاتن الجسم امام الاخرين.

\* حالتنا السمع و البصر: مثل احمرار العينين ونقص السمع.

3-2-2- العوامل الفسيولوجية: وهي تلك العوامل التي تمكن الفرد من تعلم السباحة وتشتمل على:

1- نمط الجسم ( نحيف، عضلي، سمين ) 2- الأجهزة الحيوية (القلب، الدورة الدموية، الجهاز العصبي.. الخ)

3- الأذنان (السمع) 4- العينان ( البصر). (وجدي و فضلي، 1999، الصفحات 43-44)

3-2-3- العوامل الفيزيائية: وتشتمل على قوانين الطبيعة واثرها على عملية تعليم السباحة ومنها:

\* القصور الذاتي: إن الجسم في حالة الحركة أو السكون يبقى في حالته حتى يتعرض لمؤثر خارجي.

\* قانون زيادة السرعة: يمكن الحصول على سرعة أكبر كلما كانت الذراع سريعة وبصورة منتظمة وسلاسة.

\* قانون ردة الفعل: لكل رد فعل مساوي له في القوة ومعاكس له في الاتجاه.

\* قانون العجلات: ( القوة X ذراعها = المقاومة X ذراعها).

\* قانون الطفو: قاعدة ارخميدس.

\* المقاومة: حيث تقع على مقدمات الجسم وعلى السطوح المتكونة نتيجة الانثناءات التي تحصل في الجسم.

\* الوزن النوعي: يلعب الوزن النوعي للجسم أقل من الوزن النوعي للماء دورا مهما في عملية الطفو.

وتقسم حالة الوزن النوعي إلى ثلاث حالات هي:

1- الوضع الأفقي: عندما يكون الوزن النوعي للجسم أقل من الوزن النوعي للماء يؤدي ذلك إلى طفو الجسم

و سهولة حركته داخل الماء.

2- الوضع الوسطي: عندما يكون الوزن النوعي للجسم مساوي أو أقل من الوزن النوعي للماء يؤدي ذلك إلى

تعلق الجسم في الماء، وتكون حركة الانسياب في هذه الحالة أقل من الحالة الأولى.

3- الوضع العمودي: عندما يكون الوزن النوعي للجسم أكثر من الوزن النوعي تؤدي هذه الحالة إلى اتخاذ

الجسم وضعا عموديا على قاع الحوض، وتعتبر هذه الحالة من أصعب حالات التعليم في السباحة.

(وجدي و فضلي، 1999، الصفحات 43-44)

## 3-3- أهداف السباحة للناشئين:

ان الهدف هو الغاية التي توفر اتجاهها ايجابيا للنشاط ودافعا للسلوك وسباحة المنافسات من خلال مراحل تدريب

الناشئين تعمل على اتاحة الفرصة للنمو الانفعالي والاجتماعي وتقديم منفذ صحي وترويحي هام من خلال

النشاط البدني للسباحة، واتاحة الفرصة لتعليم الروح الرياضية والوعي والتعاون الجماعي بالإضافة إلى تهيئة

الفرص التربوية وتعلم العادات الصحية السليمة، ويمكن تحقيق هذه الأهداف عن طريق البرامج المقننة الطموحة

التي تهدف الى تنمية العمليات الجماعية وأتاحت الفرصة للتنافس الايجابي المتدرج ومناسبة البرامج للمراحل السنوية والمهارة والفروق الفردية بالإضافة إلى الاستفادة من المواد العملية والنظرية في تطبيق الأسس العلمية للتدريب. (وجدي وفضلي، 1999، صفحة 213)

**3-4- خطوات تعليم المهارات الحركية الخاصة بالسباحة:** تمر عملية التعليم المهاري بوجه عام في 3 مراحل:

**1/ مرحلة الإدراك:** يحاول فيها المتعلم تحليل المهارة، ودور المعلم هنا وصف ما يجب عمله.  
**2/ مرحلة التثبيت:** يمارس فيها المتعلم السلوك الصحيح حتى تقل الاستجابات الخاطئة ويصبح السلوك ثابت ودور المعلم هنا هو تصحيح الأخطاء.

**3/ مرحلة الاستقلال:** وفي هذه المرحلة تزيد سرعة الأداء، وتقل حدوث الأخطاء.

وهناك تقسيم اخر لمراحل تعليم المهارات الحركية وهو:

**4/ مرحلة اكتساب التوافق الأولي للمهارة الحركية:**

وهذه المرحلة تهدف الى اكساب المتعلم مختلف المعاني والتصورات كالتصور السمعي والبصري والحركي للمهارة حتى يمكن بذلك ضمان قدرة المتعلم على الاداء والممارسة، واكتساب المتعلم لمختلف التصورات للمهارة الحركية يسهم في إثارة الدافع لتعلمها والتدريب عليها ومحاولة إتقانها. (راتب، 1994، صفحة 85)

**5/ مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة الحركية:**

في هذه المرحلة من التعليم يستطيع المتعلم ممارسة وتكرار المهارة الحركية، بعد ان يكون قد تفهم طريقة الاداء الصحيح لها نتيجة المرحلة السابقة، ويقوم المعلم بتوجيه انتباه المتعلم للنواحي الهامة في اداء المهارة وإصلاح الأخطاء وتقديم التوجيهات، ونتيجة للأداء يدرك المتعلم الطريقة الصحيحة لأداء المهارة والحركات النسبية لأجزاء الجسم الذي يجعل الحركة اسهل وأتقن تتخفف الاستجابات الخاطئة. (وفيقه مصطفى، 1997، صفحة 234)

**6/ مرحلة إتقان و تثبيت المهارة الحركية:**

وفي هذه المرحلة يركز المتعلم على النقاط الرئيسية في الحركة كلها وتقل حدوث الأخطاء وتمتاز المهارة الحركية في هذه المرحلة بالاقتصاد في الجهد والتقدم بالحركة بزيادة السرعة والدقة في الاداء، واستقرار بتطوير التوافق الجيد. (وفيقه مصطفى، 1997، الصفحات 334-335)

**3-5- تعليم الطرق الأساسية في السباحة للناشئين:**

**3-5-1- تعليم سباحة الزحف على البطن:**

• **تعليم حركة الرجلين:**

عند تعليم المتعلم أداء حركة الرجلين يجب اعطاؤه نموذجاً لأداء الحركة على الارض لفترة قصيرة، وذلك لمساعدته في تكوين تصور افضل لنموذج حركة الرجلين، وتمارس كل التمرينات الاخرى في الماء، وعندما يكون الماء في عمق الركبة، يستطيع المتعلم أداء الحركة. (natation, 1998, p. 108)

- **تعليم حركة الذراعين:**

يقدم للمتعلم نموذج لأداء حركة الذراعين مع إتاحة الفرصة له لتجربتها لفترة قصيرة خارج الماء ثم في الماء وذلك من وضع الوقوف ثني الجذع وامتداد الذراعين امام، مع ملاحظة ان يكون عمق الماء في مستوى الصدر ومن المهم أن يحتفظ المتعلم بوضع الجذع والكتفين على سطح الماء كما في السباحة، ويبدأ المتعلم بأداء مرجحة تبادلية للذراعين للأمام، وذلك وفقا للأداء الحركي الذي شرح له، ولا يعطي الاهتمام في هذه المرحلة للتنفس ولكن عندما يستطيع المتعلم اداء الحركة في صورتها الأولية يجب ربطها بالتنفس. (حلمي، 1998، صفحة 216)

- **تعليم التوافق:** لا يوجد اغلب المتعلمين صعوبة في توافق حركات الذراعين والرجلين، ويبدأ العديد منهم ربط حركات الذراعين بطريقة ايقاعية بحركات الرجلين، و لكن بالنسبة لبعض المتعلمين تكون ممارسة بعض التمرينات التالية ضرورية لتوافق حركات الذراعين مع حركات الرجلين وهي:

1- الدفع والانزلاق، ثم يتبع ذلك حركة الرجلين وتبقى الذراعان ممتدتين أمام الرأس، والرأس تكون مرتفعة قليلا بين الذراعين.

2- ربط حركة الذراعين بحركة الرجلين لمسافة من 4-5 أمتار بعد الدفع، وأداء ست ضربات رجلين يجب أداء دورة كاملة بالذراعين مشتملة على مرحلة الدفع والمرحلة الرجعية. (WATERMAN, 1970, p. 38)

### 3-5-2- تعليم سباحة الزحف على الظهر:

- **تعليم حركات الرجلين:**

يقف المتعلمون في دائرة بحيث تكون الأيدي متشابكة، تمتد الذراعان للخارج، ويرقد المتعلمون على ظهورهم والقدمان تشيران الى مركز الدائرة، وفي ذلك الوضع يطلب من المتعلم أداء حركات الرجلين تبادليا محتفظا بالقدمين ممتدتين، وتؤدي حركات الرجلين مع ملاحظة ان يكون التركيز على ان تخترق أصابع القدم سطح الماء وبعد تكرار الأداء عدة مرات يطلب من المتعلم تدوير القدمين للداخل أثناء الحركة إلى أعلى، وبعد ذلك يبدأ التركيز على حركات الرجلين بعد الدفع أو الانزلاق. (عباس، 1985، صفحة 41)

- **تعليم حركات الذراعين:**

1- يبدأ المتعلم في اخذ احساس الاداء الحركي على الأرض بأداء حركة مروحية بالذراعين.  
2- يقف المتعلم وظهره للحائط، او يرقد على الظهر، ثم تؤدي الحركة المروحية بالذراعين مع تعديل شكل الأداء بحيث تتحرك الذراعان جانبا بطول الجسم، وتؤدي الحركات بدون توقف، و يمكن ان يؤدي نفس التمرين بفاعلية في الماء الضحل عمق (15-20 سنتيمتر) وأشكال التمارين الخاصة بالذراعين يمكن ان تنبثق من تمرينات الذراعين في سباحة الزحف على البطن. (راتب ا، 1990، صفحة 69)

- **تعليم التوافق:**

تطبق نفس التمرينات الخاصة بسباحة الزحف على البطن والتي سبق شرحها، وان كان الربط هنا أسهل نتيجة تواجد الفم والأنف خارج الماء مما يسهل من عملية التنفس نسبيا، ويفضل ربط التنفس بحركة ذراع واحدة ويكون الشهيق أثناء مرحلة الرجوعية، بينما الزفير يكون أثناء مرحلة الدفع. (ابو العلا، 1997، صفحة 36)

## 3-5-3- تعليم سباحة الفراشة:

- **تعليم حركات الرجلين:** يجب أن يمتلك المتعلم السيطرة الكاملة على أداء ضربات الرجلين لسباحتي الزحف على البطن والظهر، قبل إن يبدأ في تعلم حركات الرجلين في سباحة الفراشة. كما يجب معرفة ان براعة حركة الظهر، أي (عضلات الظهر السفلى) هامة لأداء حركة الفراشة، وتلك البراعة يمكن تنميتها من خلال تصميم بعض التمرينات الخاصة، وكذلك خلال تمرينات المرجحة على (الحلق، العقلة) كذلك فان التمرينات الأولية في الماء يجب عند اختيارها مراعاة ذلك لتنمية براعة الحركة حول منطقة اسفل الظهر للعمود الفقري، وليكون المعلم واعيا مدركا لعملية انسياب الحركة من الظهر الى الرجلين. ويبدأ المتعلم في تعلم سباحة الفراشة من خلال أداء وثبات تموجية قوية في ماء عمق الصدر والفخذ، حيث يؤدي المتعلم حركة الوثب مع مرجحة الذراعين والغوص في الماء بالذراعين أولا ثم يعقبها بالرأس، وأثناء الغوص يكون الجسم مفرودا على سطح الماء، وبعد ذلك يحدث تجوف بسيط في الظهر، ثم تدوير "لف" للرجلين لتصل القدمان الى قاع الحمام استعدادا لوثبة الدوفين التالية:
- و على السباح أن يلمس قاع الحمام بيديه لتجنب اصطدام رأسه بالقاع عند ممارسة ذلك التمرين في ماء ضحل وعليه أن يدفع القاع بأطراف الأصابع. (القط، 2004، صفحة 193)

• **تعليم حركات الذراعين:**

- يستخدم المنهج المتبع في تعليم الذراعين لسباحة الزحف على البطن.
- 1- يجب زيادة القوة التدريجية أثناء مرحلة الدفع، وأقصى جهد يؤدي في الثلث الأخير لتلك المرحلة.
- 2- عند نهاية مرحلة الدفع، يدفع المتعلم يديه جانبا بالنسبة للجسم، كما يجب إنهاء مرحلة الدفع قبل الوصول.
- 3- اليدين إلى الفخذين و يثني المرفقين قليلا عندما يبدأ في الحركة الرجعية خارج الماء.
- 4- يبدأ في اخذ الشهيقة أثناء الثلث الأخير لمرحلة الدفع. (ابو العلا، 1997، الصفحات 39-40)

## 3-5-4- تعليم سباحة الصدر: بعد اكتساب المتعلم لثلاث سباحات ( الزحف على البطن- الزحف على

الظهر - الفراشة) يصبح من السهل تعلم سباحة الصدر، و يمكن الاستفادة من اشكال التمرينات المستخدمة في السباحة السابقة.

• **تعليم حركات الرجلين:**

- 1- أن يكون الجسم ممتدا في وضع مستقيم اثناء حركة الرجلين، بينما تكون الراس ثابتة.
- 2- يجب أن تستمر حركة الرجلين بطريقة انسيابية سلسة، وليست بطريقة تتميز بإخراج القوة المفاجئة كما يجب الاحتفاظ بالكعبين متلاصقين وكذلك الركبتان عند بداية الحركة، وتتحرك الساقان نحو الأليتين أثناء المرحلة الرجوعية لحركة الرجلين، بينما يجب عدم تحريك الأليتين عندئذ، وعند نهاية مرحلة الرجوعية فان الركبتين قد يتباعدان قليلا بينما يجب أن يثني القدمان. (راتب ا، 1990، صفحة 75)

• **تعليم حركات الذراعين:**

1- يجب التدريب على حركة الذراعين في الماء الضحل من وضع الجلوس، ومن وضع الوقوف، امام احد القدمين أما الاخرى.

1- يجب أن يقدم المعلم المساعدة للمتعلم للتنظيم الديناميكي والإيقاعي للحركة، وفي سبيل ذلك يمكن أن يستخدم الإشارات الصوتية كما سبق شرح ذلك في حركات الرجلين.

2- يجب أن تكون الذراعان ممتدتين كاملاً بعد كل دورة ذراع. (زكي، راتب، 1998، صفحة 165)

• **تعليم التوافق:** فيما يلي بعض النقاط الفنية:

1- يبدأ الربط بين حركات الرجلين والذراعين وهما على كامل امتدادهما، ثم يقوم المتعلم بالاستجابة لنداء المعلم ( الذراعان والرجلان ممتدة، الشد، الدفع.....الخ).

2- بعد اعتياد المتعلم على الإشارات الصوتية، فإن إيقاع الحركة يتغير لتكيف و يتوافق مع نموذج الأداء الفني السليم للحركة (بعد أداء الدفع والانزلاق يبدأ المتعلم بحركة الذراع، وعند نهاية حركة الذراع تبدأ حركة الرجلين). (وفيفة مصطفى، 1997، صفحة 277)

**3-5-5- تعليم سباحة المتنوع:**

تبدو أهمية أداء سباحة المتنوع في الدور الذي تلعبه لتحسين التوافق وتكيف المتعلم، كما انها ضمن المسابقات الاولمبية، كما يجب ان يمارس المتعلم أنواع السباحات الأربع، وان كانت الخبرة العملية قد أوضحت أن ليس من الملائم البدء بها جميعاً، وإنما يجب البدء بنوعين فقط من السباحة والدوران المتضمن لهما، ثم إضافة تعلم السباحة الثالثة ثم الرابعة وذلك خلال البرنامج التدريبي. (حلمي، 1998، صفحة 214)

**3-5-6- تعليم البدء في سباحة الزحف و الفراشة:**

يجب أن يتعلم المتعلم أداء البدء العادي الممثل في اشكال الوثب الشائعة في الماء قبل تعلم البدء بالغوص بالراس في الماء . (ابو العلا، 1997، صفحة 47)

1- التدريب على البدء من وضعيات مختلفة ( حافة الحمام- مكان البدء) والماء على عمق كاف.

2- لكي يتحقق الارتفاع الجيد، يجب ان يعد المتعلم لذلك بمرجحة الذراعين مع الرجلين عدة مرات.

3- عند أداء كل أنواع البدء يجب التأكد من أن جسم السباح على كامل امتداده.

**3-5-7- تعليم البدء الخاص بسباحة الزحف على الظهر:**

يجد المبتدئ عادة صعوبة في أداء ثني رأسه للخلف، ويمكن التغلب على تلك الصعوبة بالتركيز على أهمية وضع أراس أثناء مرحلة الطيران، والدخول، ثم أثناء الانزلاق.

1- لتحقيق الدفع القوي، يجب التمهيد بقل وفتح زوايا الجسم عدة مرات.

2- يجب التمرين على ربط الانتقال من الارتقاء، والدفع إلى أداء السباحة الكاملة، وتعتبر ممارسة حركة الوثب

لسباحة الدولفين على الظهر مفيدة لتحقيق هذا الغرض. (وفيفة مصطفى، 1997، الصفحات 384-385)

**3-5-8- تعليم الدوران:**

تعتمد مقدرة المتعلم على الدوران بكفاءة وبسرعة على سرعة رد الفعل وسرعة الانطلاق (الدفع)، والمقدرة على الربط والتوجيه، ومن المفيد في ذلك عرض التحليل الفني للأداء من خلال وسائل إيضاح ( أفلام سينمائية و سلسلة من الصور.....الخ).

- 1- يجب أن يتعلم السباح الشعور بأداء مختلف حركات اللف والدوران.
- 2- يجب أن تكون سرعة اقتراب عند أداء الدوران في القمة.
- 3- يجب أن تكون اليد في الوضع الصحيح عند أداء الدوران، لأن ذلك أحد العوامل الحاسمة في تحديد سرعة الدوران وسرعة المرحلة الأولى منه.
- 4- يمكن تحقيق أفضل دفع عندما تلمس قدما السباح الحائط على مسافة قوس (30-40 سنتيمترا ) تحت سطح الماء. (ابو العلا، 1997، الصفحات 47-48)

**3-6- التدريبات المساعدة لتحسين تكنيك طرق السباحة:****3-6-1- تدريبات تنمية الإحساس بالماء:**

يهدف هذا النوع من التدريب تعليم السباح كيف يدخل اليدين في الماء قبل بدء السباحة، ويؤدي هذا التدريب بان يدفع السباح الحائط ويكون الجسم على كامل امتداده والذراعان مفرودتان وراحتا اليدين متجهتان للخارج بينما تلامس الظهر اليد الأخرى، حيث يشعر السباح بالإحساس بالتقدم في الماء من خلال ضغط الماء على راحتي اليدين وأسفل الساعدين وأعلى العضدين، ويمكن زيادة هذا الإحساس عندما يؤدي ضربات رجلين دولفين أو استخدام الزعانف. (زكي، راتب، 1998، الصفحات 267-268)

**3-6-2- تدريبات تحسين تكنيك سباحة الزحف:**

- 1/ تدريبات ضربات الرجلين باستخدام لوحة ضربات الرجلين.
- 2/ تدريبات ضربات الرجلين مع ثبات الذراعين أعلى الرأس.
- 3/ تدريبات ضربات الرجلين تحت سطح الماء. (زكي، راتب، 1998، صفحة 269)
- 4/ تدريبات الشد بالذراعين مع استخدام أدوات مساعدة.
- 5/ تدريبات السباحة بذراع واحدة.
- 6/ تدريبات السباحة والرأس خارج الماء ( سباحة كرة الماء).
- 7/ تدريبات السباحة مع أداء الحركة الأساسية والحركة الرجوعية داخل الماء. (زكي، راتب، 1998، الصفحات 270-271)
- 8/ تدريبات السباحة مع قبض اليد.
- 9/ تدريبات لمس الإبهام للقبض في نهاية حركة الدفع. (زكي، راتب، 1998، صفحة 272)

**3-6-3- تدريبات تحسين تكنيك سباحة الظهر:**

- 1/ تدريبات ضربات الرجلين مع ثبات الذراعين أعلى الرأس.
- 2/ تدريبات ضربات الرجلين واليدان بجانب الجسم.

- 3/ تدريبات ضربات رجلين تحت الماء.
- 4/ تدريبات السباحة مع تثبيت الرأس بوضع أداة على الجبهة.
- 5/ تدريبات الحركة الرجوعية للذراعين معا.
- 6/ تدريبات السباحة بالذراعين مع أداء ضربات رجلين الدولفين. (وجدي و فضلي، 1999، الصفحات 75-76)
- 3-6-4 - تدريبات تحسين تكنيك سباحة الصدر:**
- 1/ تدريبات ضربات الرجلين باستخدام لوحة ضربات الرجلين.
- 2/ تدريبات ضربات الرجلين - اليدان بجوار الفخذ.
- 3/ تدريبات ضربات الرجلين - الذراعان عاليا. (زكي، راتب، 1998، صفحة 276)
- 4/ تدريبات ضربتا رجلين ثم الشد بالذراعين.
- 5/ تدريبات ضربات رجلين - انزلاق - شد بالذراعين.
- 6/ تدريبات دفع الجسم خارج الماء عند نهاية الشد بالذراعين. (عبد الفتاح، 1994، صفحة 197)
- 7/ تدريبات سباحة الصدر مع استخدام الزعانف.
- 3-6-5 - تدريبات تحسين تكنيك سباحة الفراشة:**
- 1/ تدريبا ضربات الرجلين باستخدام لوحة ضربات الرجلين.
- 2/ تدريبات ضربات الرجلين على الجانب. (زكي، راتب، 1998، صفحة 278)
- 3/ تدريبات ضربات الرجلين مع تشبيك اليدين خلف الظهر.
- 4/ تدريبات ضربات الرجلين تحت الماء. (وجدي و فضلي، 1999، صفحة 78)
- 5/ تدريبات السباحة بذراع واحدة.
- 6/ تدريبات ثلاث ضربات رجلين مع كل دورة ذراع. (زكي، راتب، 1998، الصفحات 278-279)
- 7/ تدريبات سباحة الفراشة مع ارتفاع الرأس لأعلى.
- 8/ تدريبات انزلاق الصدر بعد دخول اليدين الماء. (وفيقه مصطفى، 1997، صفحة 403)
- 9/ تدريبات امتداد الذراعين للأمام قبل بداية الشد.
- 10/ تدريبات تنوع الإيقاع الحركي للحركة الرجوعية للذراع.
- 11/ تدريبات سباحة ذراعين حرة ورجلين فراشة. (زكي، راتب، 1998، صفحة 280)
- 3-7 - استعمال أدوات التدريب للناشئ لتحسين التكنيك و الأداء:**
- 1/ لوحة ضربات الرجلين. 2/ الكفوف. 3/ أداة مساعدة لتثبيت الرجلين. 4/ الإطار المطاط. 5/ حبال المطاط .
- 6/ الأثقال. (زكي، راتب، 1998، الصفحات 281-282)

**3-8- خصائص حمل التدريب للناشئين:**

إن أهم ما يجب الاهتمام به للسباحين الناشئين هو تنمية التحمل والأداء الفني، كما يجب مراعاة عدم التخصص عند بداية تدريبهم، ولكن يفضل التدريب على أداء 1500 متر و400 متر فردي متنوع، وهذا يستغرق سنوات، ويكون ذلك بهدف تنمية التحمل والقدرة على أداء الأربع سباحات، ويعتبر سباق 100، و200 متر لأنواع السباحات وكذلك 200 متر متنوع من أنسب الاختبارات لانتقاء السباحين الناشئين لإخضاعهم للبرنامج التدريبي، ثم يبدؤون التدريب على سباحة 400 متر، 1500 متر ثم يوجه السباح الناشئ إلى السباقات المناسبة له. (زكي، راتب، 1998، الصفحات 179-180)

**3-9- تدريبات تنمية اللياقة البدنية للناشئين في السباحة:****3-9-1- تدريبات تنمية التحمل:**

يمكن للطفل التدريب بأحجام وبشدة عالية، شأنه شأن البالغين، مع مراعاة إمكاناته البدنية والفسولوجية ويستطيع كذلك أن يظهر تحسن وبراعة إذا امتلك إيقاع الأداء الذي يتناسب مع قدراته. فيقوم السباحون في مرحلة 9-10 سنوات بزيادة عدد ساعات التدريب في الأسبوع، فيجب أن يقوم السباح بتكملة مجموعتين أو ثلاثة من تدريب تحمل العتبة أسبوعياً تعطى كل واحدة من 1000 إلى 1500 متر، ويزداد حجم تدريب التحمل الأساسي حتى يمكن أن يحتويه التدريب يومياً. (حلمي، 1998، الصفحات 17-18)

و يبدأ التدريب في جديته عندما يصل عمر البراعم 11-12 سنة، وفي هذا العمر يمكنهم التدريب من 7-10 مرات أسبوعياً، ويصل حجم تدريبهم من 6-8 كم أسبوعياً، مقسمة على تدريبات التحمل الأساسي (4-6 كم أسبوعياً) وتدريبات تحمل العتبة، ويرى البعض أن يقوم سباح هذه المرحلة بقطع من مجموعة إلى ثلاثة من تدريبات تحمل العتبة أسبوعياً (1000-2000 متر) وفي شكل يسمح بالسباحة لمدة 30 إلى 60 دقيقة. (حلمي، 1998، صفحة 19)

كما يتضمن الأسبوع التدريبي مجموعة أو مجموعتين من تدريب التحمل فوق الطاقة، ويجب الاهتمام بالمسافة بين 1000-1500 متر في برامج هذه المرحلة، ونوصي الاتحادات الأهلية بالاهتمام بهذه المسافات في المسابقات المحلية. (حلمي، 1998، صفحة 19)

**3-9-2- تدريبات تنمية السرعة:**

استكمالاً لما سبق ذكره حول قابلية الطفل لتدريب التحمل، فإن القدرة (السعة) اللاهوائية للطفل قابلة للتدريب أيضاً.

فأداء الطفل المدرب يفوق غير المدرب بنسبة تصل من 5-10 بالمائة في الاختبارات اللاهوائية، حتى في الحالات التي تتطلب فيها مثل هذه الاختبارات مستوى معين من المهارات، وهذا لا ينفي أن القدرة اللاهوائية تزداد مع النمو بمعنى أن التدريب يعزز و يعم تطور القدرة اللاهوائية الناتج عن النمو.

ويعتبر 4x25 او 4x50 مجموعة مناسبة لتدريب إنتاج اللاكتيك في أي سن، اما عن فترات الراحة البينية بين التكرارات، فإنها تتراوح بين دقيقة و ثلاث دقائق مثلما تم التوصية باستخدامها لدى السباحين الكبار. كما تعتبر مجموعة او مجموعتين من تدريب التكيف اللاكتيكي أمر كاف جدا لتطوير قدرة سائل التخفيف.

وتعتبر المسافة من 50-100 متر مناسبة وكافية في هذا المستوى من التدريب ونوصي بالإقلال من مجموعات التكيف اللاكتيكي إذا كانت هناك مسابقة خلال هذا الأسبوع. (حلمي، 1998، الصفحات 22-23)

### 3-9-3- تدريبات تنمية القوة و القدرة العضلية:

يعتبر تدريب القوة لسباحي مراحل السن الصغيرة خرافة شائعة، بل أسطورة يتجادل حولها كثير من المتخصصين فالأطفال عاجزون عن تحسين القوة العضلية حتى البلوغ. ولكون القوة و التضخم العضلي مرتبطان، فإننا نتعجب كيف يمكن تحسين قوة الطفل في مهده فماذا نحن فاعلون به في المستقبل؟

ونوصي في هذا الصدد استخدام ألاسلك المطاط، الأجهزة المشابهة لأسلوب السباحة، لأن تحسين القوة يرجع في المقام الأول لتحسين نمط الحركة. (حلمي، 1998، الصفحات 24-25)

وعلى ذلك يمكن إشراك الأطفال في برامج الانتقال لكن بحرص شديد من أجل زيادة القوة، مع مراعاة عدم التأثير على مورفولوجي الجسم والأطراف والتأثيرات السلبية لمدى الحركة في المفاصل. (حلمي، 1998، الصفحات 25-26)

### 3-9-4- تدريبات تنمية المرونة:

إن تنمية المرونة في سن الطفولة أسرع وأسهل منها في حالة الشباب، ويرى "رون كارنامج، 1998" أن المرونة يمكن تتميتها في أي سن.

ولتنمية المرونة يرى "محمد عاطف الأبحر، محمد سعد عبد الله مراعاة ما يلي:

- 1- الاهتمام بتمارين الإحماء.
- 2- وصول الأداء في كل تمرين الى أقصى مدى يمكن طبقا لطبيعة المفصل.
- 3- التدرج في زيادة مدى الحركة للمفصل ومراعاة عدم الضغط المفاجئ.
- 4- التوقف عن الأداء للتمرين في حالة الإحساس بالألم. (القط، 2004، الصفحات 183-184)

## - خلاصة:

لقد تطرقنا في هذا الفصل الى إعداد وتكوين ناشئين في السباحة وأهم المراحل في هذه العملية، حيث تناولنا فيه أسس تعليم السباحة للناشئين والعوامل المؤثرة في عملية التعلم لأطفال هذه الفئة العمرية، وخطوات تعليم الحركات والمهارات الحركية الخاصة بالسباحة، كما أشرنا في هذا الفصل الى تعليم الطرق الأساسية في السباحة للناشئين وطرق تحسينها والتمرينات الأساسية المساعدة والمتبعة في ذلك، كما قمنا بذكر خصائص حمل التدريب للناشئين حيث أن أهم ما يجب الاهتمام به للسباحين الناشئين هو تنمية التحمل والأداء الفني، كما يجب عدم مراعاة التخصص عند بداية تدريبهم فهذا يستغرق ويعتبر الأداء الجيد للسباحات الأربعة والسرعة والتحمل من أهداف إعداد السباح الناشئ، كذلك فان تعليم الإيقاع السليم والاقتصاد في المجهود والسباحة لمسافات طويلة بسرعة منتظمة والتقدم ببرامج المسافة من الأسس الهامة لتنمية الثقة وروح المنافسة لدى الناشئ، ولقد تطرقنا الى ذكر التدريبات التي تعمل على تنمية اللياقة البدنية للناشئين في السباحة وكفاءتهم البدنية من خلال التمرينات الأساسية المساعدة في ذلك ضمن البرنامج التعليمي والتدريبي.

- تمهيد:

إن الدراسات السابقة والمثابفة هي نقطة بداية بالنسبة لكل باحث لأنها تمكنه من مقارنة دراسته مع بعض الدراسات المثابفة أو التي يكون لها نفس المتغير، كما أنها تزود الباحث بأفكار وتحريات في تحديد أبعاد المشكلة التي يريد معالجتها، حيث أن الدراسات في هذا الموضوع قليلة خاصة في رياضة السباحة لكن ذلك لم يمنع من ذكر بعض الدراسات المثابفة كفاءة المدرب المهنية والعلمية في تطبيق البرامج التدريبية والتعليمية ولنا أن نستعرض بعض الدراسات المثابفة لهذا الموضوع.

2-1- الدراسات المرتبطة بالبحث:

2-1-1- الدراسات العربية:

❖ دراسة التي قام بها الفوضيل عمر عبد الله عبش تحت إشراف أ.د. بن عكي محمد أكلي (ماجستير)

تحت عنوان: الانتقاء والتوجيه الرياضي للناشئين الموهوبين في كرة القدم (09-12) سنة.

تهدف هذه الدراسة الدراسة إلى تقديم أهم مطالب الانتقاء والتوجيه لمدربي كرة القدم ليتم أخذها بعين الاعتبار عند اختيار أفضل المبتدئين من سن مبكر (10-12) سنة من أجل تكوين فرق رياضية ترقى إلى المستوى العالي.

إشكالية البحث: كيف ينظر مدربو كرة القدم في اليمن إلى عمليتي الانتقاء والتوجيه كأداة لاستغلال الأمثل للإمكانات الذاتية للناشئين؟

التساؤلات الجزئية:

- 1- هل إتباع الأسس العلمية الحديثة في انتقاء الناشئين يساعد على اكتشاف القدرات والمواهب؟
- 2- هل يعمل التوجيه على استمرارية الرياضة المناسبة؟
- 3- هل يعود اهتمام مدربي كرة القدم للناشئين بعملية الانتقاء والتوجيه إلى جهلهم بهذا الموضوع؟
- 4- هل إدراك المدربين بخصائص المرحلة المناسبة للانتقاء والتوجيه يساعد على تطوير قدراتهم في رياضة كرة القدم؟

الفرضية العامة: لا يهتم المدربون بعمليتي الانتقاء والتوجيه عند إنشاء فرق كرة القدم للناشئين في اليمن.

الفرضيات الجزئية:

- 1- إتباع الأسس العلمية الحديثة في انتقاء الناشئين يساعد على اكتشاف القدرات والمواهب.
- 2- يعمل التوجيه على استمرارية ممارسة الرياضة المناسبة.
- 3- يعود اهتمام مدربي كرة القدم للناشئين بعمليتي الانتقاء والتوجيه إلى جهلهم بهذا الميدان.
- 4- إدراك المدربين بخصائص المرحلة المناسبة للانتقاء والتوجيه يساعد الناشئين على تطوير قدراتهم في رياضة كرة القدم.

استخدم الباحث المنهج الوصفي لدراسة هذا الموضوع، إما عن الأدوات الإحصائية المستعملة في البحث فقد اختار الباحث طريقة الاستبيان لاختيار صحة فرضياته، بحيث يتكون هذا الاستبيان من 24 سؤال موجه إلى مدربي كرة القدم، اعتمد الباحث على عينة من مدربي كرة القدم، ممن تتوفر فيهم الكفاءة والخبرة المهنية في الجمهورية اليمنية، بلغ عدد أفراد العينة 120 مدرباً، كما استعمل الباحث الأدوات الإحصائية التالية:

قانون النسب المؤوية لتحليل النتائج المتحصل عليها في جميع الأسئلة بعد حساب عدد التكرارات في كل منها ولمعرفة ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية استعمل الباحث ك<sup>2</sup>.

### 2-1-2- الدراسات المحلية:

2-2-1-أ- الدراسة الأولى: الدراسة التي قام بها سديرة سعد (ماجستير) تحت إشراف الأستاذ عبد اليمين بوداود بعنوان: "إدراك أهمية تخطيط البرامج العلمية في اعداد وتكوين الناشئين الفئات الصغرى لكرة اليد (9-12) سنة.

الإشكالية: هل البرامج التدريبية العلمية لها دور في تكوين وإعداد الفئات الصغرى لكرة اليد؟  
التساؤلات الجزئية:

1- هل تخطيط البرامج التدريبية العلمية في تكوين و اعداد الفئات الصغرى لكرة اليد تحقق الاهداف المرجوة من التكوين والإعداد؟.

2- هل يمتلك المشرفين على تكوين وإعداد الفئات الصغرى لكرة اليد مؤهلات علمية لتطبيق البرامج التدريبية؟.

3- هل يفتقر المشرفين على تكوين و اعداد الفئات الصغرى لكرة اليد إلى دورات الرسكلة وتجديد المعارف؟

4- هل يولي المسيرين القائمين على النوادي الرياضية اهمية للتكوين التدريبي العلمي لفئة(12-16)؟

فرضيات البحث: للبرامج التدريبية دور هام في تكوين وإعداد الفئات الصغرى لكرة اليد.

### الفرضيات الجزئية:

1- تخطيط البرامج التدريبية المنهجية في تكوين وإعداد الفئات الصغرى في كرة اليد لا تؤدي إلى الأهداف المرجوة.

2- غياب المؤهل العلمي للمشرفين على فئة(09-12) سنة يؤدي إلى صعوبة تخطيط وتطبيق البرامج التدريبية العلمية.

3- عدم استفادة المشرفين على تكوين وإعداد الفئات الصغرى لكرة اليد إلى رسكلة وتجديد المعارف يؤدي إلى عدم مسايرة البرامج الحديثة للتدريب.

4- عدم اهتمام المسيرين لسياسة التكوين لفئة 12 - 16 سنة يؤدي إلى اهمال ونقص عملية التكوين والإعداد.

2-2-2-ب- الدراسة الثانية: الدراسة التي قام بها الباحث فاتح عبدلي(ماجستير) تحت إشراف الأستاذ عبد الناصر بن التومي تحت عنوان اثر خدمات ومهارات الارشاد النفسي الرياضي للمدرب في تحسين النتائج الرياضية فرق كرة القدم (2005-2006) .

### الإشكالية:

- ما هي ابرز العوامل التي تتحكم في نتائج فرق كرة القدم الجزائرية للقسم الوطني الاول؟

- هل يمكن إرجاع طبيعة النتائج إلى نوعية خدمات الإرشاد النفسي ؟

- أم يرجع إلى مدى توفر مهارات الارشاد النفسي الرياضي ومدى تحكم المدرب فيها؟

**الفرضية العامة:** كلما كان المدرب ملماً بمهارات وخدمات الإرشاد النفسي ينعكس ذلك على مستوى الفريق وبالتالي تكون النتائج الرياضية جيدة.

### الفرضيات الجزئية:

1- هناك فروق بين الفرق ذات النتائج الجيدة والفرق ذات النتائج الضعيفة في بعض مكونات خدمات الإرشاد النفسي الرياضي.

وهذا من خلال الأبعاد التالية:

- الخصائص الإرشادية- فعالية الإرشاد النفسي الرياضي- فترات الاتصال من خلال ولغرض الإرشاد الرياضي

2- هناك فروق في مهارات الإرشاد النفسي المطبقة بين الفرق ذات النتائج الجيدة والفرق ذات النتائج الضعيفة وهذا في الأبعاد التالية:

- تقديم المعلومات - القيام بمسؤوليات الإرشاد النفسي - تسهيل عملية الاتصال - تدعيم استقلالية اللاعب - إبراز نموذج لممارسة الإرشاد النفسي الرياضي

### 2-2- التعليق على الدراسات:

ومن خلال الدراسات التي عرضناها، نلاحظ أن كل الدراسات استعملت المهج الوصفي المسحي وهذا لتلاؤمه مع موضوع دراستنا.

حيث أظهرت نتائج الدراسة التي قام بها **سعد سديرة** على أن هناك قصور في الإعداد المهني للمدرب وبالتالي لا يضمن في بناء وإعداد وتخطيط البرامج ذات فعالية وإيجابية التي تسمح بتطوير مختلف قدرات اللاعب الناشئ، وإلى ضعف مستوى المدربين في الثقافة التدريبية والمعرفية والذي لا يضمن نجاح العملية التدريبية التعليمية.

وأوضحت كذلك دراسة **الفوزيل عمر عبد الله عيش** ومن خلال جميع المعطيات النظرية والتطبيقية، توصل الباحث خلاصة مفادها إن هناك رعاية واهتمام كبيرين بالانتقاء والتوجيه الناشئين إلى ممارسة كرة القدم في الأندية اليمينية التي تتوفر فيهم الميول والاستعدادات، القدرات والمهارات المطلوبة لممارسة كرة القدم.

أما دراسة **الثلثة** التي قام بها **فاتح عبدلي**، انه توصل من خلال بحثه إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الفرق ذات النتائج الرياضية الجيدة والفرق ذات النتائج الضعيفة وهذا فيما يتعلق بتوفير خدمات الإرشاد النفسي ومهاراته لدى المدربين والتي كانت في مجملها لصالح الفرق ذات النتائج الرياضية الجيدة، وكلما توفرت خدمات الإرشاد النفسي ومهاراته ضمن المنظومة التدريبية وبشكل فعال كان لها الأثر الإيجابي على اللاعبين وعلى الفريق ككل مما يؤدي إلى تحكم أفراد الفريق في قدراتهم البدنية والانفعالية وإحساسهم بالتماسك.

حيث رأينا في ذلك أن هذه الدراسات لديها نقاط مشتركة من حيث المنهج المتبع ( النهج الوصفي) ومن حيث أدوات البحث العلمي (الاستبيان والمقابلة) والأدوات الإحصائية (ك<sup>2</sup>).

حيث استفدنا أيضاً من خلال هذه الدراسات في الموضوع الذي قمنا به، عند مقارنة نتائج هذه الدراسات وجدنا أن هناك تطابق بالدراسة التي قمنا بها وان هذه الدراسات تخدم بحثنا.

## - خلاصة:

من المعروف أن العلم له صفة تراكمية ويبدأ الباحث من حيث انتهى الآخرون وتساعد النتائج التي توصل إليها الباحثون الآخرون في الدراسات السابقة والمثابرة الباحثين الحاليين في وضع فروض أبحاثهم ويمكن دراسة هاته النتائج واختبارها للتأكد من صحتها، كما قد تساعد هذه النتائج في استنباط مشكلات جديدة تستحق البحث والدراسة.

وبالرغم من أهمية هذا الموضوع الذي تطرقنا إليه إلا إنه لم يلقى العناية الكافية من طرف الباحثين بحيث معظم الدراسات السابقة ركزت على عملية التكوين في حين لم يتطرق الباحثين إلى دور الكفاءة العلمية والمهنية للمدرب في التحكم في هذه العملية الحساسة.

**- تمهيد:**

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

**3-1- الدراسة الاستطلاعية:**

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى في البحث العلمي، والهدف منها التعرف على ميدان الدراسة وبعض المتغيرات المتعلقة بالدراسة، والتعرف على بعض الجوانب والمفاهيم المرتبطة بموضوع البحث وضبط العينة التي تجري عليه الدراسة.

نظراً لأهمية موضوع بحثنا والجوانب المراد دراستها، والتي تتطلب منا جهد كبير واجتهاد مقنن حسب الإمكانيات المتوفرة لدينا، بالإضافة إلى الخصائص التي تتميز بها عينة البحث، جاءت الدراسة الاستطلاعية على النحو الآتي:

قمنا في بداية الأمر وبعد اختيار موضوع الدراسة وتحديد المشكلة ثم صياغة الفرضيات والعينة التي سنجري عليها الدراسة، بدراسة ميدانية استطلاعية على بعض مسابح ولاية البويرة (مسبح عين بسام، ومسبح البويرة) وبعد معاينتنا لمسبح ولاية البويرة وبلدية عين بسام للإطلاع على عمل المدربين وكانت لنا لقاءات مع بعض المدربين وطرح بعض الأسئلة عليهم بخصوص تكوين الرياضي في السباحة وخصوصاً مع الفئات العمرية الصغرى، والغرض منها هو إيضاح بعض المفاهيم المتعلقة بموضوع الدراسة.

ثم بعد ذلك تلتها زيارات ميدانية إلى مقر رابطة ولاية البويرة للسباحة وكان لنا نقاش مع رئيس الرابطة الذي أمدا ببعض المعلومات والإحصاءات المتعلقة بتوزيع وتقسيم النوادي على المسبح، وعدد الأندية والمدربين القائمين على الفئات الصغرى وكان لنا لقاء مع بعض المدربين وأجرينا معهم مقابلات شخصية وطرحنا عليهم بعض الأسئلة التي تقرّبنا نوعاً ما من فهم مشكلة البحث.

قمنا بعد ذلك بصياغة أسئلة على شكل استبيان لغرض تقصي الحقائق والإطلاع على واقع تكوين الناشئين وعمل المدربين وطبيعة هذه العلاقة.

هذا الاستبيان تم عرضه على الأستاذ المشرف وبعض الأساتذة المتخصصين، والغرض منه هو التأكد من أن الأسئلة واضحة ومفهومة وتحقق غرض الدراسة وتخدم فرضيات البحث، والتعرف على الأسئلة التي قد تسبب حرجاً للمستجوبين أو يحاولون التهرب من الإجابة عليها، حتى يتم إعادة صياغتها بطريقة أخرى تبعد الحرج والتهرب عن الإجابة، ولقد خرجنا بمجموعة من الملاحظات، نلخص أهمها في ما يلي:

- التعرف على الميدان ومدى إمكانية إجراء هذه الدراسة.
- غموض بعض الأسئلة، مما جعلنا نعيد صياغتها.
- وجود بعض التكرارات في بنود الأسئلة مما دفعنا لحذفها.

- عدم الرد على بعض الأسئلة مما جعلنا نقوم بتعديلها.
  - عدم ملائمة بعض الأسئلة مما دفعنا لحذفها نهائيا.
- وبعد ذلك قمنا بتوزيع البعض منها على 5 مدربين وقمنا باسترجاعهما ثم بعدها بأيام وزعنا الاستبيان على عينة البحث كمرحلة نهائية واستنتجنا أن الإجابة على الأسئلة كانت بصدق وجدية من طرف عناصر عينة البحث.
- 3-2- المنهج العلمي المتبع:**

حسب سليمان الشحاتة " فالمنهج يتجلى في مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتمادا على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليل محتواها للاستخلاص لدلالاتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة أو الموضوع الذي هو محل البحث". (الشحاتة، 2005، صفحة 337)

كما أن " المنهج العلمي يعني مجموعة من القواعد والأسس التي يتم وضعها من أجل الوصول إلى الحقيقة، وتكون هذه الأسس المنهجية، بمثابة المرشد الذي يتبناه الباحث حتى تتسم دراسته بالدقة العلمية. (نابت، 2008، صفحة 89)

ومنهج البحث هو النتيجة التي ينتهي إليها الباحث انطلاقا من البناء النظري إلى غاية النتائج التي سوف يتحصل عليها تجسيدا لكافة الخطوات التي تصاغ خلال انجاز هذا البحث، انطلاقا من الإشكالية المطروحة، فإن **المنهج الوصفي المسحي** هو الأكثر ملائمة للإجابة على التساؤلات المطروحة حول موضوع المتمثل أساسا في " الكفاءة العلمية والمهنية لمدرّب السباحة ودورها في تكوين وإعداد الناشئين (09-12) سنة - أندية السباحة لولاية البويرة وبلدية عين بسام ".

كما يعتبر المنهج الوصفي من بين أكثر الطرائق استخداما في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية، فهي تمدنا بمعلومات وحقائق ذات قيمة عن الطرق والأساليب القائمة بالفعل، وعن العلاقات القائمة بين الظواهر المختلفة، كما تمدنا أيضا بالحقائق التي يمكن أن يبني عليها مستويات أعلى من الفهم العلمي. (إخلاص، 2000، صفحة 101)

إذا كان المنهج الوصفي ينطلق من وصف الظاهرة كما هي في الواقع، فإنه لا يتوقف عند هذا الحد، حيث يقول محمد شفيق : "الدراسات الوصفية، لا تقف عند مجرد جمع البيانات والحقائق بل تتجه إلى تصنيف هذه الحقائق وتلك البيانات وتحليلها وتفسيرها لاستخلاص دلالاتها وتحديدها بالصورة التي هي عليها، كميًا وكيفيًا بهدف الوصول إلى نتائج نهائية يمكن تعميمها ". (شفيق، 1998، صفحة 108)

ولهذا الغرض انتهج الباحث دراسة مسحية مست جميع مدربي السباحة للفئة العمرية 09-12 سنة على مستوى مسبح النصف الأولمبي لولاية البويرة وبلدية عين بسام.

### 3-3 متغيرات البحث:

- **المتغير المستقل:** هو الذي يؤثر في العلاقة القائمة بين المتغيرين ولا يتأثر بها، وفي بحثنا هذا المتغير المستقل هو "الكفاءة المهنية والعلمية لمدرّب السباحة".
- **المتغير التابع:** هو الذي يتأثر بالعلاقة القائمة بين المتغيرين ولا يؤثر فيها، وفي بحثنا هذا المتغير التابع هو " جودة تكوين الناشئين (09-12) سنة في السباحة".

### 3-4- مجتمـع الدراسة:

إن مجتمـع الدراسة يعني جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها البحث، فالباحث الذي يعد بحثه في دراسة ظاهرة أو مشكلة ما، فإنه يحدد جمهور بحثه أو مجتمـع بحثه حسب الموضوع أو الظاهرة أو المشكلة التي يختارها. (نوقات، 2001، صفحة 99)

ان مجتمـع الدراسة يمثل أفراد الفئة التي نريد إجراء الدراسة التطبيقية عليها وفق المنهج المتبع والمناسب لهذه الدراسة، فكان المجتمـع الأصلي للبحث مدربي السباحة القائمين على تكوين السباحين على مستوى الأندية التابعة لرابطة ولاية البويرة للسباحة. والذين كان عددهم 28 مدرب موزعين على 7 جمعيات ونوادي رياضية، ومنه المجتمـع الأصلي لدراستنا هو 28 مدرب للفئات الناشئة في السباحة.

### 3-4-1- عينة البحث:

يعتبر اختيار الباحث للعينة من الخطوات والمراحل الهامة للبحث، أن الأهداف التي يضعها الباحث لبحثه والإجراءات التي سيستخدمها ستحدد طبيعة العينة التي سيختارها، هل سيأخذها عينة واسعة وممثلة ام عينة محددة؟ هل سيطبق دراسته على كل الأفراد أم يختار قسما منهم فقط؟

لقد تم اختيارنا للعينة بطريقة قصدية (عينة مقصودة)، عينة من المدربين والمتمثلة في جميع مدربي السباحة للفئات العمرية (09-12 سنة) - للأندية الرياضية التابعة لرابطة البويرة للسباحة وعددهم 28 مدرب ومدربة موزعين على (7) نوادي وجمعيات رياضية حيث يمارسون نشاطهم على مستوى مسبح ولاية البويرة وعين بسام.

الرقم	اسم النادي	عدد المدربين	رمز النادي	المنطقة الجغرافية التابع لها
01	اولمبيك مدينة البويرة	04	OMB	البويرة وسط
02	شعبية البويرة	03	MBB	البويرة وسط
03	تونيك البويرة	02	CNB	البويرة وسط
04	مسبح البويرة	06	ECOL	البويرة وسط
05	مستقبل عين بسام	02	CSAM	عين بسام
06	اتحاد مدينة عين بسام	04	USMAB	عين بسام
07	مسبح عين بسام	07	ECOL	عين بسام
المجموع		28	07	

**3-4-2- مواصفات العينة:**

لقد حرصنا على أن تكون عينة بحثنا للمدربين المتخصصين في تدريب الفئة العمرية (09-12) سنة في مجال السباحة في أندية ولاية البويرة

**3-5- مجالات البحث:****3-5-1- المجال الزمني:**

انطلقنا في بحثنا هذا عندما تلقينا الموافقة من طرف الأستاذ المشرف في شهر نوفمبر بدأنا في جمع المعلومات التي لها علاقة بالجانب النظري للبحث وهذا بعد تلقينا الموافقة النهائية على إجراء البحث من مكتب البحث العلمي وذلك يوم 20 جانفي 2015.

تم توزيع استمارات الاستبيان على أفراد العينة في الفترة الممتدة بين 2015/04/25 إلى 2015/05/04. وتم استرجاعه بعد 10 أيام، كما كانت لنا مقابلة مع رئيس رابطة السباحة لولاية البويرة في 10 أبريل 2015.

**3-5-2- المجال المكاني:**

لقد أجريت الدراسة الميدانية على مستوى مسبح النصف الأولمبي بالبويرة ومسبح عين بسام والرابطة الولائية للسباحة، أما فيما يخص المقابلة مع رئيس الرابطة فقد تمت على مستوى مقر الرابطة الولائية للسباحة.

**3-5-3- المجال البشري (عينة البحث):**

ويتمثل في تدريبي الفئات الصغرى للسباحة على مستوى مسبح النصف الأولمبي بالبويرة، وقد قدر عددهم ب28 مدرب ومدربة، وقد كانت العينة كل تدريبي الفئات الصغرى والذي كان عددهم 28 مدرب.

**3-6- أدوات البحث:**

قصد إيجاد حلول لإشكالية البحث المطروحة وللتحقق من فرضيات البحث لزم إتباع أفضل الطرق وذلك من خلال الدراسة والتخصص حيث تم استخدام الأدوات والوسائل التالية:

**3-6-1- الدراسة النظرية:**

حيث تسمى أيضا "بالمعطيات الجغرافية"، حيث تتمثل في الاستعانة بالمصادر والمراجع من كتب مذكرات مجلات، وجرائد رسمية في جمع المعلومات التي لها صلة وعلاقة بموضوع الدراسة.

**3-6-2- المقابلة الشخصية:**

تعتبر المقابلة من الأدوات الرئيسية لجمع البيانات والمعلومات، عند دراسة الأفراد والجماعات الإنسانية وهي حوار يتم بين القائم بالمقابلة وبين شخص أو مجموعة أشخاص بهدف الحصول على معلومات متعلقة بموضوع الدراسة التي يقوم بها الباحث. (ذوقات، 2001، صفحة 99)

ولقد كانت لنا مقابلات شخصية مع رئيس رابطة ولاية البويرة للسباحة، وكان موضوع هذه المقابلات مجموعة من الأسئلة تتمحور حول عمل المدربين القائمين على تكوين الفئات العمرية ورأيهم حول النتائج المتحصل عليها في مجال التدريب، والمستوى العلمي والمهني للمدربين والأسلوب المهني ونوعية البرامج التدريبية المنتهجة ومدى تحقيقها للأهداف المسطرة.

**3-6-3- الاستبيان:**

يعتبر الاستبيان أحد وسائل البحث العلمي المستعملة على نطاق واسع من أجل الحصول على بيانات أو معلومات تتعلق بأحوال الناس وميولهم أو لاتجاهاتهم ومعتقداتهم وتأتي أهمية الاستبيان كأداة لجمع المعلومات برغم مما يتعرض لها من انتقادات من انه اقتصادي في الجهد والوقت. كما يعرف الاستبيان على أنه أداة علمية عملية تعتبر من بين وسائل الاستقصاء لجمع المعلومات. (عريفج، 1999، صفحة 68.67)

**- صدق الاستبيان :**

بعد إعطاء الصيغة الأولية للاستبيان وبنائه وفق الإطار النظري للبحث انتقلنا إلى قياس مدى صدقه من خلال ما يلي:

**- التحكيم:** ويعتبر التحكيم من طرف الأساتذة المختصين، بمثابة الموجه الأول لتحديد ثغرات ونقائص الاستبيان وعليه فقد تم عرض هذا الأخير على أساتذة محكمين في معهد علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي بجامعة البويرة، ويشهد لهم بمستوى عالي وتجربتهم في الميدان ومن بينهم الأستاذ المشرف بحيث تم الوقوف على بعض الثغرات منها :

- إضافة بعض الأسئلة وإزالة بعضها الآخر .

- إعادة الصياغة اللغوية لبعض الأسئلة، التي كانت لا تؤدي المعنى المقصود.

- إعادة ترتيب الأسئلة، حسب أهميتها وأولوياتها في البحث.

- تعويض بعض الأسئلة المفتوحة بأسئلة مغلقة.

**الأساتذة المحكمين هم:**

❖ الدكتور شريفي مسعود، أستاذ محاضر، جامعة البويرة.

❖ الدكتور حاج أحمد، أستاذ محاضر، جامعة البويرة.

❖ برجم رضوان، أستاذ مساعد، جامعة البويرة.

**3-7- الوسائل الإحصائية:**

إن هدف الدراسة الإحصائية، هو محاولة التوصل إلى مؤشرات كمية ذات دلالة ، تساعدنا على التحليل والتفسير والحكم على مدى صلاحية الفرضيات والمعدلات الإحصائية المستعملة هي:

النسب المئوية: استخدم الباحث قانون النسب المئوية لتحليل النتائج في جميع الأسئلة، وذلك بعد حساب

تكرارات كل منها ومثل لذلك الإجابة عن السؤال التالي:

هل يتم استدعائكم لدورات تكوينية في مجال التخصص؟

كانت الإجابة مثلا : 4 (نعم) و 12 (لا).

بعد تطبيق الطريقة المألوفة لحساب النسب المئوية، كانت النتائج كما يلي:

الإجابة بـ : نعم =  $\frac{4}{100} \times 100 = 4\%$  مجموع عدد الإجابات

المجموع الكلي لأفراد العينة 16

الإجابة بـ : لا = مجموع عدد الإجابات  $100 \times 12 = 100 \times 12 = 1200$  %75

المجموع الكلي لأفراد العينة 16

اختبار كاف تربيع (كا<sup>2</sup>) : يسمح لنا هذا الاختبار، بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المتحصل عليها، من خلال الاستبيان وهي كما يلي: (بحفص، 2005، صفحة 193)

$$\text{كا}^2 = \frac{\text{مجموع (ت ح - ت ن)}^2}{\text{ت ن}}$$

- درجة الخطأ المعياري  $\alpha = 0.05$

- درجة الحرية  $n-1$ ، حيث  $n$  تمثل عدد الفئات بحيث تمثل:

كا<sup>2</sup> : القيمة المحسوبة من خلال الاختبار.

ت ح : عدد التكرارات الحقيقية ( الواقعية).

ت ن : عدد التكرارات النظرية ( المتوقعة ).

يعتمد عدد التكرارات النظرية بتحديد (ت ن) من خلال المعادلة التالية:  $n = \text{ت ن} / \text{و}$

حيث : ( ن ) يمثل عدد الكلي لأفراد العينة.

( و ) يمثل عدد الاختبارات الموضوعية للأسئلة.

يسمح هذا الاختبار بتحديد الفروق بين الإجابات، إذا كانت ذات دلالة إحصائية أم لا، وذلك من أجل الكشف عن مدى مساهمة التكوين الخاص بعملية الانتقاء في معرفة واكتشاف المواهب الشابة.

### 3-8- صعوبات البحث :

إن القيام بعمل معين أو بحث أو دراسة ما مهمة تتطلب من الباحث اتخاذ عدة إجراءات، لتجنب المشاكل والتخفيف من الصعوبات التي قد تعرقل الباحث، خلال مراحل انجازه للبحث، ورغم محاولة الباحث تجنب مختلف الصعوبات المذكورة سلفاً إلا أن الباحث صادفته عدة صعوبات من بينها

- عدم تجاوب بعض المدربين للإجابة على الاستبيان.

- قلة المراجع والمصادر التي تتعلق بموضوعنا في رياضة السباحة.

- كثرة البرمجة الدراسية والتربص الميداني وقلة الوقت مما زاد في صعوبة انجاز البحث.

- صعوبة بناء الاستبيان وتبسيط عباراته من أجل الحصول على إجابات موضوعية.

- صعوبة في إخراج بعض المراجع بسبب التصرف غير اللائق من بعض الطلبة، بحيث يأخذون بعض المراجع وتظل بحوزتهم لمدة طويلة.

ورغم هذه الصعوبات التي واجهتنا إلا أننا بذلنا كل ما في وسعنا قصد تقديم عمل يرجع بالفائدة على ألقارئ ونأمل إن نتبع هذه الدراسة بدراسات أخرى علمية بحيث يكون التركيز فيها على الجوانب التي لم نتطرق إليها في هذه الدراسة.

**- خلاصة**

نظرا لطبيعة بحثنا هذا تطلب منا التعريف بالبحث ومنهجه المتبع وإجراءاته في هذا الفصل، فطرحنا من خلال هذا كله المراحل والعناصر التي اعتمدنا عليها واتبعناها في دراستنا، معتمدين في ذلك على المعاينة الميدانية لأجل تثمينها بدراسة استطلاعية لاستكشاف حقائق مرتبطة بمشكلة البحث. ووظفنا في هذا الجانب من الفصل عدة طرق ووسائل وأدوات التي ساعدتنا في كشف بعض الحقائق والتوصل إلى نتائج التي من خلالها يمكن التحقق من صحة فرضيات البحث، معتمدين في ذلك على خطة منهجية علمية اتبعناها لهذا الغرض، حيث تم اختيار منهج الدراسة وهذا حسب طبيعة المشكلة المطروحة في هذه الدراسة وقد تم تحليل ومعالجة النتائج المتحصل عليها عن طريق دراسة إحصائية وهذا للتحقق من صحة الفرضيات أو عدمها، بالإضافة إلى هذا فقد تطرقنا في هذا الفصل إلى أهم الصعوبات التي واجهناها في الميدان.



# الفصل الرابع

## عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاستبيان

## - تمهيد:

تعتبر عملية جمع النتائج وعرضها من الخطوات التي تلزم الباحث على القيام بها من اجل التحقق من صحة الفرضيات أو عدم صحتها، ولكن العرض وحده غير كافي للخروج بنتيجة ذات دلالة علمية، وإنما يجب على الباحث أن يقوم بعملية تحليل ومناقشة هذه النتائج حتى تصبح لها قيمة علمية وتعود بالفائدة على البحث بصفة عامة، ومن خلال هذا الفصل سنقوم بعرض وتحليل ومناقشة النتائج التي تم جمعها والتحصل عليها من خلال الدراسة الميدانية التي أجريت على أندية ولاية البويرة التي تعمل على مستوى مسبح النصف الاولمبي بالبويرة وعين بسام، وسنحاول من خلال هذا الفصل إعطاء بعض التفسير لإزالة الإشكال المطروح خلال الدراسة والتي يجب الحرص على أن تكون مصاغة بطريقة منظمة تمكن من توضيح مختلف الأمور المتعلقة بذلك، وحتى لا نقع في أي التباس أثناء تقديم هذه الشروحات، فلقد حرصنا على أن تتم العملية بطريقة علمية ومنظمة، حيث سنقوم بعرض نتائج الاستبيان الموجه للمدربين، والهدف الرئيسي لهذا الفصل هو تحويل النتائج الميدانية إلى نتائج ذات قيمة علمية وعملية يمكن الاعتماد عليها في إتمام هذه الدراسة وبلوغ مقاصدها.

4-1- عرض و تحليل النتائج:

ب- أسئلة البحث:

4-1-1- المحور الأول: معرفة المؤهلات العلمية والخبرة التي يمتاز بها المدربون.

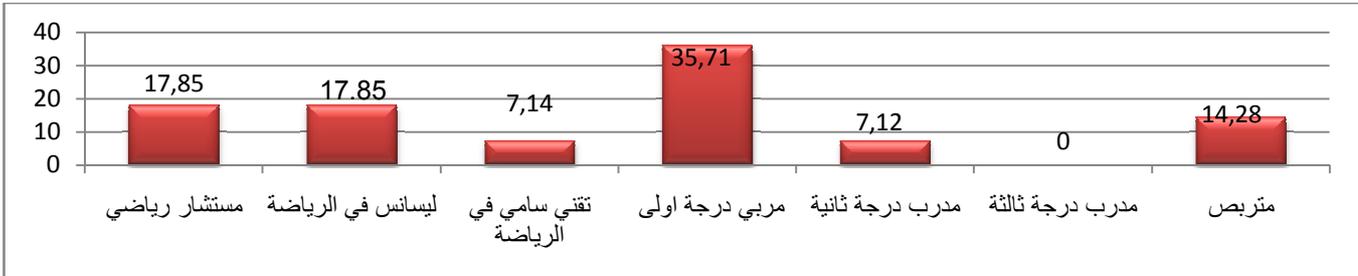
السؤال رقم 01: ماهو مؤهلك العلمي المتحصل عليه في مجال الرياضي؟

الغرض منها: معرفة إذا كانت الشهادات العلمية المتحصل عليها ذات درجة علمية جيدة.

الجدول رقم2: يمثل المؤهلات للمدربين والنسب المؤوية.

الإجابات	التكرارات	النسب المؤوية
مستشار رياضي	05	17.85
ليسانس في الرياضة	05	17.85
تقني سامي في الرياضة	02	7.14
مربي درجة أولى	10	35.71
مدرب درجة ثانية	02	7.14
مدرب درجة ثالثة	00	00
متربص	04	14.28
المجموع	28	%100

الشكل رقم 1 التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 01:



**التحليل والناقشة:** من خلال معطيات الجدول رقم2 تبين أن هناك نسبة من المدربين الحاملين (لشهادة مستشار رياضي والمقدرة) ب 17.85 % وحاملين لشهادة الليسانس ونسبة 17.85% والمدربين حاملين لشهادة تقني سامي في الرياضة كانت نسبتهم 7.14% ونسبة كبيرة منهم حاملة لشهادة مربي رياضي درجة أولى والمقدرة ب35.71%، ومدربين اثنين حاصلين على درجة ثانية ب 7.14%. ولا يوجد من هم متحصلون على درجة ثالثة بنسبة 00% ونسبة 14.28% متربصين.

وان اكبر نسبة من المدربين حاملين لشهادة مدرب رياضي درجة أولى و متربصين الشهادات وهذا غير كافي ولا يتماشى مع متطلبات السباحين الناشئين في ميدان التدريب في السباحة.

**الاستنتاج:** نستنتج مما سبق أن هناك تباين في تكوين مدربي سباحي الفئة العمرية 9-12 سنة في ميدان تدريب السباحة، وهذا يعطي فرص أكثر لتتووع طرق التدريب نظرا للاختلاف الموجود في فلسفات وطرق التدريب.

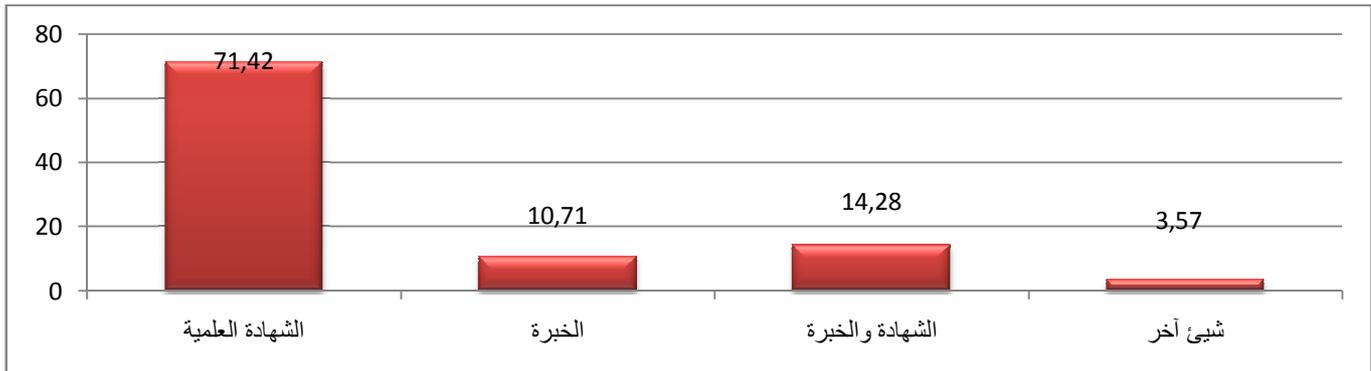
**السؤال رقم 02:** ماذا يشترط منك المسيرون لكي توظف كمدرّب أساسي بالنادي؟  
**الغرض منها:** معرفة إن كانت هناك شروط وخصائص يضعها مسيرو الأندية ضمن المطالب الأساسية للتوظيف.

**الجدول رقم 3:** يبين الشروط والخصائص التي يضعها مسيرو الأندية.

السؤال	الإجابة		الشهادة العلمية		الخبرة		الشهادة والخبرة		شيء آخر يمارسون السباحة ضمن فرق النخبة	
	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة
السؤال رقم 02	20	71.42%	03	10.71%	4	14.28%	1	3.57%		

كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة
32.85	7.81	0.05	3	دالة

**الشكل رقم 2:** التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 2.



**التحليل والمناقشة:** من خلال الجدول رقم 1 تبين أن هناك 71.42% من المدربين كانت إجاباتهم بان المسيرين يشترطون الشهادة العلمية، ونسبة 10.71% بالخبرة، ونسبة 14.28% بالشهادة والخبرة ونسبة 3.57% من المدربين كانت إجاباتهم بشيء آخر وهو أنهم يمارسون السباحة ضمن فرق النخبة.  
 من خلال النتائج المحصل عليها اتضح أن هناك نسبة كبيرة من المدربين يوظفون على أساس الشهادة العلمية والمقدرة ب71.42% أما النسب الأخرى متباينة بينهم، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية 3 حيث أن كا<sup>2</sup> المحسوبة (32.85) اكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة (7.81).

**استنتاج:**

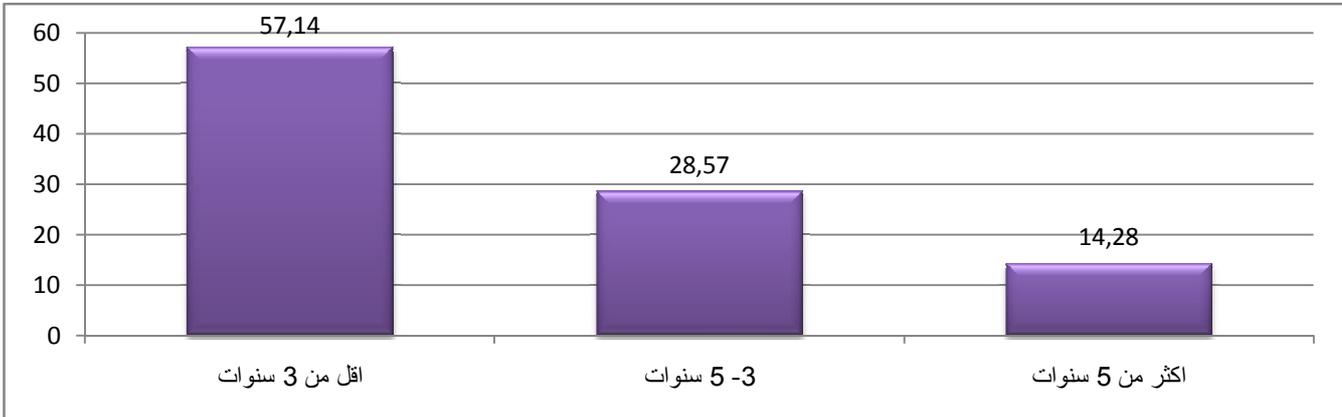
نستنتج مما سبق أن تعيين وتوظيف مدربي سباحي الفئة العمرية (09-12) سنة لا يستند إلى شروط تستوجب توفر الشهادة العلمية والخبرة المهنية واختبار القدرات المعرفية والمهنية للمدرب الذي يشرف على تكوين هذه الفئة، فيما لا شك أن تأهيل المدرب أكاديميا ليس معناه أنه ذو كفاءة علمية حيث يمكن أن نجد مدرب مؤهلا جامعا في مجال الرياضة التخصصية ولكنه ليس ذو كفاءة علمية اللازمة للقيام بمهنة التدريب بأسلوب صحيح وفعال. وهذا ما تطرقنا إليه في المحور الثاني.

**السؤال رقم 3:** ماهي عدد سنوات العمل كمدرّب رياضي في السباحة؟  
**الغرض منها:** معرفة إذا كان للمدربين الخبرة الكافية في ميدان التكوين والتدريب التخصصي.  
**الجدول رقم 4:** يبين سنوات الخبرة للمدربين.

الإجابة الأسئلة		اقل من 3 سنوات		3-5 سنوات		أكثر من 5 سنوات	
		تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة
السؤال رقم 3		16	57.14%	8	28.57%	4	14.28%

كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
8	5.99	0.05	2	دالة

**الشكل رقم 3:** التمثيل البياني لنتائج للسؤال رقم 3.



**التحليل والمناقشة:** ومن خلال معطيات الجدول رقم (4) تبين لنا أن هناك نسبة 57.14% من المدربين لهم أقل من (3 سنوات) خبرة ونسبة 28.57% من المدربين لهم من (3-5 سنوات) من الخبرة ونسبة 14.28% من المدربين لهم خبرة أكثر من (5 سنوات).

ومن خلال هذا الجدول فان (كا<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (8) أي اكبر من (كا<sup>2</sup>) الجدولة (5.99) وهذا مايدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2).

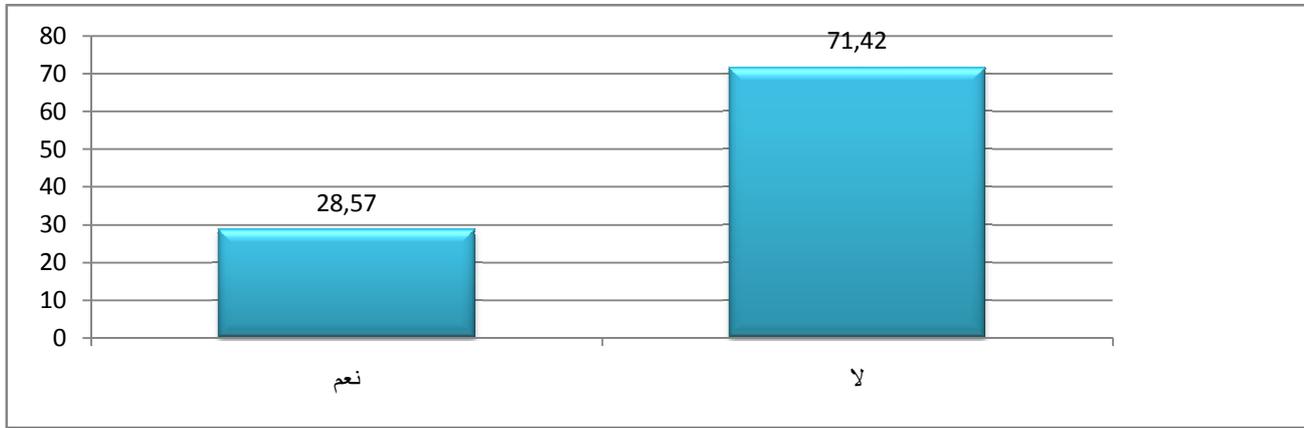
### الاستنتاج

نستنتج مما سبق أن أغلبية مدربي سباحي الفئة العمرية 9-12 سنة تنقصهم الخبرة الكافية في ميدان تدريب السباحة، وهذا ما يؤثر سلبا على التدريب والتكوين الجيد لهذه الفئة.

**السؤال رقم 04:** عند توظيفك بالنادي الرياضي هل يتم اختبار قدراتك من طرف المسؤولين والمسيرين؟  
**الغرض منها:** معرفة إذا كان هناك اختبار للقدرات والمعارف يقوم بها المدربون قبل العمل بالنادي.  
**الجدول رقم 5:** يبين طريقة توظيف المدرب.

الأسئلة	الإجابة		لا	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
	تكرار	نسبة						
السؤال رقم 4	8	%28.57	20	5.14	3.84	0.05	1	دالة

الشكل رقم 4: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 4.



**التحليل والمناقشة:** نلاحظ من خلال بيانات الجدول بان الإجابة (بلا) تحتل المرتبة الأولى بنسبة 17.42% أي انه لا يتم اختبار قدراتهم عند توظيفهم بالنادي الرياضي لسباحي هذه الفئة، أما المرتبة الثانية والأخيرة فتمثلت في الإجابة (بنعم) بنسبة 28.57% أي انه يتم اختبار قدراتهم عند توظيفهم بالنادي الرياضي لسباحي هذه الفئة. ومن خلال هذا الجدول فان (كا<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (5.14) أي اكبر من (كا<sup>2</sup>) المجدولة (3.84) وهذا مايدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1).

#### الاستنتاج:

نستنتج من النتائج المحصل عليها أن مدربي السباحة لهذه الفئة العمرية يتم توظيفهم دون اختبار لقدراتهم المعرفية والمهنية والمهارية وهذا مايعكس لنا مستوى التكوين المتدني لبعض الأندية والتوظيف العشوائي للمدربين من طرف بعض المسيرين.

**السؤال رقم 5:** على أي أساس تم توظيفك في النادي؟  
**الغرض منها:** لمعرفة المعايير التي يوظف بها المدربون.  
**الجدول رقم 6:** يبين طريقة وأسس توظيف المدربين.

الإجابة الأسئلة		الشهادة والخبرة والنتائج المتحصل عليها		الشهادة العلمية		ممارسة السباحة ضمن فرق النخبة	
		تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة
السؤال رقم 5		8	%28.57	20	%71.42	00	%00

ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
21.72	5.99	0.05	2	دالة

**الشكل رقم 5:** التمثيل البياني لنتائج للسؤال رقم 5.



**التحليل والمناقشة:** نلاحظ من خلال بيانات الجدول يتضح لنا بان الإجابة (الشهادة العلمية) تحتل المرتبة الأولى بنسبة 71.42% أي أن معظم المدربين تم توظيفهم على أساس الشهادة العلمية، أما في الرتبة الثانية (الشهادة والخبرة والنتائج المتحصل عليها) بنسبة 28.57% تم توظيفهم على أساس الشهادة والخبرة والنتائج المتحصل عليها، تبقى الإجابة بـ (ممارسة السباحة ضمن فرق النخبة) في الرتبة الأخيرة بنسبة 0%.

ومن خلال هذا الجدول فان (ك<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (21.72) أي اكبر من (ك<sup>2</sup>) الجدولة (5.99) وهذا مايدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2).

**الاستنتاج:**

نستنتج مما سبق أن أغلبية المدربين يتم توظيفهم استنادا إلى معيار شهادتهم وهذا ما يؤثر بالإيجاب على طرق العمل في نواديهم.

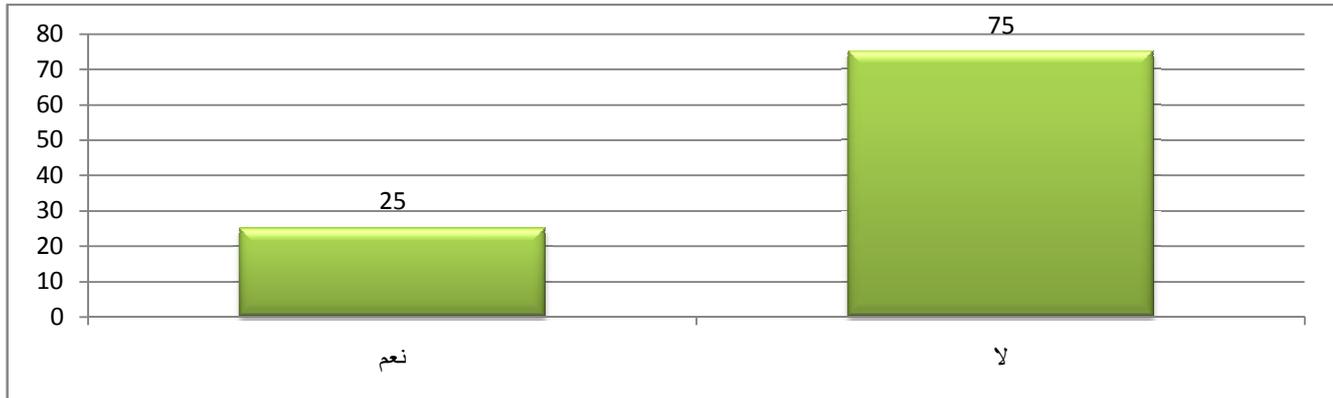
السؤال رقم 6: هل تقوم بدورات تكوينية والرسكلة لتحسين ورفع المستوى في مجال التدريب الرياضي في السباحة؟

الغرض منها: معرفة إذا كان هناك دورات تكوينية والرسكلة لمدربي هذه الفئة ومدى استجابة المدربين لهذه الدورات.

الجدول رقم 7: يبين كان هناك دورات تكوينية.

الإجابة الأسئلة	نعم		لا		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة			
السؤال رقم 6	7	%25	21	%75	0.05	1	دالة
					3.84		

الشكل رقم 6: التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 6.



التحليل والمناقشة: من خلال قراءتنا لبيانات الجدول يتضح لنا إن الإجابة (بلا) تحتل المرتبة الأولى بنسبة 75% إنهم لا يتلقون ولا يتابعون الدورات التكوينية لرسكلة وتحسين مستواهم المعرفي و العلمي والمهني في مجال السباحة أما المرتبة الثانية والأخيرة فتمثلت الإجابة (بنعم) بنسبة 25% يتلقون ويتابعون الدورات التكوينية لرسكلة وتحسين مستواهم المعرفي و العلمي والمهني.

ومن خلال هذا الجدول فإن (كا<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (7) أي أكبر من (كا<sup>2</sup>) الجدولة (3.84) وهذا مايدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1).

استنتاج:

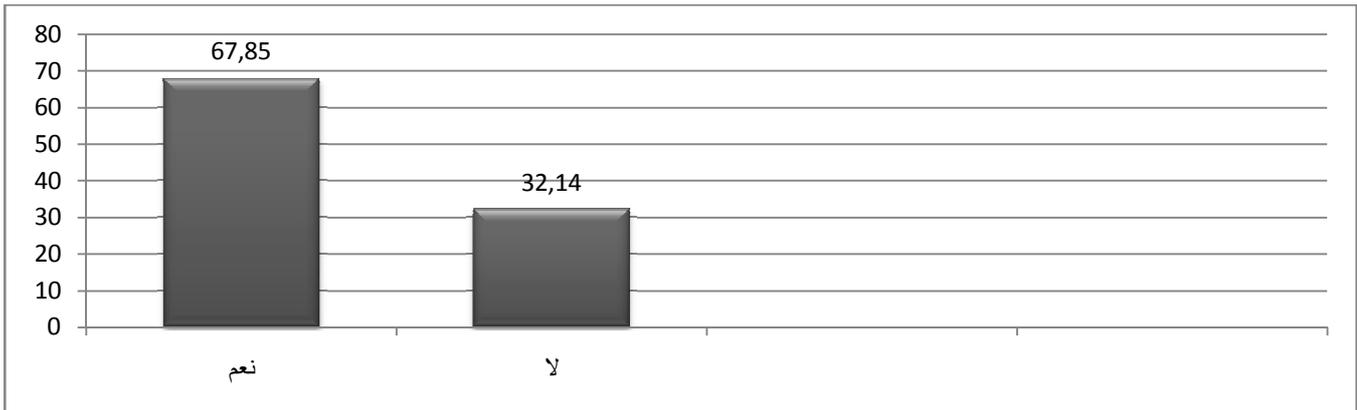
من خلال ما سبق عرضه في التحليل نستنتج أن معظم المدربين يفتقرون إلى الدورات التكوينية في التكوين، وكذا التجمعات الرسكلية، وهذا مايجعلهم غير مواكبين لمختلف التغيرات والتطورات الحاصلة في مجال وتكوين الرياضي الناشئ في السباحة.

**السؤال رقم 7:** هل لديك إطلاع على الدراسات الحديثة في تعليم وتدريب السباحة للناشئين؟  
الغرض منها: لمعرفة إن كان المدربون هذه الفئة إطلاع بالدراسات الحديثة في ميدان السباحة والجديد في طرق التعليم والتدريب.

**الجدول رقم 8:** مدى اطلاع المدربين على الدراسات الحديثة.

الدالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المجدولة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	لا		نعم		الإجابة الأسئلة
					تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	
غير دالة	1	0.05	3.84	3.57	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	السؤال رقم 7
					9	32.14%	19	67.85%	

**الشكل رقم 7:** التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 7.



**التحليل والمناقشة:** من خلال قراءتنا الكمية للبيانات يتبين لنا أن الإجابة (بنعم) تحتل المرتبة الأولى بنسبة 67.85% أي أن لديهم إطلاع على الدراسات الحديثة في تعليم وتكوين السباحين، أما الإجابة (بلا) تحتل المرتبة الأخيرة بنسبة 32.14% أي أن لديهم إطلاع على الدراسات الحديثة. ومن خلال هذا الجدول فإن (كا<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (3.57) أي اصغر من (كا<sup>2</sup>) المجدولة (3.84) وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1).

**استنتاج:**

نستنتج مما سبق أن ما يقارب ثلثي المدربين أن لديهم إطلاع على الدراسات الحديثة في تعليم وتكوين السباحين فهم يتابعون التطورات الحاصلة في ميدان السباحة عن طريق القراءة والمطالعة ومثل هذه الأشياء تساعد على تطوير التكوين وأيضا الرفع من كفاءة المدربين العلمية والمهنية.

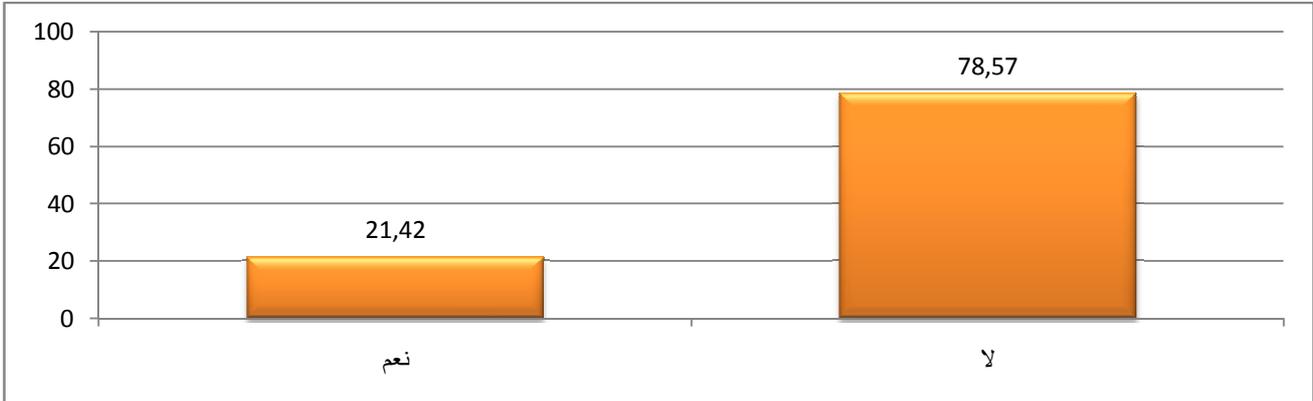
السؤال رقم 8: هل سبق لك الحضور والاشتراك في الندوات الجهوية والوطنية المتمحورة حول التكوين الرياضي للفئات الناشئة؟

الغرض منها: معرفة إذا كان المدربون يهتمون بحضور في الندوات والمشاركة في الملتقيات الخاصة بالتكوين الرياضي للناشئين.

الجدول رقم 9: يبين إن كان المدربون يهتمون بالحضور أو لا.

الإجابة / الأسئلة	نعم		لا		الدرجة الحرة	مستوى الدلالة	ك <sup>2</sup> الجدولة	ك <sup>2</sup> المحسوبة	الدالة
	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة					
السؤال رقم 8	6	%21.42	22	%78.57	1	0.05	3.84	9.14	دالة

الشكل رقم 8: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 8.



**التحليل والنقاش:** يتبين لنا من خلال معطيات الجدول أن الإجابة (بلا) تحتل المرتبة الأولى بنسبة %78.57 أي أن اغلب المدربين لم يسبق لهم الحضور والمشاركة في هذه الملتقيات والندوات الجهوية والوطنية، أما في المرتبة الأخيرة كانت الإجابة (بنعم) أي سبق لهم الحضور بنسبة %21.42.

ومن خلال هذا الجدول فإن (ك<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (9.14) أي أكبر من (ك<sup>2</sup>) الجدولة (3.84) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1).

#### استنتاج:

نستنتج أن اغلب المدربين لم يسبق لهم الحضور في هذه الندوات التي تتناول مواضيع مهمة في جودة عملية التكوين والتدريب لهذه الفئة، وهذا ما يؤثر سلبا على المستوى المعرفي والمهني للمدربين، في اكتساب خبرة جديدة في ميدان التدريب لرياضة السباحة، ويعود السبب إما لنقص برمجة مثل هذه الندوات من طرف السلطات الوصية أو ثقافة اللاحضور المنتهجة من طرف المدربين.

- المقابلة الشخصية الفردية:

أجريت الدراسة مع السيد رئيس الرابطة الولائية للسباحة (ماليك سايج) بمقر مكتبه الكائن بحي مولود فرعون بولاية البويرة يوم (05 ماي 2015) على الساعة (10:30 صباحا).

- السؤال الأول المتعلق بالفرضية الأولى: كيف ترون واقع عملية التكوين والتدريب للناشئين في نوادي ومدارس السباحة للرابطة الولائية للبويرة؟

\* الإجابة: إن هناك نقص في عملية التكوين والتدريب في ولاية البويرة نتيجة نقص المدربين في تخصص السباحة بالذات ونقص الكفاءة العلمية لهم وان بعض مسيري النوادي لا يولون أهمية للناشئ بل همهم الوحيد الربح المادي حيث إنهم يوظفون مدربين دون اختبار لقدراتهم المهنية والعلمية.

الاستنتاج: فإنها تفيد أن تراجع مستوى التكوين لهذه الفئة العمرية يعود بالدرجة الأولى إلى نقص كفاءة المدربين المهنية، ودرجة تأهيلهم العلمية لا تتماشى ولا تتناسب مع متطلبات تدريب سباحي هذه الفئة العمرية، وأيضا عدم اهتمام المسيرين للناشئ بل همهم الوحيد الربح المادي حيث إنهم يوظفون مدربين دون اختبار لقدراتهم المهنية والعلمية. حيث تأتي هذه النتيجة مطابقة لتوقعات الباحث وبهذا نستطيع أن نحكم بان الفرضية الأولى قد تحققت من خلال إجابة رئيس الرابطة الولائية للسباحة.

- خلاصة المحور الأول:

من خلال ما قدمناه في هذا الجزء التطبيقي من طرح أسئلة الاستبيان الخاص بالمدربين، والمقابلة مع رئيس الرابطة الولائية للسباح وكذا عرض لنتائجها وتحليلها، استوحينا من خلاله النتائج التالية:  
أن المدربون القائمون على إعداد وتكوين الناشئين لا تتوفر لديهم الخبرة والكفاءة والمؤهلات العلمية الكافية واللازمة وان نوعية ودرجة تأهيلهم لا تتماشى ولا تتناسب مع متطلبات تدريب هذه الفئة العمرية، حيث تأتي هذه النتيجة مطابقة لتوقعات الباحث وبهذا نستطيع أن نحكم بأن الفرضية الأولى قد تحققت من خلال النتائج المحصل عليها.

4-1-2- المحور الثاني: الكفاءات المهنية والعلمية للمدربين.

السؤال رقم 9: لمعرفة المستوى الذي وصلت إليه المجموعة التي تقوم على تكوينها على ماذا تعتمد؟ الغرض منه: معرفة إذا كانت الطرق التي يعتمد عليها مدرب هذه الفئة لمعرفة مستواهم تتماشى مع الأساليب العلمية المعتمدة.

الجدول رقم 10: يبين الطرق التي يعتمد عليها المدرب في هذه الفئة (09-12) سنة.

الإجابة / الأسئلة		الملاحظة		الاختبارات البدنية والمهارية		التقويم المستمر		شيء آخر	
تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة
15	53.57%	8	28.57%	5	17.85%	00	00%		

ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
16.85	7.81	0.05	3	دالة

الشكل رقم 9: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 9.



التحليل والناقشة: من خلال البيانات يتبين لنا أن الإجابة بـ (الملاحظة) تحتل المرتبة الأولى بنسبة 53.57% أي أن أغلب المدربين يستعملون الملاحظة لمعرفة المستوى الذي وصلت إليه المجموعة، أما الإجابة بـ (الاختبارات البدنية والمهارية) في المرتبة الثانية بنسبة 28.57%، أما الإجابة بـ (التقويم المستمر) تحتل المرتبة الثالثة بنسبة 17.85%، وفي المرتبة الأخيرة (شيء آخر) بنسبة 0%.

ومن خلال هذا الجدول فإن (ك<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (16.85) أي أكبر من (ك<sup>2</sup>) الجدولة (7.81) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (3).

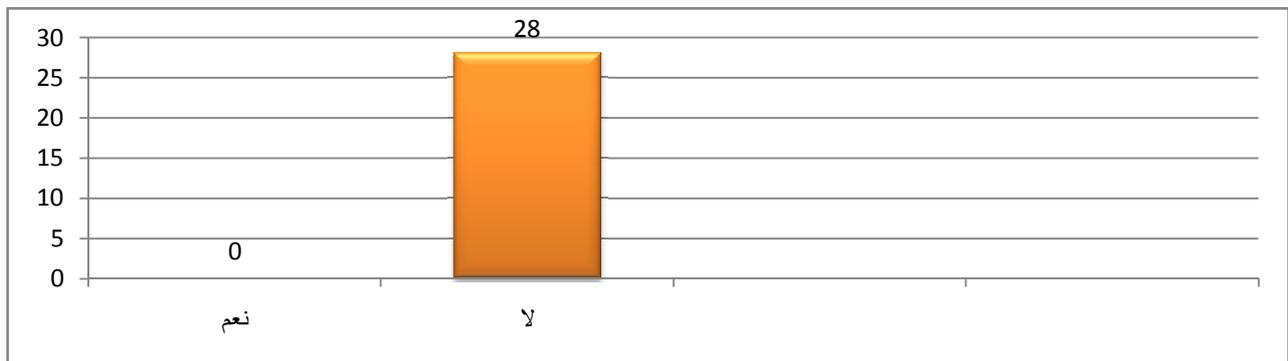
استنتاج: من خلال ما سبق يتبين لنا أن هناك اختلاف كبير في إجابات المدربين حول الطريقة المعتمدة لمعرفة مستوى السباحين، وهذا يدل على أن المدربين لا يتبعون الأسس العلمية نفسها في الكشف عن السباحين الموهوبين وما يدل أيضا على عدم وجود تنسيق دوري على مستوى الرابطة الولائية.

**السؤال رقم 10:** هل تستعمل الوسائل البصرية والدعم بالحصص النظرية في شرح وتوضيح طريقة اداء المهارات الحركية للفئة العمرية (09-12) سنة؟  
**الغرض منها:** معرفة إذا كان المدربون يستعملون الوسائل البصرية توصيل المهارة بسهولة الى ذهن الناشئ بسهولة.

**الجدول رقم 11:** يبين استعمال الحصص النظرية للناشئين باستعمال الوسائل البصرية.

الإجابة الأسئلة	نعم		لا		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة			
السؤال رقم 10	00	%00	28	%100	0.05	1	دالة
					3.84		

**الشكل رقم 10:** التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 10.



**التحليل والمناقشة:** يتضح لنا من خلال الجدول أن كل المدربين أي بنسبة 100 % اجابوا(بلا)، حيث أنهم لا يستعملون الوسائل البصرية الدعم بالحصص النظرية في شرح وتوضيح كيفية أداء المهارات الحركية، أما في المرتبة الأخيرة (بنعم) بنسبة 00%.

ومن خلال هذا الجدول فان (كا<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (28) أي اكبر من (كا<sup>2</sup>) المجدولة (3.84) وهذا مايدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1).

**استنتاج:** نستنتج أن جل المدربين لا يستعملون التقنيات الحديثة في ميدانهم المهني، بالرغم من أن التحليل الفني للمهارات الحركية يساعد بالوسائل البصرية على استيعاب للحركة بالنسبة للناشئ في السباحة.

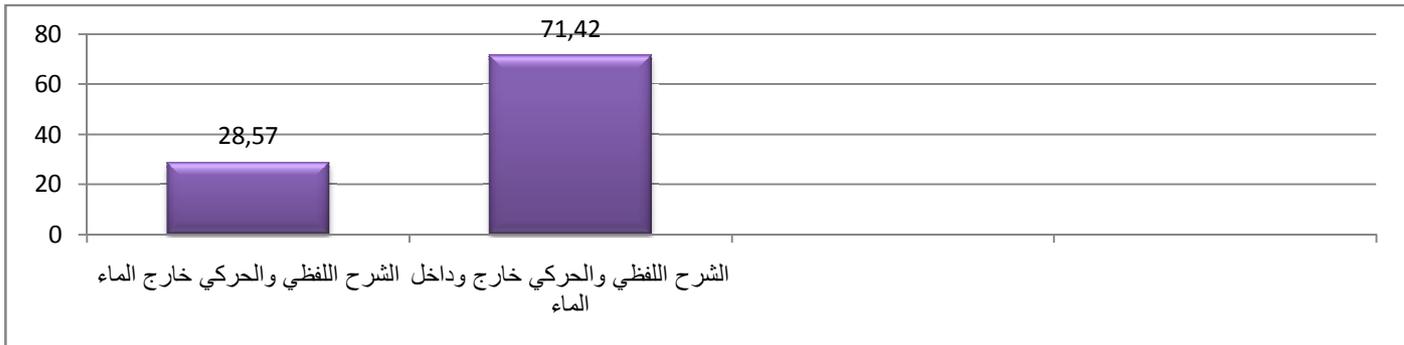
السؤال رقم 11: عند شرحك وتوضيحك كيفية أداء المهارة الحركية ماهي الطريقة التي تعتمد عليها؟

الغرض منها: معرفة ماهو الأسلوب المتبع من طرف المدربين أثناء تعليم مهارات السباحة.

الجدول رقم 12: يبين الأسلوب المتبع من طرف المدرب في الشرح.

الإجابة	الشرح اللفظي والحركي خارج الماء		الشرح اللفظي والحركي خارج وداخل الماء		الأسئلة
	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	
السؤال رقم 11	20	71.42%	8	28.57%	دالة
	5.14	3.84	0.05	1	

الشكل رقم 11: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 11.



التحليل والمناقشة: يتضح لنا من خلال الجدول أن الإجابة بـ (الشرح اللفظي والحركي خارج الماء)

تحتل المرتبة الاولى بنسبة 71.42% أي انهم يستعملو الشرح اللفظي خارج حوض السباحة لكيفية

اداء المهارات الحركية، اما الاجابة بـ(الشرح اللفظي والحركي داخل وخارج الماء) فاحتلت

المرتبة الثانية والأخيرة بنسبة 28.57%.

ومن خلال هذا الجدول فان(كا<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (5.14) أي اكبر من (كا<sup>2</sup>) المجدولة (3.84) وهذا مايدل على

أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة(0.05) ودرجة الحرية (1).

استنتاج: نستنتج من خلال ما سبق أن معظم المدربين لديهم نقص من ناحية المهارات التعليمية وطريقة توضيح

كيفية أداء المهارات الفنية في السباحة تطبيقيا ونظريا، حيث يؤكد **وفيقة مصطفى** سالم انه يجب أن يتميز مدرب

السباحة بالمهارة التعليمية والتدريسية في توصيل المادة العلمية، حيث يجب تقديم المعلومات لفضيا بالشرح

وتطبيقيا كإعطاء نموذج للحركة التي تعلمها. (وفيقة، 2004، صفحة 217)

**السؤال رقم 12:** ماهو الأسلوب الذي تعتمد مع هذه الفئة العمرية لتنمية ورفع دافعتهم لتحقيق الأهداف والاستمرارية في الممارسة؟

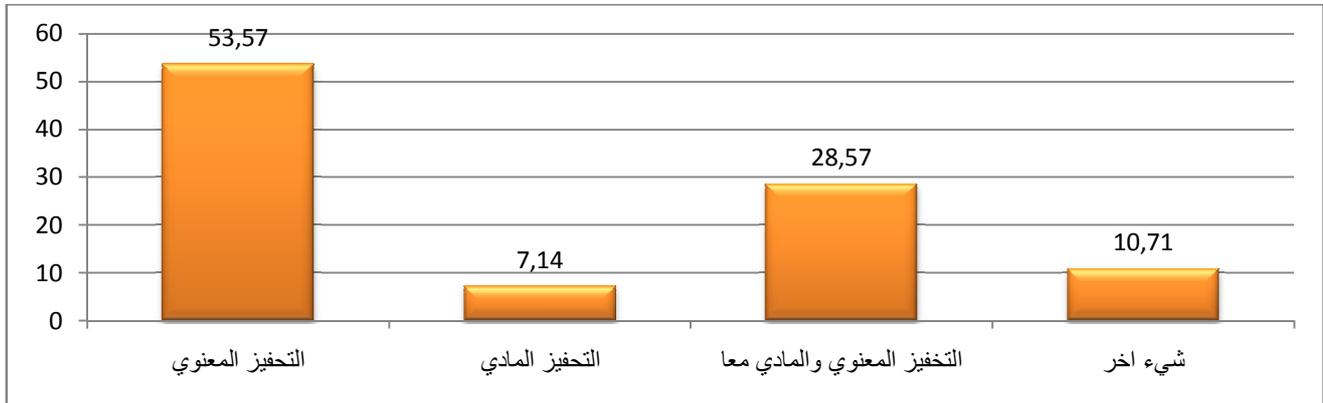
**الغرض منها:** معرفة أسلوب المدربين في تنمية ورفع دافعية السباح نحو انجاز الأهداف والاستمرارية في السباحة.

**الجدول رقم 13:** يبين ما هو أسلوب المدرب في تنمية الدافعية.

الإجابات		التحفيز المعنوي		التحفيز المادي		التحفيز المعنوي والمادي معا		شيء اخر	
الأسئلة		تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة
السؤال رقم 12		15	53.57%	02	7.14%	8	28.57%	3	10.71%

كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
15.14	7.81	0.05	3	دالة

**الشكل رقم 12:** التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 12.



**التحليل والمناقشة:** يتبين لنا من خلال معطيات الجدول إن الإجابة بـ (التحفيز المعنوي) تحتل المرتبة الأولى بنسبة 53.57% أي أنهم يعتمدون على التحفيز المعنوي لتنمية الدافعية والاستمرارية لدى الناشئ، تليها في المرتبة الثانية الإجابة بـ (التحفيز المعنوي والمادي معا) بنسبة 28.57%، وفي المرتبة الثالثة الإجابة بـ (شيئا آخر) بنسبة 10.71% ، أما في المرتبة الأخيرة الإجابة بـ (التحفيز المادي) بنسبة 7.14%.

ومن خلال هذا الجدول فإن (كا<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (15.14) أي أكبر من (كا<sup>2</sup>) الجدولة (7.81) وهذا مايدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (3).

**استنتاج:** نستنتج إن الأساليب المتبعة من طرف المدربين لتنمية دافعية السباحين نحو تحقيق الأهداف والاستمرارية في ممارسة السباحة تختلف من مدرب لآخر. فاعلبيهم يعتمدون على التحفيز المعنوي فقط وهذا لا يكفي، مما يجعل السباحين لا يداومون على التدريبات ، فخبيرة وكفاءة المدرب تلعب دورا في ذلك.

**السؤال رقم 13:** هل لديك دراية بخصائص ومميزات النمو للمرحلة العمرية ومتطلباتها التربوية والممارسة الرياضية؟

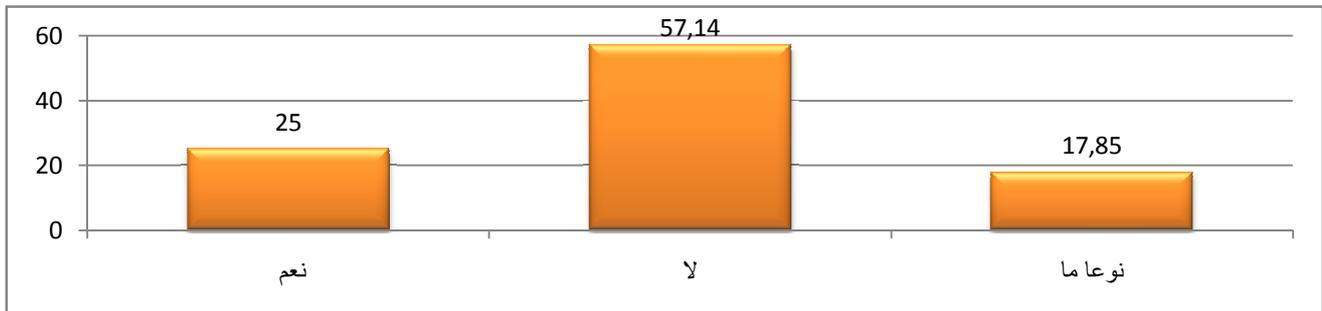
**الغرض منها:** معرفة ما إذا كان مدرب الفئة العمرية له دراية بخصائص ومميزات المرحلة العمرية والمتطلبات التربوية والممارسة الرياضية بمعايير ومقاييس علمية وتربوية.

**الجدول رقم 14:** يبين ما مدى دراية المدربين بخصائص ومميزات النمو لهذه المرحلة.

نوعا معا		لا		نعم		الإجابات
نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	الأسئلة
17.85%	5	57.14%	16	25%	7	السؤال رقم 13

الدالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> الجدولة	كا <sup>2</sup> المحسوبة
دالة	2	0.05	5.99	7.35

**الشكل رقم 13:** التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 13.



**التحليل والمناقشة:** من خلال الجدول رقم 16 يتبين لنا إن الإجابة بـ (لا) احتلت المرتبة الأولى بنسبة 57.14% أي ليس لهم دراية بمراحل ومميزات النمو، أما في المرتبة الثانية فتمثلت في الإجابة (بنعم) بنسبة 25% من المدربين لديهم دراية بذلك، أما في المرتبة الأخيرة فكانت الإجابة بـ (نوعا ما) بنسبة 17.85%. ومن خلال هذا الجدول فإن (كا<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (7.35) أي أكبر من (كا<sup>2</sup>) الجدولة (5.99) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2).

**استنتاج:** نستنتج أن أغلبية المدربين لديهم نقص من الناحية العلمية والتكوين العلمي والمعرفي فيما يتعلق بالدراسة المعرفية والعلمية بخصائص ومميزات النمو لهذه المرحلة التي يتعاملون معها من أجل التكوين الجيد، وتطوير وتنمية النواحي المعرفية والبدنية والفنية والنفسية حيث يقول **عبد القادر المصراطي** "لا بد أن يعد مدربو الناشئين إعدادا مهنيا يتناسب مع مهام التدريب في المراحل السنية المبكرة، بحيث أن يظهر مدربو الناشئين كفاءة عالية في كل النواحي، الفنية، المهارية، البدنية، الحركية، وتطور وظائف الأعضاء للصغار والمظاهر النفسية المرتبطة بالتعلم الحركي..... الخ." (المصراطي، 2000، صفحة 88)

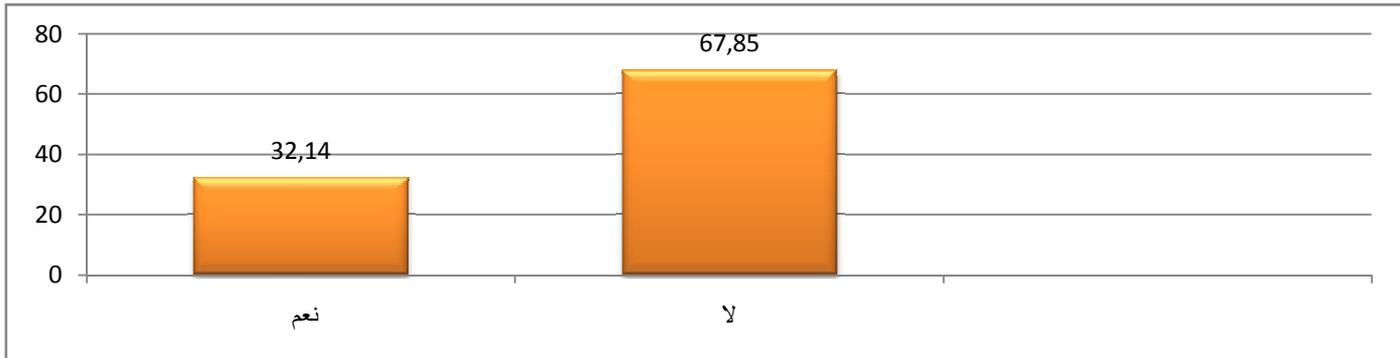
**السؤال رقم 14:** هل هناك معايير علمية تعتمدون عليها بغرض التقويم لقياس مدى تحقيق الاهداف المسطرة في البرنامج التعليمي والتدريبي؟

**الغرض منها:** معرفة إذا كان المدربون يطبقون الاختبارات البدنية والمهارات الحركية بغرض التقويم ومعرفة نسبة تحقق الأهداف في الإطار العلمي والمنهجي.

**الجدول رقم 15:** يبين المعايير التي يعتمد عليها المدربون.

الإجابات الأسئلة	نعم		لا		كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة					
السؤال رقم 14	9	32.14%	19	67.85%	3.57	3.84	0.05	1	غير دالة

**الشكل رقم 14:** التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 14.



**التحليل والمناقشة:** يتضح لنا من خلال نتائج الجدول أن الإجابة بـ(لا) احتلت المرتبة الأولى بنسبة 67 % اي إن المدربون لا يطبقون الاختبارات البدنية والمهارات الحركية بغرض التقويم ومعرفة نسبة تحقق الأهداف في الإطار العلمي والمنهجي. أما الإجابة (بنعم) احتلت المرتبة الثانية والأخيرة بنسبة 32% يطبقون معايير عملية التقويم والقياس.

ومن خلال هذا الجدول فان(كا<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (3.57) أي اصغر من (كا<sup>2</sup>) المجدولة (3.84) وهذا مايدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة(0.05) ودرجة الحرية (1).

**الاستنتاج:**

نستج أن معظم المدربين لا يعتمدون على معايير علمية في عملية التقويم لقياس مدى تحقيق الاهداف المرجوة، هذا راجع لنقص الخبرة والتكوين العلمي ونقص في إعداد وتخطيط البرامج والأساليب العلمية بالطرق الحديثة.

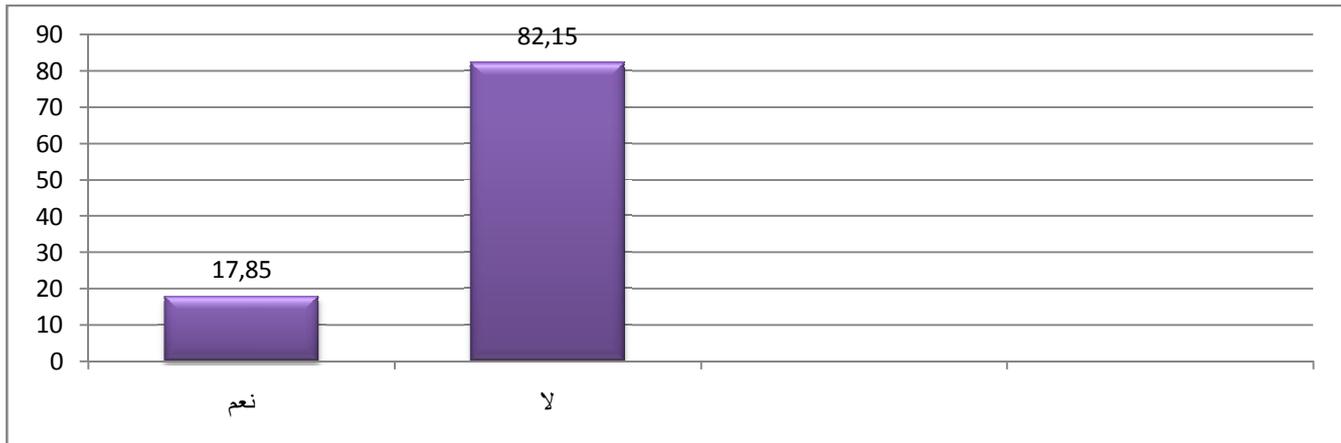
**السؤال رقم 15:** هل تأخذون غيابات وتأخرات السباحين بعين الاعتبار؟

**الغرض منها:** معرفة ما إذا كان المدربون يعطون أهمية لانضباط والحضور الدائم من اجل التقدم الجماعي في تعلم المهارات وتحقيق أهداف البرنامج.

**الجدول رقم 16:** يبين مدى اهتمام المدربين بالغيابات والحضور.

الإجابة الأسئلة	نعم		لا		الدرجة الحرية	مستوى الدلالة	ك <sup>2</sup> المجدولة	ك <sup>2</sup> المحسوبة	الدالة
	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة					
السؤال رقم 15	5	17.85%	23	82.15%	1	0.05	3.84	11.57	دالة

**الشكل رقم 15:** التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 15.



**التحليل والمناقشة:** : يتضح لنا من خلال نتائج الجدول إن الإجابة بـ (لا) احتلت المرتبة الأولى بنسبة 82.15% أي إنهم لا يولون أهمية لغيابات وتأخرات السباحين، أما في المرتبة الثانية الأخيرة الإجابة (بنعم) بنسبة 17% يأخذونها بعين الاعتبار.

ومن خلال هذا الجدول فإن (ك<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (11.57) أي أكبر من (ك<sup>2</sup>) المجدولة (3.84) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1).

**استنتاج:**

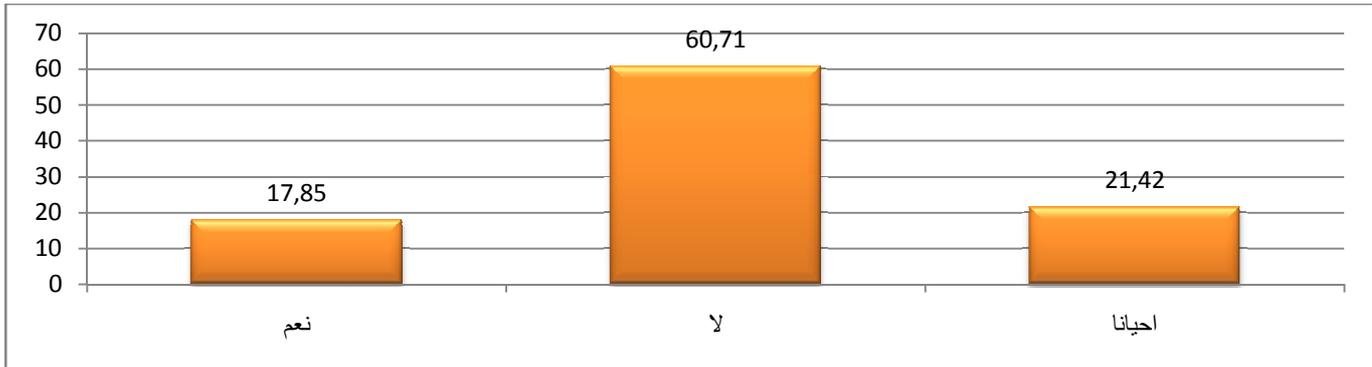
نستنتج أن أغلبية المدربين لا يشددون على المتعلمين في حالات التغيب والتأخر ولا يولون أهمية لذلك ولكن هي الأساس للتقدم في مستوى الرياضي الناشئ، وتعلم واكتساب مهارات جديدة وتحسينها من خلال المداومة المستمرة للحصص.

**السؤال رقم 16:** هل تستخدمون فحوصات طبية دورية لسباحي الفئة العمرية 9-12 سنة؟  
**الغرض منها:** معرفة ما إذا كان المدربون يعطون أهمية للجانب الصحي والاحتياطات الوقائية للسباحين.  
**الجدول رقم 17:** يبين ان كان المدربون يولون اهمية للفحوص الطبية.

الإجابة		نعم		لا		احيانا
الأسئلة		تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	نسبة
السؤال رقم 16		5	17.85%	17	60.71%	21.42%

كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
9.5	5.99	0.05	2	دالة

**الشكل رقم 16:** التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 16.



**التحليل والمناقشة:** يتضح لنا من خلال نتائج الجدول إن الإجابة بـ(لا) احتلت المرتبة الأولى بنسبة 60.71% لا يستخدمون فحوصات طبية دورية لفئة الناشئين، أما في المرتبة الثانية الإجابة بـ (احيانا) بنسبة 21.42%. أما في المرتبة الثالثة والأخيرة الإجابة بـ (نعم) بنسبة 17.85%.

ومن خلال هذا الجدول فإن (كا<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (9.5) أي أكبر من (كا<sup>2</sup>) الجدولة (5.99) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2).

**استنتاج:** نستنتج من خلال ما سبق أن هناك تقصير وعدم اهتمام أغلبية المدربين في اتخاذ الإجراءات الوقائية الصحية، وعدم إعطائهم الأهمية وإطلاعهم على الجانب الصحي للمتعلمين من خلال الفحوصات والمتابعات الطبية الدورية، وفي هذا الجانب تقول **وفيقة مصطفى سالم** "تشتمل مسؤوليات مدرب السباحة غير المباشرة على النواحي الصحية، والعلاجية، والغذائية بالنسبة للمتعلمين من حيث : إعداد ملفات خاصة بالحالة الصحية للمتعلمين مسجل بها نتائج الكشف الطبي الدوري من حيث: الأمراض الجلدية، والأنف والأذن والعينين، والجهاز التنفسي... وغيرها وهذا ما تطرقنا إليه في الفصل الثاني.

أجريت الدراسة مع السيد رئيس الرابطة الولائية للسباحة (ماليك سايج) بمقر مكتبه الكائن بحي مولود فرعون بولاية البويرة يوم (05 ماي 2015) على الساعة (10:30 صباحا).

2- السؤال الثاني التعلق بالفرضية الثانية: حسب رأيكم كيف يؤثر نقص خبرة المدربين على إعداد وتكوين الناشئين في السباحة؟

\*الإجابة: نقص الخبرة والتكوين له انعكاس سلبي يؤدي الى عدم التكوين والتدريب الجيد للناشئ لأنهم لا يعرفون الطرق الأساليب المثلي في عملية التكوين والتدريب نتيجة محدودية معارفهم وخبرتهم.

الاستنتاج: من خلال إجابة الرئيس يتبين لنا إن أغلبية المدربين لهم نقص من الناحية العملية والتكوين العلمي والمعرفي وعدم توفر الخبرة اللازمة من أجل التكوين والتدريب الجيد لتنمية وتطوير قدرات هذه الفئة العمرية من أجل الوصول إلى المستوى العالي، وتأتي هذه النتيجة مطابقة لتوقعات الباحث وبهذا نستطيع أن نحكم بان الفرضية الثانية قد تحققت من خلال إجابة رئيس الرابطة الولائية للسباحة.

#### - خلاصة المحور الثاني:

من خلال ما قدمناه في هذا الجزء التطبيقي من طرح أسئلة الاستبيان الخاص بالمدربين، والمقابلة مع رئيس الرابطة الولائية للسباح وكذا عرض لنتائجها وتحليلها، استوحينا من خلاله النتائج التالية:  
أن نقص الخبرة والتكوين العلمي لمدربي السباحة له انعكاس سلبي على تكوين وإعداد السباحين الناشئين (09-12) سنة، فمن خلال النتائج المتحصل عليها من الجداول السابقة المتعلقة بالمحور الثاني والمؤكددة بطريقة إحصائية علمية، فإنها جاءت مؤكدة لصحة فرضية الباحث حيث أن المدربون لهم نقص في الخبرة والتكوين العلمي لمدربي السباحة مما يؤدي ضعف في تكوين وإعداد السباحين الناشئين ، ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية وعليه نستنتج أن الفرضية الثانية قد تحققت من خلال النتائج المحصل عليها.

4-1-3- المحور الثالث: كفاءات المدربين في إعداد وتخطيط البرامج التعليمية والتدريبية.

السؤال رقم (17): في عملية التدريب الرياضي لهذه المرحلة هل تركزون بالدرجة الأولى على تطوير؟  
الغرض منها: معرفة العنصر الأساسي الذي تهتمون به وتركزون على تنميته لسباحي هذه الفئة العمرية.  
الجدول رقم 18: يبين العنصر الأساسي المهتم به.

الجانب البدني		الجانب الفني والمهاري		الجانب النفسي		الجانب الخططي		الإجابة الأسئلة
تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	
12	42.85%	8	28.57%	8	28.57%	00	00%	السؤال رقم 17

ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
10.85	7.81	0.05	3	دالة

الشكل رقم 17: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 17.



**التحليل والناقشة:** يتضح لنا من خلال نتائج الجدول إن الإجابة بـ (الجانب البدني) احتلت المرتبة الأولى بنسبة 42.85 % ، أما الإجابة بـ (الجانب الفني والمهاري و الجانب النفسي) فاحتلتا المرتبة الثانية بنسبة 28.57%. أما في المرتبة الثالثة والأخيرة الإجابة بـ (الخططي) بنسبة 00%.

ومن خلال هذا الجدول فإن (ك<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (10.85) أي أكبر من (ك<sup>2</sup>) الجدولة (7.81) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (3).

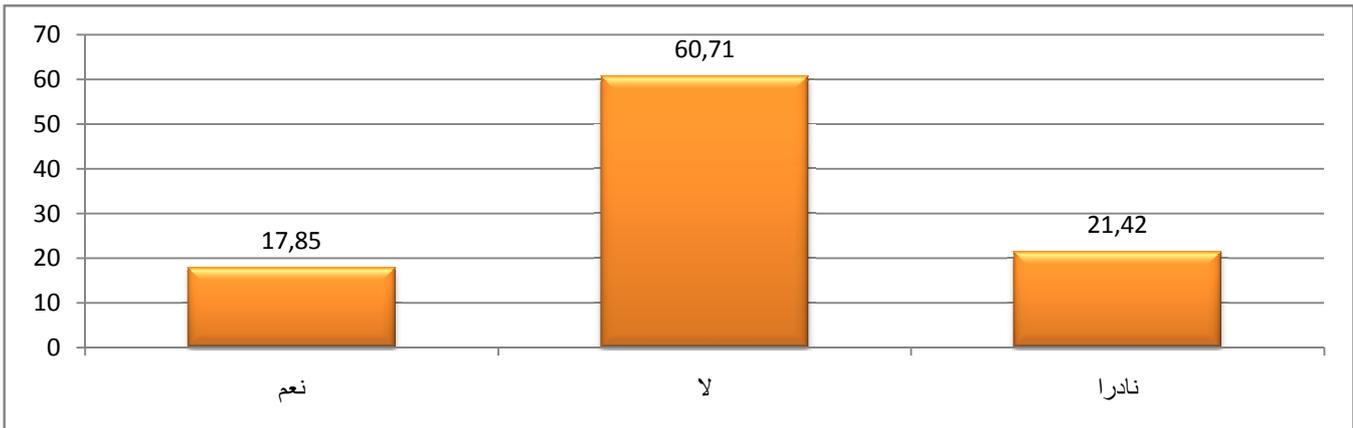
**استنتاج:** نستنتج مما سبق من خلال النتائج المحصل عليها اتضح أن هناك اختلاف واضح في إجابات المدربين فان معظم المدربين تتقصم الثقافة العلمية ونقص في المستوى التعليمي التخصصي مما جعلهم لا يدركون ما هو الجانب الذي يهتمون به وعليهم تطويره أكثر من الجوانب الأخرى من خلال عملية التدريب لدى الناشئين ومما جعلهم يختلفون في الإجابات، حيث ركزوا على الجانب البدني وهذا لا يتماشى أساسا مع قدرات السباح الناشئ، بحيث يرى أسامة احمد راتب، وعلي احمد زكي، إن أهم ما يجب الاهتمام به للسباحين الناشئين هو تنمية الأداء الفني و المهاري، كما يجب مراعاة عدم التخصص عند بداية تدريبهم، هذا يدل على نقص تكوينهم العلمي وكفاءتهم المهنية في تدريب هذه الفئة.

**السؤال رقم 18:** هل ترمجون الألعاب الترويحية أثناء الحصص التعليمية للفئة العمرية (09-12) سنة؟  
**الغرض منها:** معرفة إذا كان مدرب الفئة العمرية يعطي أهمية للجانب الترويحي والراحة النفسية من خلال الألعاب الترويحية الجماعية أو الفردية.  
**الجدول رقم 19:** مدى برمجة الألعاب المائية الترويحية.

الإجابة		لا		نعم		السؤال رقم 18
الأستئلة						
تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	
5	17.85%	17	60.71%	6	21.42%	

كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
9.5	5.99	0.05	2	دالة

**الشكل رقم 18:** التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 18.



**التحليل والمناقشة:** يتضح لنا من خلال نتائج الجدول إن الإجابة بـ (لا) احتلت المرتبة الأولى بنسبة 60.71% لا يبرمجون الألعاب المائية الترويحية أثناء الحصص التعليمية ، أما في المرتبة الثانية الإجابة بـ (نادرا) بنسبة 21.42%. أما في المرتبة الثالثة والأخيرة الإجابة بـ (نعم) بنسبة 17.85% يبرمجونها في الحصص. ومن خلال هذا الجدول فإن (كا<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (9.5) أي أكبر من (كا<sup>2</sup>) المجدولة (5.99) وهذا مايدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2).

**استنتاج:**

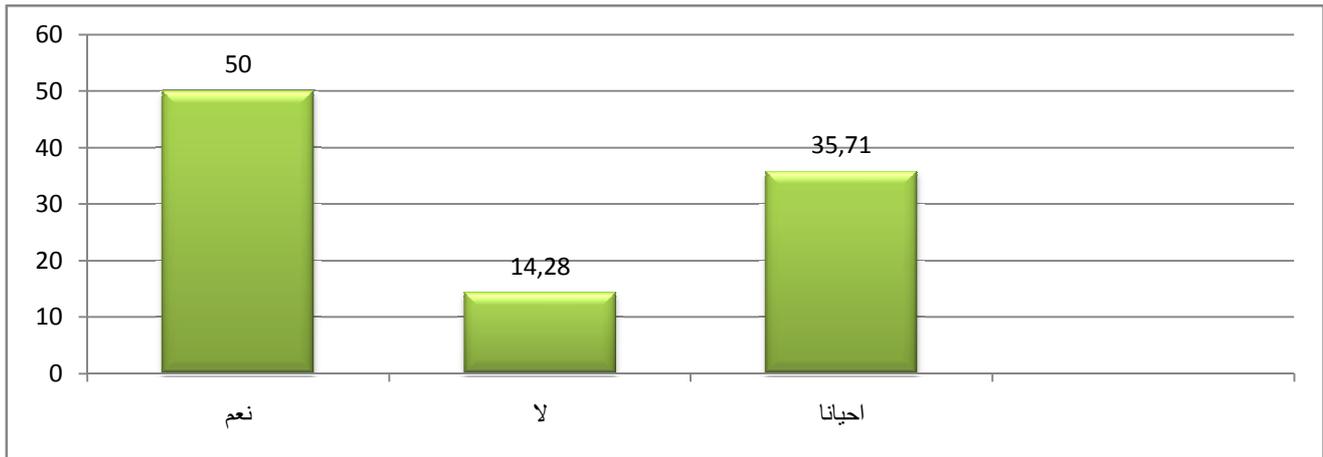
نستنتج إن أغلبية مدربي هذه الفئة العمرية لديهم نقص من الجانب العلمي والمعرف، بحيث إنهم لا يعطون للجانب الترويحي من حيث الإعداد والتكوين، فهو أساسي لسباحي هذه الفئة من اجل الاستمرارية والتمتع برياضة السباحة عدم الملل من التدريب، حيث يؤكد المختصون في هذا المجال انه يجب أن يتم تخصيص بعض الجرعات في الأسبوع لتحقيق الاستمتاع .

**السؤال رقم 19:** هل تخصص جزء من وقت الحصة لتمارين المرونة لهذه الفئة؟  
**الغرض منها:** لمعرفة إذا ما كان المدرب يخصص جزء من وقت الحصة لتمارين المرونة لهذه الفئة لتسهيل التعلم وتحسين أداء المهارة الحركية.  
**الجدول رقم 20:** مدى تخصيص الوقت لتمارين المرونة.

أحيانا		لا		نعم		الإجابة
						الأسئلة
نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	السؤال رقم 19
%35.71	10	14.28%	4	%50	14	

الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> الجدولة	كا <sup>2</sup> المحسوبة
غير دالة	2	0.05	5.99	5.43

**الشكل رقم 19:** التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 19.



**التحليل والناقشة:** يتضح لنا من خلال نتائج الجدول إن الإجابة بـ (بنعم) احتلت المرتبة الأولى بنسبة 50% أي إنهم يخصصون وقت من الحصة لتمارين المرونة، أما في المرتبة الثانية الإجابة بـ (أحيانا) بنسبة 35.71%. أما في المرتبة الثالثة والأخيرة الإجابة بـ (لا) بنسبة 14.28% لا يبرمجونها في الحصة.  
 ومن خلال هذا الجدول فإن (كا<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (5.43) أي اصغر من (كا<sup>2</sup>) الجدولة (5.99) وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2).  
**استنتاج:**

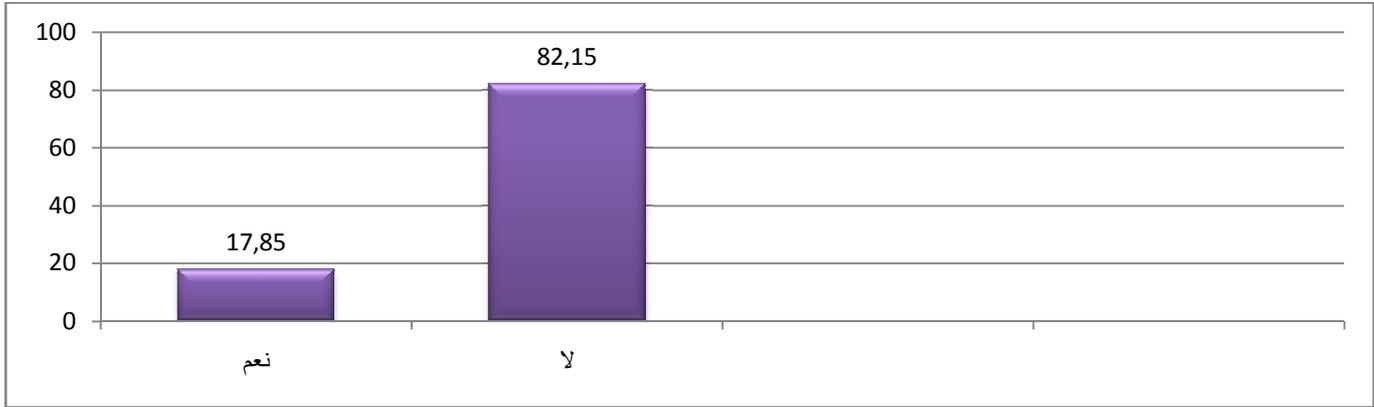
نستنتج مما سبق أن المدربون يهتمون بتتمية عنصر المرونة لسباحي هذه الفئة العمرية، ويدل ذلك على أنهم على علم بأهمية تمارين المرونة في أداء المهارات وتعلمها دون التعرض لإصابات غير متوقعة.

**السؤال رقم 20:** عند إعدادك للبرنامج التعليمي والتدريبي للفئة العمرية (09-12) سنة هل تأخذ بعين الاعتبار الخصائص والمتطلبات وحاجيات هذه المرحلة؟  
**الغرض منها:** معرفة إن كانت البرامج التعليمية والتدريبية المعتمدة من طرف المدربين تراعي ومتطلبات لهذه المرحلة.

**الجدول رقم 21:** يبين إذ كان يؤخذون بعين الاعتبار خصائص وحاجيات هذه المرحلة.

الإجابة	نعم		لا		الأسئلة
	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	
السؤال رقم 20	5	17.85%	23	82.15%	الدرجة الحرة 1
					المجدولة 3.84
					المحسوبة 11.57
					الدلالة دالة

**الشكل رقم 20:** التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 20.



**التحليل والمناقشة:** يتضح لنا من خلال نتائج الجدول إن الإجابة بـ(لا) احتلت المرتبة الأولى بنسبة 82.15% أي إنهم لا يأخذون بعين الاعتبار الخصائص ومتطلبات وحاجيات هذه الفئة عند إعداد وتخطيط البرامج التعليمية والتدريبية، أما في المرتبة الثانية الأخيرة الإجابة (بنعم) بنسبة 17% يأخذونها بعين الاعتبار. ومن خلال هذا الجدول فإن (كا<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (11.57) أي أكبر من (كا<sup>2</sup>) المجدولة (3.84) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1).  
**استنتاج:** نستنتج مما سبق ذكره بان معظم المدربين لا يأخذون بعين الاعتبار الخصائص ومتطلبات وحاجيات هذه الفئة عند إعداد وتخطيط البرامج التعليمية والتدريبية ، وهذا يدل على نقص كفاءتهم العلمية وخبرتهم المهنية في تعليم السباحة.

**السؤال رقم 21:** ماهية الأهداف المسطرة ضمن البرنامج التعليمي و التدريبي السنوي للفئة العمرية (09-12) سنة؟

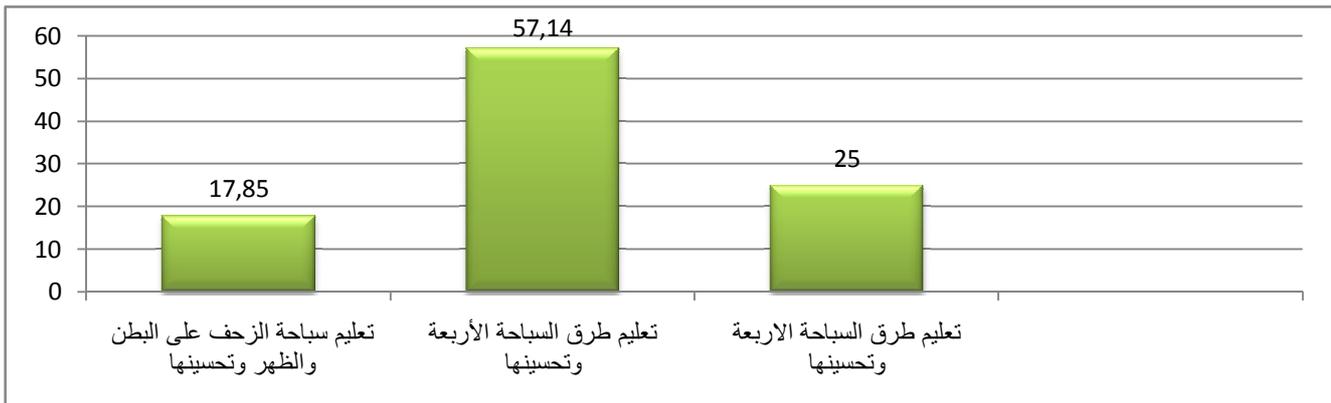
**الغرض منها:** معرفة الأهداف الأساسية التي يريد المدرب تحقيقها مع سباحي هذه الفئة.

**الجدول رقم 22:** يبين الأهداف المسطرة في عملية التعليم والتدريب.

الإجابة الأسئلة		تعليم طرق السباحة الأربعة وتحسينها		تعليم سباحة الزحف على البطن والظهر وتحسينها		تعليم طرق السباحة الأربعة والزيادة في المسافة	
		تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة
العبارة رقم 21		16	57.14%	5	17.85%	7	25%

كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
7.35	5.99	0.05	2	دالة

**الشكل رقم 20:** التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 20.



**التحليل والمناقشة:** يتضح لنا من خلال نتائج الجدول إن الإجابة بـ (تعليم طرق السباحة الأربعة وتحسينها) احتلت المرتبة الأولى بنسبة 57.14% ، أما في المرتبة الثانية الإجابة بـ (تعليم طرق السباحة الأربعة والزيادة في المسافة ) بنسبة 25%. أما في المرتبة الثالثة والأخيرة الإجابة بـ (تعليم سباحة الزحف على البطن والظهر وتحسينها) بنسبة 17.85% .

ومن خلال هذا الجدول فإن (كا<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (7.35) أكبر من (كا<sup>2</sup>) الجدولة (5.99) وهذا مايدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2).

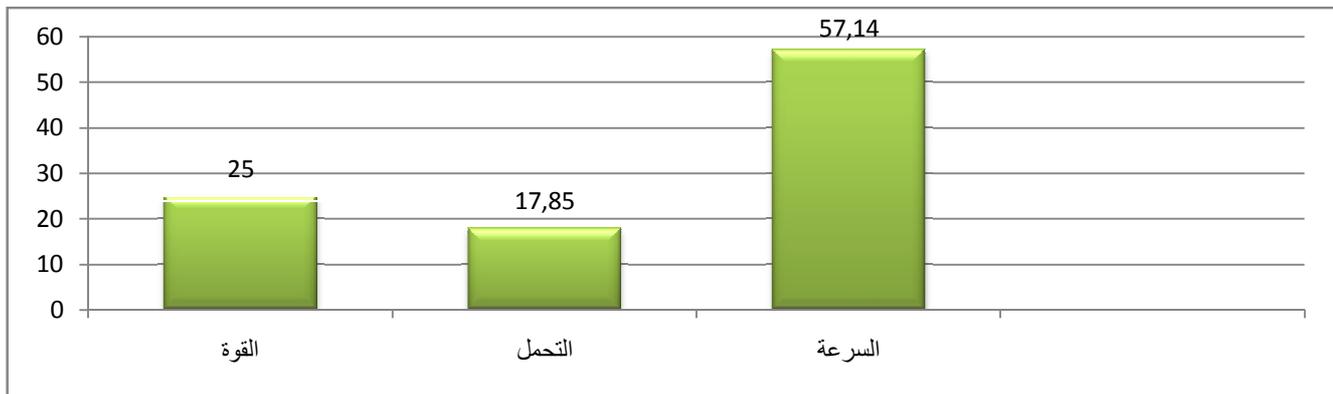
**استنتاج:** نستنتج أن لكل مدرب هدف خاص مسطر ضمن البرنامج التعليمي والتدريبي لهذه الفئة، لكن أغليبيتها لا تتماشى مع متطلبات وخصائص هذه الفئة ، وهذا مايدل على أن التأهيل المهني والعلمي للمدربين لا يسمح بتطوير الأداء والقدرات للسباحين.

**السؤال رقم 22:** في رأيك محتويات البرنامج التدريبي والتعليمي لهذه الفئة العمرية تعمل على تنمية عنصر؟  
**الغرض منها:** معرفة ماهو العنصر الأساسي من عناصر اللياقة البدنية التي يعمل المدرب على تنميتها.  
**الجدول رقم 23:** يبين العناصر التي يركز عليها في عملية التدريب.

السرعة		التحمل		القوة		الأجوبة الاستئلة
نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	السؤال رقم 22
57.14%	16	17.85%	5	25%	7	

الدالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المجدولة	كا <sup>2</sup> المحسوبة
دالة	2	0.05	5.99	7.35

**الشكل رقم 22:** التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 22.



**التحليل والمناقشة:** يتضح لنا من خلال نتائج الجدول إن الإجابة بـ (السرعة) احتلت المرتبة الأولى بنسبة 57.14% ، أما في المرتبة الثانية الإجابة بـ (القوة) بنسبة 25%. أما في المرتبة الثالثة والأخيرة الإجابة بـ (التحمل) بنسبة 17.85% .

ومن خلال هذا الجدول فان (كا<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (7.35) أكبر من (كا<sup>2</sup>) المجدولة (5.99) وهذا مايدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2).

**استنتاج:**

نستنتج مما سبق إن مدربي سباحي الناشئين يركزون على تنمية عنصر القوة والسرعة لسباحي هذه الفئة العمرية من خلال محتويات البرنامج ونوع التدريبات المطبقة وهذا لا يتماشى مع قدرات الناشئ ، حيث انه يؤثر على الأجهزة الوظيفية والفسولوجية بحيث يرى أسامة راتب وعلي احمد زكي إن أهم مايجب الاهتمام به هو تنمية التحمل و الأداء الفني. وكل هذا ناتج عن نقص الكفاءة المهنية والمعرفية للمدربين.

(أسامة، 2000، صفحة 179)

**السؤال رقم 23:** في رأيك ماهو الحجم الساعي اللازم والمناسب تخصيصه للحصة التدريبية للفئة العمرية (12-09) سنة؟

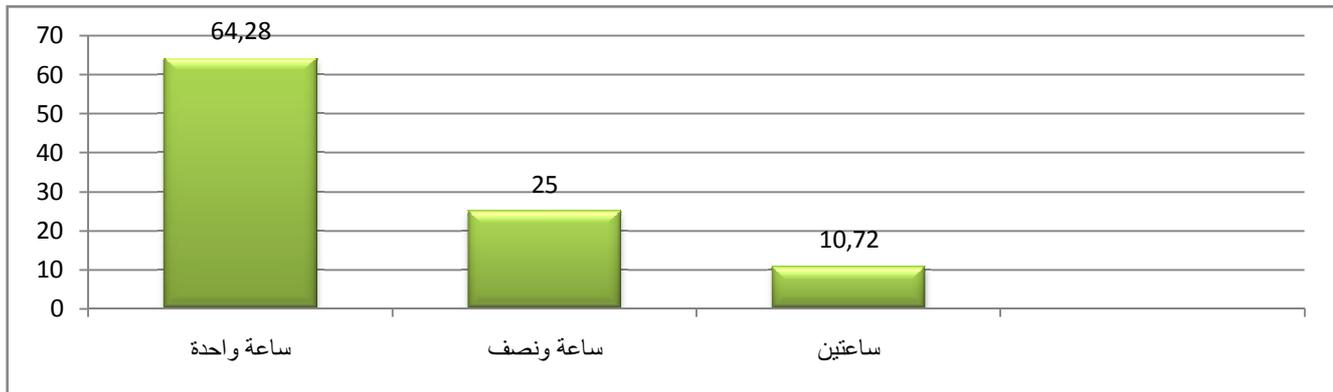
**الغرض منها:** معرفة ما إذا كان المدرب له دراية علمية بالحجم الساعي المناسب للحصة التدريبية لسباحي هذه الفئة العمرية.

**الجدول رقم 24:** يبين الحجم الساعي اللازم والمناسب للحصة التدريبية.

ساعتين		ساعة ونصف		ساعة واحدة		الأجوبة الأسئلة
نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	السؤال رقم 23
10.72%	3	25%	7	64.28%	18	

الدالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> الجدولة	كا <sup>2</sup> المحسوبة
دالة	2	0.05	5.99	12.93

**الشكل رقم 23:** التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 22.



**التحليل والمناقشة:** يتضح لنا من خلال نتائج الجدول إن الإجابة بـ (ساعة واحدة) احتلت المرتبة الأولى بنسبة 64% ، أما في المرتبة الثانية الإجابة بـ (ساعة ونصف) بنسبة 25%. أما في المرتبة الثالثة والأخيرة الإجابة بـ (ساعتين) بنسبة 10.71% .

ومن خلال هذا الجدول فان (كا<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (12.93) أكبر من (كا<sup>2</sup>) الجدولة (5.99) وهذا مايدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2).

**استنتاج:**

نستنتج مما سبق أن أغلبية المدربين لا يخصصون الوقت الكافي من خلال الحصص، حيث أنهم ليسوا على دراية ومعرفة علمية بالحجم الساعي المناسب للحصة التدريبية لسباحي هذه الفئة الذي يحقق الأغراض التعليمية والتكيف الفسيولوجي لأعضاء الجسم، لتحسن مستوى السباح.

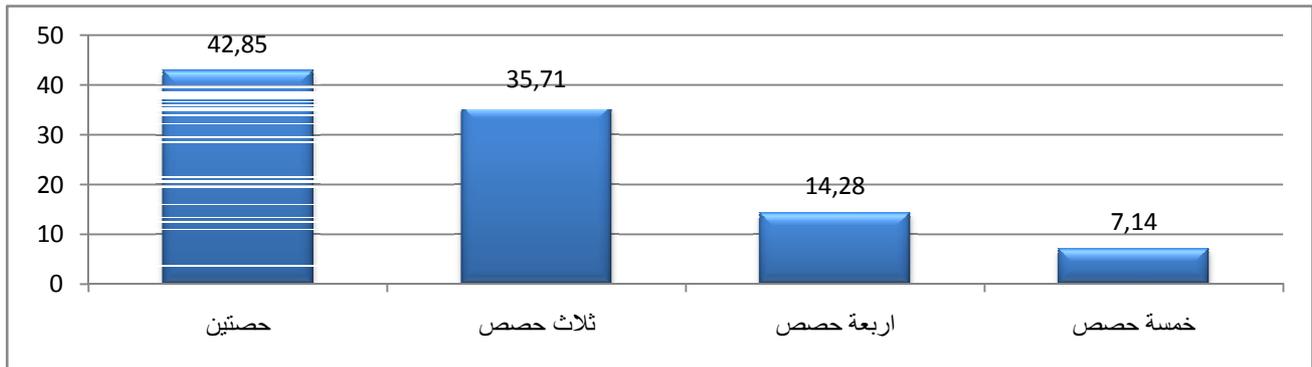
السؤال رقم (24): في رأيكم ماهو عدد الجرعات التدريبية في الأسبوع اللازمة والمناسبة لسباحي هذه الفئة العمرية؟

الغرض منها: معرفة ما إذا كان المدرب له دراية علمية بعدد الحصص اللازمة في الأسبوع لسباحي هذه الفئة. الجدول رقم 25: يبين عدد الجرعات التدريبية اللازمة.

الإجابة		حصتين		ثلاث حصص		أربعة حصص		خمس حصص	
الأسئلة		تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة
العبارة رقم 24		12	%42.85	10	%35.71	4	%14.28	2	%7.14

الدالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> الجدولة	كا <sup>2</sup> المحسوبة
دالة	3	0.05	7.81	9.71

الشكل رقم 24: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 24.



التحليل والمناقشة: يتضح لنا من خلال نتائج الجدول إن الإجابة بـ (حصتين) احتلت المرتبة الأولى بنسبة 42 % أما الإجابة بـ (ثلاث حصص) فاحتلت المرتبة الثانية بنسبة 35.71%. أما في المرتبة الثالثة الإجابة بـ (أربعة حصص) بنسبة 14%. أما الإجابة بـ (خمسة حصص) احتلت المرتبة الأخيرة بنسبة 7% . ومن خلال هذا الجدول فإن (كا<sup>2</sup>) المحسوبة تساوي (9.71) أي أكبر من (كا<sup>2</sup>) الجدولة (7.81) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (3).

#### استنتاج:

نستنتج مما سبق من خلال النتائج المحصل عليها اتضح أن هناك اختلاف واضح في إجابات المدربين فان معظم المدربين تنقصهم الثقافة العلمية ونقص في المستوى التعليمي التخصصي مما جعلهم لا يدركون ما ماهو عدد الجرعات والحصص المناسبة واللازمة التي يجب أن يحتويها برنامج التدريب لسباحي هذه الفئة هذا يدل على نقص تكوينهم العلمي وكفاءتهم المهنية في تدريب هذه الفئة.

أجريت الدراسة مع السيد رئيس الرابطة الولائية للسباحة(ماليك سايج) بمقر مكتبه الكائن بحي مولود فرعون بولاية البويرة يوم (05 ماي 2015) على الساعة (10:30 صباحا).

3- السؤال الثالث المتعلق بالفرضية الثالثة: ما مدى توفر الكفاءة المهنية والعلمية للمدربين حسب رأيكم وهل تساهم في إنجاز جودة عملية التكوين للناشئ من خلال إتباع البرامج العلمية الحديثة؟

\*الإجابة: يوجد من تتوفر لهم كفاءة لكن واحد أو اثنا ولكن غالبيتهم لا يعرفون ماذا يعملون لأنهم لا يطبقون برامج علمية حديثة تتماشى مع خصائص وحاجيات هذه المرحلة العمرية.

الاستنتاج: يتبين لنا من خلال إجابة الرئيس أن البرامج المطبقة من طرف المدربين لا تتماشى مع البرامج التعليمية والتدريبية الحديثة في السباحة لهذه الفئة وهذا راجع لنقص كفاءتهم المهنية والمعرفية، وتأتي هذه النتيجة مطابقة لتوقعات الباحث وبهذا نستطيع أن نحكم بان الفرضية الثالثة قد تحققت من خلال اجابة رئيس الرابطة الولائية للسباحة.

#### - خلاصة المحو الثالث:

من خلال ما قدمناه في هذا الجزء التطبيقي من طرح أسئلة الاستبيان الخاص بالمدربين، والمقابلة مع رئيس الرابطة الولائية للسباح وكذا عرض لنتائجها وتحليلها، استوحينا من خلاله النتائج التالية: اعتقاد أن الكفاءة المهنية والعلمية لمدرّب السباحة تساهم في جودة عملية التكوين والإعداد للفئات الناشئة وذلك من خلال إتباع أسس وأساليب علمية حديثة ، بحيث نرى أن البرامج المطبقة من طرف المدربين لا تتماشى مع البرامج التعليمية والتدريبية الحديثة في السباحة لهذه الفئة وهذا راجع لنقص كفاءتهم المهنية والمعرفية ، وقد جاءت النتائج مطابقة لتوقعات الباحث ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية ومنه نستنتج أن الفرضية الثالثة قد تحققت.

4-2- مناقشة ومقارنة النتائج بالفرضيات:

- الفرضية الأولى:

تفسير نتائج المحور الأول الخاص بالفرضية الأولى من خلال إجابات المدربين على عبارات المحور الأول. جدول رقم 26: الدلالة الإحصائية لعبارات المحور الأول الخاص بإجابات المدربين. نتائج المحور الأول الخاص بإجابات المدربين.

الأسئلة	كا <sup>2</sup>	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
السؤال رقم 02	32.85	7.81	دالة	
السؤال رقم 03	8	7.81	دالة	
السؤال رقم 04	5.14	3.84	دالة	
السؤال رقم 05	21.72	5.99	دالة	
السؤال رقم 06	7	3.84	دالة	
السؤال رقم 07	3.57	3.84	غير دالة	
السؤال رقم 08	9.14	3.84	دالة	
سؤال المقابلة رقم 01				يخدم الفرضية

تنطلق الفرضية الجزئية من اعتقاد مفاده المدربون القائمون على تكوين وإعداد الناشئين لا تتوفر لديهم الخبرة والكفاءة والمؤهلات العلمية الكافية واللازمة فانطلاقاً من مختلف هذه القراءات واستناداً إلى النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 26 والمؤكد بطرق إحصائية علمية، فإنها تفيد أن تراجع مستوى التكوين لهذه الفئة العمرية يعود بالدرجة الأولى إلى نقص كفاءة المدربين المهنية، ونوعية ودرجة تأهيلهم العلمية لا تتماشى ولا تتناسب مع متطلبات تدريب سباحي هذه الفئة العمرية، حيث تأتي هذه النتيجة مطابقة لتوقعات الباحث وبهذا نستطيع أن نحكم بان الفرضية الأولى قد تحققت من خلال نتائج المحصل عليها.

- الفرضية الثانية:

تفسير نتائج المحور الثاني الخاص بالفرضية الثانية من خلال إجابات المدربين على عبارات المحور الثاني. جدول رقم 27: الدلالة الإحصائية لعبارات المحور الثاني الخاص بإجابات المدربين. نتائج المحور الأول الخاص بإجابات المدربين.

الأستلة	كا <sup>2</sup>	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
السؤال رقم 09	16.85	7.81	دالة	
السؤال رقم 10	28	3.84	دالة	
السؤال رقم 11	5.14	3.84	دالة	
السؤال رقم 12	15.14	7.81	دالة	
السؤال رقم 13	7.35	5.99	دالة	
السؤال رقم 14	3.57	3.84	غير دالة	
السؤال رقم 15	11.57	3.84	دالة	
السؤال رقم 16	9.5	5.99	دالة	
سؤال المقابلة لرقم 02				يخدم الفرضية

تتطلق الفرضية الثانية على أساس اعتقاد مفاده أن نقص الخبرة والتكوين العلمي لمدربي السباحة له انعكاس سلبي على تكوين وإعداد السباحين الناشئين (09-12) سنة، فمن خلال النتائج المتحصل عليها من الجداول السابقة المتعلقة بالمحور الثاني والمؤكدة بطريقة إحصائية علمية، والمبينة في الجدول رقم 27، فإنها جاءت مؤكدة لصحة فرضية الباحث حيث أن المدربون لهم نقص في الخبرة والتكوين العلمي لمدربي السباحة مما يؤدي ضعف في تكوين وإعداد السباحين الناشئين، ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية وعليه نستنتج أن الفرضية الثانية قد تحققت من خلال النتائج المحصل عليها.

- الفرضية الثالثة:

تفسير نتائج المحور الثالث الخاص بالفرضية الثالثة من خلال إجابات المدربين على عبارات المحور الثالث. جدول رقم 28: الدلالة الإحصائية لعبارات المحور الثالث الخاص بإجابات المدربين. نتائج المحور الثالث الخاص بإجابات المدربين.

الدلالة الإحصائية	كا <sup>2</sup> الجدولة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	الأسئلة كا <sup>2</sup>
دالة	7.81	10.85	السؤال رقم 17
دالة	5.99	9.5	السؤال رقم 18
غير دالة	5.99	5.43	السؤال رقم 19
دالة	3.84	11.57	السؤال رقم 20
دالة	5.99	7.35	السؤال رقم 21
دالة	5.99	7.35	السؤال رقم 22
دالة	5.99	12.93	السؤال رقم 23
دالة	7.81	9.71	السؤال رقم 24
يخدم الفرضية			سؤال المقابلة رقم 03

بنيت الفرضية الجزئية الثالثة على اعتقاد إن الكفاءة المهنية والعلمية لمدرّب السباحة تساهم في جودة عملية التكوين والإعداد للفئات الناشئة وذلك من خلال إتباع أسس وأساليب علمية حديثة، بحيث نرى أن البرامج المطبقة من طرف المدربين لا تتماشى مع البرامج التعليمية والتدريبية الحديثة في السباحة لهذه الفئة وهذا راجع لنقص كفاءتهم المهنية والمعرفية، وقد جاءت النتائج مطابقة لتوقعات الباحث ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية ومنه نستنتج أن الفرضية الثالثة قد تحققت.

4-3- مقارنة النتائج بالفرضيات:

الجدول رقم 29: مقارنة النتائج بالفرضية العامة.

النتيجة	صياغتها	الفرضية
تحققت	المدربون القائمون على انتقاء الناشئين لا تتوفر لديهم الخبرة والكفاءة والمؤهلات العلمية الكافية واللازمة	الفرضية الجزئية الأولى
تحققت	نقص الخبرة والتكوين العلمي لمدربي السباحة له انعكاس سلبي على تكوين وإعداد السباحين الناشئين (09-12) سنة	الفرضية الجزئية الثانية
تحققت	الكفاءة المهنية والعلمية لمدرّب السباحة تساهم في جودة عملية التكوين والإعداد للفئات الناشئة وذلك من خلال إتباع أسس وأساليب علمية حديثة.	الفرضية الجزئية الثالثة
تحققت بتحقق الفرضيات الجزئية الثلاثة	الكفاءة العلمية والمهنية لمدربي السباحة لها دور في جودة عملية تكوين وإعداد الناشئين الموهوبين (09-12) سنة.	الفرضية العامة

من خلال الجدول رقم 28 يبين إن الفرضيات الثلاثة التي اقترحها الباحث كحلول لمشكلة البحث قد تحققت، وهذا ما أثبتته النتائج المتحصل عليها من خلال الاستبيان الموجه لمدربي السباحة للناشئين والمبينة في الجداول رقم 26-27-28، ومنه نستنتج أن الفرضية العامة للبحث قد تحققت، والتي مفادها إن الكفاءة العلمية والمهنية لمدربي السباحة تساهم في نجاح جودة عملية التكوين الجيد للناشئين.

## - استنتاج عام:

على ضوء ما توصلت إليه نتائج هذه الدراسة، ومن خلال الفرضيات المطروحة نستنتج أن نجاح جودة عملية تكوين السباحين الناشئين (09-12) تعود أساسا وبالدرجة الأولى على كفاءة المدرب العلمية والمهنية، والعناية والأهمية التي يجب أن يوليها مسيري ومسؤولي الأندية الرياضية لسباحي هذه الفئة العمرية من خلال توفير الدعم والإمكانيات المادية، والاختيار الجيد للمدربين الذين تتوفر فيهم الشروط العلمية والمهنية اللازمة ومستوى تأهيلهم العلمي والمهني في ميدان تكوين وتدريب السباحة للفئات الناشئة.

فمن خلال ما توصلنا إليه من خلال نتائج هذه الدراسة، أن أغلبية المدربين لا تتوفر فيهم الكفاءة العلمية والمهنية اللازمة وهذا من خلال المؤهلات العلمية والخبرة المكتسبة في الميدان التخصصي ونقص تكوينهم وتأهيلهم المهني في تكوين السباحة للفئات الصغرى فهم لا يعلمون ماهي الجوانب التي يولونها أهميه خلال عملية التكوين وحتى أنهم لا يستعملون القياسات والاختبارات خلال عملية التكوين ضف وحسب إجاباتهم إن أغلبيتهم ليس لديهم دراية بخصائص ومميزات النمو لهذه الفئة العمرية ومتطلباتها التعليمية والتربوية والممارسة الرياضية من اجل التكوين الجيد وتطوير وتنمية النواحي المعرفية والبدنية والفنية والنفسية... وغيرها وليست لهم دراية بالأسس العلمية ومعايير التكوين للسباحين الناشئين هذا ما يدل على نقص في مستوى تدريب سباحي هذه الفئة العمرية، فنقص الخبرة والتكوين العلمي والمهني لمدربي السباحة له انعكاس سلبي على تكوين السباحين الناشئين ومما نستنتج بان معرفة المدرب لخصائص المرحلة العمرية يساهم في جودة عملية التكوين الجيد للسباحين الناشئين وهذا ما أثبتته نتائج المحور الأول والثاني من الاستبيان.

ونستنتج من خلال المحور الثالث إن الكفاءة المهنية والعلمية لمدرّب السباحة تساهم في التكوين الجيد للفئات الناشئة وذلك من خلال إتباع الأسس والأساليب العلمية الحديثة التي تتماشى مع متطلبات النمو وخصائص سباحي هذه الفئة.

## - الخاتمة:

لقد حاولنا جاهدين من خلال بحثنا هذا إن نبين أهمية كفاءة المدرب العلمية والمهنية ودورها في جودة تكوين الناشئين في السباحة، فعملية تكوين والعداد الجيد للناشئين يؤدي الوصول بهم إلى المستويات العالية والتطوير الشامل والمتزن لقدراتهم وخصائصهم يتطلب من المدرب أن يكون ملما بالأسس النظرية والعلمية المختلفة في التكوين والإعداد وضرورة إلمامه بالخصائص المميزة لتدريب السباحين الناشئين كما يجب أن يلم بالمعارف والمعلومات الأساسية في الفروع والميادين العلمية التي ترتبط بعملية التكوين الرياضي وعدم الاكتفاء بما وصل إليه من درجة التأهيل العلمي والمهني بل الزيادة على الإطلاع الدائم على كل ما يستجد من المعارف والمعلومات الحديثة، ومسايرة التطور والتقدم العلمي في المجال الانتقاء الرياضي، ومن هنا تطرح فكرة إدراك أهمية كفاءة المدرب العلمية والمهنية في نجاح جودة عملية تكوين السباحين الناشئين في السباحة.

من خلال جمع المعطيات النظرية والتطبيقية المرتبطة بالبحث، وانطلاقاً من مشكلة مطروحة معاشة ميدانياً وبعد عرض النتائج وتحليلها بخصوص الكفاءة العلمية والمهنية لمدربي السباحة ودورها في انتقاء الناشئين (09-12) سنة، فهذه النتائج تبدو منطقية إلى حد كبير فكأن الهدف الذي يرمي إليه الباحث هو الكشف عن دور كفاءة المدرب في تكوين الناشئين في السباحة عن طريق المعايير والأسس العلمية الحديثة في ميدان السباحة، والتي من خلالها يمكن اختيار أفضل العناصر من الناشئين التي تتميز بالاستعدادات والقدرات التي تتلاءم مع متطلبات نوع النشاط الممارس والتي يمكن من خلالها تطوير وتنمية قدرات السباح الناشئ التي تراعي خصائص ومتطلبات نموه، من أجل الوصول به إلى أعلى المستويات وهذا كله يتحدد بكفاءة وقدرات المدرب في مجال تخصصه.

- اقتراحات وفروض مستقبلية:

- أن خير اثر يتركه الباحث إثر إجرائه لموضوع بحثه، هو ترك المجال مفتوح واقتراح بعض النقاط التي تسهم في خدمة البحث العلمي وتدعمه، وهذا ما سنقوم به ألآن أي تقديم بعض الاقتراحات وفرضيات مستقبلية تضيفي 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 التالية:
- ضرورة رفع من القدرات المعرفية للمدربين في مجال التكوين السباحين الناشئين بأسلوب علمي وهذا عن طريق المشاركة في الملتقيات العلمية والمحاضرات والأيام الدراسية تحت إشراف خبراء وإطارات مختصة.
  - اختيار مدربين يتميزون بالكفاءة العالية والخبرة الواسعة في مجال التخصص.
  - برمجة مخطط خاص بعملية التكوين من حيث الخطوات المنهجية وطرق استعمال القياسات والاختبارات وذلك من اجل التحكم في هذه العملية من حيث الزمن والكيفية من طرف المسؤولين عن هذه الرياضة.
  - ضرورة رسكلة وتجديد معارف المدربين وتزويدهم بالاختبارات والقياسات الحديثة وإلمامهم بمختلف العلوم المتصلة بالرياضة لمعرفة خصائص ومتطلبات النمو للناشئين والتي لا يعرفها مختلف المدربين.
  - رفع من مستوى الكفاءة العلمية والمهنية لمدربي السباحة.
  - اقتراح تنسيق بين معاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ووزارة الشباب والرياضة ووزارة التربية للرفع من مستوى المدربين العلمية والمهنية لضمان تكوين وتدريب أفضل العناصر الشابة خاصة من الوسط المدرسي الذي يعتبر خزان حقيقي للمنتخبات.
  - الاهتمام بالفئات الصغرى (09-12) سنة حيث تعتبر هذه المرحلة أحسن مرحلة في عملية تكوين الناشئين.
  - التنسيق بين كل من رؤساء الفرق والرابطات والفدراليات من اجل الوقوف على عمل المدربين ومتابعتهم والسهر عليهم من اجل تطبيق برنامج منهجي وعلمي موحد خلال عملية تكوين الناشئين وبالتالي ضمان انتقاء أحسن العناصر الشبابية.
  - ضرورة احتكاك المدربين بالخبراء وأخصائيين سواء كانوا محليين أو دوليين من اجل رفع المستوى التأهيلي والتعليمي واكتساب الخبرة اللازمة.
  - إجراء الفحوصات الطبية اللازمة قبل وبعد عملية التكوين والتدريب والمتابعة الطبية الدورية للسباحين.
  - وضع مدة زمنية كافية للمدرب كي يستطيع التحكم في عملية التدريب والتكوين.
  - أن يقوم بعملية التكوين أخصائيين في مجالات متعددة تحدد المعايير المعتمدة في ذلك.
  - وضع برامج تدريبية وتعليمية خاصة قبل وبعد عملية التكوين والحرص على تطبيقها.

الملاحق

السليو غرافيا

# المُلحق رقم [02]

# المُلحق رقم [01]

أ- المراجع باللغة العربية:

- 1- المصادر:
- القرآن الكريم.
- الحديث النبوي الشريف.
- 2- المراجع:
- 1- الطيب عبد الوهاب مصطفى، عبد العزيز جاب الله المبارك.(2010).. كيف يكون التدريب ممتعا؟ القاهرة: المكتبة العربية للمعارف.
- 2- المركز الوطني للوثائق التربوية.(2003).. الكتاب السنوي.. حسين داي.
- 3- إخلاص محمد مصطفى، حسين باهي.(2000).. طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي.. مصر: مركز الكتاب والنشر.
- 4- أسامة راتب.(1999).. تعليم السباحة.. ط2.. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 5- أسامة كمال راتب.(1994).. التدريب في المهارات العقلية وتطبيقات في المجال الرياضي.. ط2.. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 6- أسامة راتب، علي محمد زكي.(1998).. الاسس العلمية للسباحة.. ط2.. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 7- أبو العلا عبد الفتاح.(1998).. السباحة من البداية الى البطولة.. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 8- أمين أنور الخولي.(1996).. اصول التربية البدنية والرياضية.. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 9- حماد مفتي إبراهيم.(1998).. التدريب الرياضي الحديث.. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 10- حمدي احمد علي.(2009).. التدريب الرياضي اسس نظريات مفاهيم آراء أفكار.. مصر: الكتاب للنشر.
- 11- ذوقات عبيدات، عبد الرحمان عدس، عايد عبد الحق.(2011).. البحث العلمي مفهومه وأساليبه.. وأدواته ط2.. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- 12- زكي محمد حسين.(1997).. المدرب الرياضي.. الإسكندرية: منشأة المعارف.
- 10- سامي عريفج وآخرون.(1999).. مناهج البحث العلمي وأساليبه.. ط2.. عمان: دار مجدلاوي للنشر.
- 11- سعيد صالح وبشير مصطفى، حميد الكروي، ماهر احمد عاصي.(2011).. الاسس العلمية لتعليم السباحة.. مصر: الكتاب للنشر.
- 12- شحاتة سليمان ومحمد الشحاتة.(2005).. مناهج البحث بين النظرية والتطبيق، مركز الإسكندرية.
- 13- عماد الدين عباس.(2005).. التخطيط والأسس العلمية لبناء وإعداد الفريق الرياضي في الألعاب الجماعية.. مصر: منشأة المعارف.
- 14- عصام أمين حلمي.(1992).. تربية السباحة بين النظرية والتطبيق.. ط2.. الإسكندرية: دار المعارف.
- 15- عصام حلمي.(1998).. إستراتيجية تدريب الناشئين في السباحة.. ط2.. الإسكندرية: دار المعارف.

- 16- عبد المناف الطوخي، توفيق سلامة.(1989).. التربية البدنية عند الإغريق وعلاقتها بالرياضة في مصر.. مصر: دار الفكر الحديث للطباعة والنشر.
- 17- علي ألبيك، عصام حلمي.(1995).. اتجاهات حديثة في تعليم السباحة.. الإسكندرية: منشأة المعارف.
- 18- عبد القادر المصراطي.(1997).. المعلم والوسائل التعليمية.. ط2.. ليبيا: الجامعة المفتوحة.
- 19- عباس فيصل رشيد.(1985).. رياضة السباحة وألعاب الماء.. بغداد: مطبعة العمال المركزية.
- 20- عمار حمروش ومحمد ثابت.(2005).. منهج البحث العلمي.. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 21- قاسم حسن حسين.(1997).. علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة.. عمان: دارالطباعة للنشر والتوزيع.
- 22- قاسم حسين حسن، افتخار احمد.(2000).. مبادئ وأسس السباحة.. عمان: دار الفكر للطباعة.
- 23- مصطفى حميد الكروي، ماهر احمد عاصي، صالح بشير سعيد.(2011).. الأسس العلمية لتعليم السباحة والتدريب عليها.. عمان: دار زهران للنشر والتوزيع.
- 24- محمود محسن علي ألبيك، مصطفى كاظم.(1997).. المنهاج الشامل لمعلمي ومدربي السباحة الإسكندرية: منشأة المعارف.
- 25- محمد علي القط.(2004).. المبادئ العلمية للسباحة.. مصر: المركز العربي للنشر.
- 26- محمد علي القط.(2005).. الإستراتيجية التدريب الرياضي في السباحة.. القاهرة، المركز العربي للنشر.
- 27- مفتي إبراهيم.(2010).. المرجع الشامل في التدريب الرياضي.. القاهرة، المركز العربي للنشر.
- 28- مفتي إبراهيم حماد.(1996).. التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة.. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 29- محمد حسين علاوي.(1992).. علم التدريب الرياضي.. ط2.. القاهرة: دار المعرف.
- 30- محمد علي القط.(2002).. الموجز في الرياضات المائية.. مصر: المركز العربي للنشر.
- 31- محمد شفيق.(1998).. البحث العلمي الخطوات المنهجية لإعداد البحوث الاجتماعية.. الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
- 32- محمد حسين عبد المنعم.(2009).. تدريس السباحة في مناهج التربية الرياضية.. الإسكندرية: منشأة المعارف.
- 33- هدى محمد محمد الخضري.(2004).. التقنيات الحديثة لانتقاء الموهوبين الناشئين في السباحة.. مصر: المكتبة المصرية.
- 34- هديل حسن ذياب.(2010).. تعليم السباحة والتعرف على الرياضات المائية.. عمان: دار البداية.
- 35- وفيقة مصطفى سالم.(1997).. الرياضات المائية.. الإسكندرية، منشأة المعارف.
- 36- وجدي مصطفى الفاتح، طارق صلاح فضلي.(1999).. دليل رياضة السباحة.. مصر: دار الهدى للنشر.
- 37- ياسر دبور.(1997).. كرة اليد الحديثة.. الاسكندرية: منشأة المعرف.

3- الدوريات والمنشورات العلمية:

- 1- الفتلاوي سهيلة محسن.(1995).- اثر فاعلية التدريب الرياضي في أداء الطالب المعلم الكفاءات التدريبية.-  
جامعة بغداد: رسالة دكتوراه غير منشورة، ص42.

ب- المراجع باللغة الأجنبية:

1- المراجع:

- 1- Akramov .(1985). \_ **selection des jeunes footballeurs.** \_ Alger : Edition opu  
2- Bayer.C.(1993). \_ **Hand-ball La formation du joueur.** \_ Ed3. \_ paris : edition vigot.  
3- Brikci. \_ **croissance de l'enfant pratique sportive**\_ ed vigot, paris.  
4- J.N palav.(1985). \_ **science Biologique de l'enseignement sportive.** \_ paris : edit doin,  
5- R.Teamam Et Jp Hauzeur.(1987). \_ **entrainement des jeunes footballeurs.** \_ Paris: editin enphora.  
6- vincent.(2005). \_ **l'exique de l'entrainement de l'eps.** \_ paris : editin puf.

2- الجرائد:

- 1- rabah saadlah . \_ **passe et present** . \_ parus dans le soir d'alger, alger : le 02/10/1999.

3- القواميس:

- 1- Dictionnaire **le petit Robert de sport.** \_ Aubin. \_ Impremrie France:1990.

ب- المواقع الالكترونية:

- 1- <http://www.lithedu.gov.sa/forum>

❖ قائمة أسماء المدربين الذين وزعنا عليهم الاستبيان :

الرقم	اسم النادي	أسماء المدربين	نوع الشهادة العلمية
01	اولمبيك مدينة البويرة	لعلام وفاء الهام العربي أمين	درجة ثانية الليسانس مستشار رياضي
02	شعبية البويرة	منير داسي حبيب رحمي توفيق	درجة أولى متربص درجة أولى
03	تونيك البويرة	رحمي بدر الدين درواز فؤاد	درجة ثانية درجة أولى
04	مسبح البويرة	محقوق حورية بن زاوش ياسمين سميرة برقوق احمد ياسر بوقطاية حليم	درجة اولي درجة اولي مستشار رياضي درجة اولي متربص تقني سامي في الرياضة
05	مستقبل عين بسام	مباركي حكيم مباركي سمير	تقني سامي في الرياضة مستشار رياضي
06	اتحاد مدينة عين بسام	طرافي العمري كرمية فارس قدوري مجيد تريعة سفيان	درجة اولي ليسانس ليسانس مستشار رياضي + FINA
07	مسبح عين بسام	مطاري ياسين شرفوح سفيان مدي لطيفة قاسم عبد الرزاق براهيمي الباهي عمري رشيد جراحي امين سيدعلي عشاشي	ليسانس ليسانس متربصة مستشار رياضي متربص درجة اولي درجة اولي درجة اولي

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة البويرة

استمارة استبيان موجهة للمدرين  
في إطار إنجاز مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر  
بعنوان:

علاقة الكفاءة المهنية والعلمية لمدرّب السباحة في  
جودة عملية تكوين الناشئين (09-12)  
لأندية ولاية البويرة

نرجو من سيادتكم ملء هذه الاستمارة بالإجابة عن هذه الأسئلة، ولعلمكم أنه لا توجد أسئلة  
صحيحة وأخرى خاطئة.  
لذا فإن صراحتكم وصدقكم في الإجابة سيزيد البحث قيمة ومصادقية أملنا كبير لإنجاح هذه  
الدراسة.  
ولكم منا جزيل الشكر وأسمى عبارات الامتنان

إشراف الدكتور  
لاوسين سليمان

إعداد الطالب:  
ك. بوقرة علي

ملاحظة: وضع علامة (X) في مربع الإجابة.

**الفرضية الأولى:** المدربون القائمين على عملية تكوين الفئة العمرية /09-12/ سنة لا تتوفر لهم الكفاءة المهنية والمؤهلات العلمية الكافية واللازمة؟

1- ماهو مؤهلك العلمي المتحصل عليه فب المجال الرياضي؟

- مستشار رياضي  
 - تقني سامي رياضي  
 - ليسانس  
   - ديبلوم تدريب رياضي درجة  
 - متربص

ديبلوم اخر ماهو.....

2- ماهي عدد سنوات العمل كمدرّب رياضي في السباحة؟

- اقل من 3 سنوات  
 - 3 الى 5 سنوات  
 - اكثر من 5 سنوات

3- ماذا يشترط منك المسيرين لكي توظف كمدرّب اساسي في النادي؟

- الشهادة العلمية  
 - الخبرة.  
 - الشهادة العلمية و الخبرة

- شيء آخر.....

4- عند توظيفك بالنادي الرياضي هل يتم اختبار قدراتك من طرف المسؤولين والمسيرين؟

- نعم  لا

5- عند تشكيلكم لنادي الذي تدرّبونه هل اعتمدتم على؟

- الشهادة والخبرة والنتائج المتحصل عليها  
 - الشهادة العلمية  
 - ممارسة السباحة ضمن فرق النخبة

6- هل تتلقى دورات تكوينية والرسكلة لتحسين ورفع المستوى في مجال تكوين وتدريب الناشئين؟

- نعم  لا

7- هل لديك اطلاع على الدراسات الحديثة في عملية تكوين الناشئين في السباحة؟

- نعم

8- هل سبق لك حضور والاشتراك في الملتقيات والندوات الجهوية و الوطنية المتمحورة على اعداد وتكوين الرياضي للفئات الناشئة؟

لا

نعم

إذا كانت الإجابة بنعم ماذا استقدت.....

.....

**الفرضية الثانية :** نقص الخبرة والتكوين العلمي لمدرّب السباحة له انعكاس سلبي على إعداد وتكوين السباحين الناشئين ( 09-12) سنة.

09- لمعرفة المستوى الذي وصلت إليه المجموعة التي تقوم على تكوينها على ماذا تعتمد؟

-الملاحظة

- الاختبارات البدنية والمهارية

- التقويم المستمر

-- شيء اخر .....

10- هل تستعمل الوسائل البصرية والدم بالحصص النظرية في شرح وتوضيح طريقة أداء المهارات الحركية للفئة العمرية (09-12) سنة ؟

لا

نعم

11- عند شرحك وتوضيحك كيفية أداء مهارة الحركية تعتمد للمتعلّم ماهي الطريقة التي تعتمدها ؟

- الشرح اللفظي والحركي خارج الماء

- الشرح اللفظي والحركي خارج وداخل الماء

- شيء اخر .....

12- ماهو الاسلوب تعتمد مع هذه الفئة العمرية لتنمية ورفع دافعيتهم نحو تحقيق الاهداف والاستمرارية في الممارسة ؟

- التحفيز المعنوي

- التحفيز المادي

- التحفيز المادي والمعنوي معا

- شيء اخر .....

13- هل لديك دراية ومعارف بخصائص ومميزات النمو للمرحلة العمرية (09-12) سنة ومتطلباتها الرياضية والتربوية ؟

- نعم

- لا

- نوعا ما

14- هل هناك معايير علمية تعتمدون عليها بغرض التقويم لقياس مدى تحقيق الاهداف المسطرة في البرنامج التعليمي و التدريبي؟

نعم  لا

15 هل تأخذون الغيابات وتأخرات السباحين بعين الاعتبار والأهمية؟

- نعم

- لا

16- هل تجرون فحوصات ومتابعات طبية دورية لسباحي الفئات العمرية (09-12) سنة؟

نعم  لا

إذا كانت الإجابة بنعم ماهو الغرض من ذلك.....

.....

الفرضية الثالثة: الكفاءة المهنية والعلمية لمدرّب السباحة تساهم في جودة عملية انتقاء الفئات الناشئة وذلك من خلال إتباع أسس وأساليب التدريب والبرامج التدريبية العلمية الحديثة.

17- ما هي الجانب الذي تولونه أهمية كبرى وتركزون على تنميته لسباحي هذه الفئة العمرية؟

- الجانب النفسي  - الجانب التقني والمهاري

- الجانب البدني  - الجانب الخططي

- جوانب اخرى ما هي.....

18- هل تبرمجون الألعاب المائية الترويحية اثناء الحصص التعليمية والتدريبية لهذه الفئة العمرية؟

نعم  - لا

- اذا كانت الاجابة بنعم فما هو الغرض منها.....

.....

19- هل تخصص جزء من وقت الحصة لتمارين المرونة للفئة العمرية (09-12) سنة؟

نعم  لا

20- عند تسطيركم لبرنامج تدريبي خاص لفئة الناشئين هل يتم مراعات متطلبات وحاجيات النمو لهذه المرحلة؟

نعم  حسب بعض المتغيرات

21- ماهي الاهداف المسطرة ضمن البرنامج التعليمي و التدريبي السنوي لفئة /09-12/ سنة؟

- تعلم اساسيات السباحة

- تعليم سباحة الزحف على البطن والظهر وتحسينها

- تعليم طرق السباحة الاربعة وتحسينها

- تعليم طرق السباحة الاربعة و الزيادة في المسافة

22- في عملية التدريب الرياضي لهذه المرحلة تركزون بالدرجة الاولى على تطوير:

السرعة  القوة العضلية  
 التوافق الحركي والمهاري  التحمل

23- ماهو الحجم الساعي اللازم والمناسب تخصيصه لهذه الفئة العمرية للحصة التدريبية؟

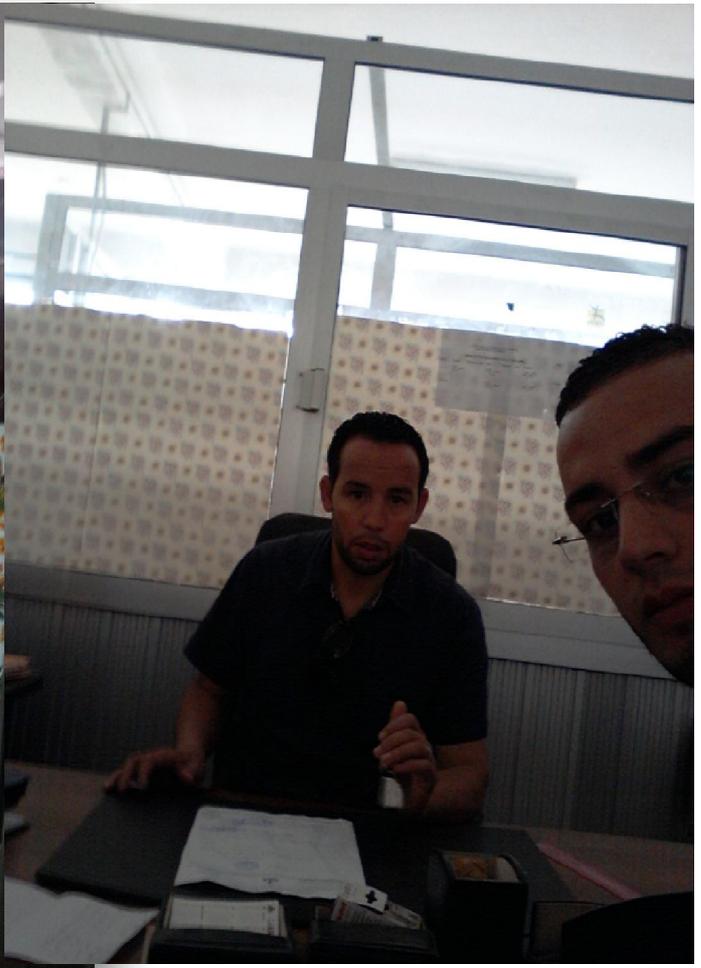
- ساعة واحدة  
 - ساعة ونصف  
 - ساعتين  
 - اكثر

24- في رايك ماهو عدد الجرعات التدريبية في الاسبوع اللازمة والمناسبة لبياحي هذه الفئة العمرية؟

- حصتين  
 ثلاث حصص  
 اربعة حصص  
 خمسة حصص

# أسئلة المقابلة الموجهة الى رئيس الرابطة الولائية للسباحة

- 1- السؤال الأول المتعلق بالفرضية الأولى: ماهو واقع عملية التكوين والتدريب للناشئين في نوادي ومدارس السباحة للرابطة الولائية للبويرة؟
- 2- السؤال الثاني التعلق بالفرضية الثانية: حسب رأيكم كيف يؤثر نقص خبرة المدربين على إعداد وتكوين الناشئين في السباحة؟
- 3- السؤال الثاني المتعلق بالفرضية الثالثة: ما مدى توفر الكفاءة المهنية والعلمية للمدربين حسب رأيكم وهل تساهم في إنجاز جودة عملية التكوين للناشئ من خلال إتباع البرامج العلمية الحديثة؟





## Résumé de l'étude

*\* Titre de l'étude: « compétence professionnelle et scientifique des formateurs et leur rôle dans la qualité de la composition des jeunes nageurs (09-12) ans ».*

*Les objectifs de cette étude est de sensibiliser les fonctionnaires au rôle joué par l'efficacité et expérience des entraîneurs de découvrir les talents de bourgeonnement et solutions capables et en mesure d'élever le niveau de formation au sein du ministère de la jeunesse et des sports instituts et instituts des Sciences et techniques des activités sportives et physiques et l'obtention de formateurs capables de servir leur pays et honorant la mémoire locale et continentale et de mettre en évidence l'importance du professionnalisme et scientifiques instructeurs de natation le processus de configuration de qualité succès et louant les vertus de la connaissance scientifique et l'utilisation des programmes scientifiques dans le domaine du sport.*

*Mais le problème est : peut l'efficacité des entraîneurs de natation scientifique et professionnelle en qualité de processus configuration nageurs junior (09-12) ans ?*

*Soit l'hypothèse générale : la compétence scientifique et professionnelle de formateurs nager avec un rôle dans la qualité de la composition des jeunes nageurs (09-12) ans.*

*Quant à l'enquête sont au niveau de l'Association et le balboerh olympique la moitié du pool et la commune de Ain Bassam et à partir de laquelle l'échantillon a été sélectionné dans un délibéré (échantillon intentionnel) et de tous les entraîneurs de natation pour les groupes d'âge (9-12 ans)-pour les clubs sportifs de Bouira et 28 formateur et clubs sportifs de distributeurs formés (7) et les sociétés où la piscine niveau fonctionnement Bouira et Bassam et champ étudiant dans la période comprise entre le 25 avril 2015 jusqu'au 04 mai 2015, poule Bouira était ain Bassam et siège d'État Natation Association.*

*Nous nous sommes appuyés sur le descriptif et lmlaemth la nature de la recherche à être fait et suivi le questionnaire technique qui est l'un des moyens plus efficaces pour obtenir des informations sur un sujet ou un problème.*

*L'étude a prouvé que la compétence scientifique et professionnelle de formateurs piscine contribuent au succès du processus de configuration et bien préparé et équilibré pour les recrues, dont une série de propositions, y compris la nécessité d'augmenter les capacités des formateurs dans le domaine de la formation des jeunes nageurs à la méthode scientifique et qui, en participant à des forums scientifiques et conférences, journées sous la supervision d'experts compétents et les cadres d'études choisir instructeurs avec un rendement élevé et leur vaste expérience dans le domaine, Et programmation du schéma de configuration spéciale en ce qui concerne les étapes méthodologiques et utiliser les mesures et les essais afin de contrôler ce processus en termes de temps et comment fête des fonctionnaires sur le sport et la nécessité pour le recyclage et le perfectionnement des formateurs et indiquez-lui avec mesures modernes et teste leur connaissance de la science divers associés sport voir propriétés et exigences de croissance des débutants et ne sait ne pas aux différents entraîneurs et élever le niveau de compétence scientifique et professionnelle pour la natation, ainsi que la coordination proposée parmi les instituts de Sciences et techniques de l'activité physique et des sports et le ministère de la jeunesse et des sports et le ministère de l'éducation pour mettre à niveau Formateurs.*

# الفصل الثالث

مهمية البحث واجراءاته الميدانية

# الفصل الثاني

## الدراسات المرتبطة بالبحث