



” تصور مقترح لتطوير مستويات تعليم

السباحة مقترنا باختبارات النجوم بجمهوريه مصرالعربيه”

أ.م.د. / محمد عبدالحميد طه مقلد

مقدمة ومشكلة البحث:

تعتبر السباحة من أهم الرياضات لتمييزها عن سائر أنواع الرياضات الأخرى، حيث تساهم في إكساب الفرد المتعة النفسية والراحة والاسترخاء النفسي فقد بدأ الإنسان التعرف علي السباحة بطرق مختلفة عبر الزمان، إلي أن جاء الإسلام موصيا بتعليم السباحة للأطفال بقول عمر بن الخطاب رضي الله عنه "علموا أولادكم السباحة والرماية وركوب الخيل " وذلك لما لها من فوائد صحية وبدنية وعقلية ونفسية واجتماعية تعود علي ممارستها سواء للتدريب أو للترفيه حيث تعمل علي إكساب الفرد الممارس لها جميع الصفات البدنية المختلفة في شكل متكامل مع بعضها البعض. (١ : ٣٥)

فالسباحة إحدى أنواع الرياضات المائية التي تستخدم الوسط المائي كوسيلة للتحرك خلاله فهي كأى مهارة طبيعية يقوم بها الإنسان تعتمد علي بعض المهارات الأساسية، والتي تشكل الحركات الأساسية لحركة الإنسان داخل الماء. (١٧ : ٩)

فهي رياضة ذات طابع مميز في أدائها المهاري ، حيث أنها تتكون من مجموعة مهارات مركبة يؤديها السباح داخل الماء ، والطفل يكون قادر علي التعلم والعمل خلال مجموعة متجانسة ويحتاج إلي الإحساس بالأمان والثقة (٢١ : ١٣) (٣ : ٧)

وذلك من خلال تعلم المهارات الأساسية للسباحات الأربعة دون محاولة التخصص في سباحة معينة ، وتستمر هذه المرحلة حتى سن الثانية عشر ، مع ضرورة استخدام الأدوات المساعدة ولا يمكن الحكم علي السباح بمجرد المشاهدة وإنما يجب مراعاة عدة عوامل للوقوف علي المستوى المهارى والفنى للسباح حيث أهمها وضع الجسم الذي يجب أن يتخذ شكلا انسيابيا أو مغزليا في الوضع الأفقي بقدر المستطاع ليحصل السباح على سهولة في الحركة. البحث (٧ : ٦٥)

وتتطلب عملية التعلم في السباحة إلى معرفة تتابع الحركات المطلوب أدائها ،وكيفية توجيهها مع الاستعانة بالأدوات المساعدة بناء علي التحليل الفنى للأداء ،والذي يقصد به

* أستاذ مساعد دكتور بقسم الرياضات المائية بكلية التربية الرياضية - جامعة بنها



تفسير واضح لشكل واتجاه الحركة التي يؤديها السباح ، والتي تهدف إلي إخراج الصورة النهائية للأداء علي أكمل وجه من حيث اقتصادية الحركات للتغلب علي عامل الزمن .

(٢٤ : ٢٥)

فالسباحة التعليمية تساعد الفرد علي اكتساب مهارات وطرق السباحة المختلفة في ضوء مبدأ الترويح والأمن والسلامة ، كما أنها المرحلة الأولى للانتقال للتدريب للوصول إلى المستويات المتقدمة .

وقد تضاعف الاهتمام بالسباحة في العصر الحديث حيث احتلت السباحة مكانا مرموقا بين الرياضات الاولمبية مما أدى إلى انتشارها في كثير من الدول المتقدمة .

(٢ : ١٧ - ٢١)

وفي إطار التطور الدائم لرياضة السباحة بصفة خاصة ومحاولة مواكبة متطلبات العصر الحالي فكان لزاماً تطوير طرق تعليم وتدريب السباحة فأصبحت تخضع لبرامج تعليمية وتدريبية منظمة ومقننة ذات أهداف محددة تعمل علي تطوير المستوى المهارى ومن ثم يتحسن المستوى الرقمي. (٩ : ٤٦)

فمصطلح التعلم يستخدم في عبارات الحياة اليومية ويتصور الكثيرون أن لديهم فهما واضحا لمفهومه ومعناه ، ولكنة ليس من السهل تعريف التعلم تعريفا واضحا محددًا يتفق عليه جميع العلماء وقد ساهم في خلق هذه الصعوبة عدة عوامل منها تنوع المواقف التعليمية وتنوع نتائج التعلم وتعددتها (٦٤ : ٣٣٣)

فيوضح محمد القط (٢٠٠٥) أن السباحة تعتبر في مقدمة المهارات الحركية عامة والرياضة خاصة في المجال التعليمي التي يفضل التعلم فيها خلال مرحلة سنية معينة حيث القدرة على السرعة واكتساب وتعلم الكثير من المهارات الحركية في وقت قصير بالمقارنة بمراحل النمو الأخرى وعلى ذلك فلا بد أن يكون لدى المتعلم درجة الإقبال والحماس والمثابرة على التعلم والتدريب وبذل الجهد والتغلب على العقبات وسرعة التقدم ، ومن ثم دور المعلم الناجح في الدافعية لدى المتعلمين . (٦ : ١٣)

كما أن تحقيق التفوق في المراحل المبكرة لتدريب السباحة لا يعني بالضرورة تحقيقه في المراحل الأكبر ، وعلى أن يكون التدريب علي المسافات الطويلة وليست السرعة بهدف تأكيد وتثبيت الأداء السليم ، وأن أفضل سن تكتمل فيه القدرة البدنية التي تساعد السباح علي تحقيق أفضل المستويات هو ١٨ سنة ، ولذا فان تقييم الأداء المهارى يجب أن يكون بهدف تجنب الأخطاء الشائعة في السباحة ، وليست بهدف تحقيق مستوى محدد .



(١١ : ١٤) (١٥ : ٢٧) (١٩ : ١٢)

ويشير محمد علاوي، وآخرون " نقلا عن مدحت صبري غنيم (٢٠٠٩م) أن القياس في السباحة يجب أن يتناول رصد مظاهر الأداء التي تدل علي التحصيل أو القدرة في السباحة فعلي الأقل يجب استخدام محكمين أساسيين لتقويم الأداء في هذا الخصوص ، وهما الوقت الذي يستغرقه السباح في قطع مسافة الاختبار وعدد الضربات التي يستغرقها السباح في قطع مسافة محددة ، وان الاختبارات المهارية تخضع للكثير من البحوث بهدف الوصول للاختبار الأصدق والأكثر . (٧ : ١٩)

يذكر محمد علي القط نقلا عن بورز وهولي " holey & powers " أن هناك عوامل أساسية يجب أن تراعي عند إجراء اختبارات مهارية في السباحة أولها مراعاة خصوصية الاختبار لنشاط السباحة ، وان يتم الاختبار على فترات منتظمة للوقوف على مدى تأثير التدريب ومدى التقدم الذي يتحقق، وان تكون هذه الاختبارات متماثلة في أدائها مع الأداء الميكانيكي لنوع السباحة التي يرغب في اختبارها ، كذلك يجب أن تتميز الاختبارات بالصدق وان تكون موثوقة المصدر علي أن تراعي معايرة الأدوات المستخدمة وتوقيت الاختبار وتدريبات الإحماء ومراعاة عوامل التغذية والنوم والحالة النفسية للسباح ، ذلك مع التأكيد على ضرورة أن تكون طريقة تفسير النتائج بسيطة بحيث يفهما السباح البرعم والمدرّب (٦ : ٢٢٢)

ويرى الباحث من خلال عمله في مجال رياضته السباحه وجد اختلاف كبير ما بين المناطق في مصر بل فيما بين الاندية في البرامج التعليمية، وكذلك في المهارات التعليمية التمهيدية للمهارة الاساسية واختلاف المستويات التعليمية.

فاختلاف الاراء حول نقطه هامة واساسية في برامج التعليم في مصر وهي انه يري البعض بضروره فصل البرامج التعليميه عن اختبارات النجوم ولا يتم الاشتراك في اختبارات النجوم الا بعد الانتهاء من اكتساب طرق السباحه الاربعه اي بعد الانتهاء من البرنامج التعليمي بالاضافه الي الاختلاف حول عدد مستويات البرنامج التعليمي وذلك غير مقبول في وجود اتحاد للسباحة من أهم واجباته هو تنظيم مستويات التعليم من وجهه نظر شخصيه

ويشير البعض أنه أمر محتم بضرورة إدراج ومشاركة السباحين في اختبارات النجوم خلال البرامج التعليميه وذلك للأسباب التالية ومنها (خلق ووضع أهداف مرحلية للسباحين واولياء الامور وشعورهم بالتقدم في رياضته السباحه وذلك سيجعلهم يستمرون في رياضته السباحة- تقليل العزوف عن الممارسة نظراً لطبيعة رياضة السباحة)



ويري الباحث من خلال خبراته وجود عدم تناسق في مستوي الصعوبة للاختبارات النجوم الحالية مما ترتب عليه (التدريب علي النجمة الثانية مباشرة نظراً للاختلاف الطفيف ما بين النجمة الاولى والثانية- التدريب علي النجمة الرابعة وعدم اختبار النجمة الثالثة نظراً لصعوبه ٥٠ م فراشه للبراعم فاهمالها ويري الباحث ان ذلك سيؤثر علي تواجد السباحين في سباقات ٥٠ متر فراشه و الـ ١٠٠ متر فراشه و الـ ٢٠٠ متر فراشه للبراعم - وجود حركات الجذع الدولفينية في تقييم النجمة الاولى ادي الي تعجيل تعلم حركات الجذع الدولفينية وهذا غير متناسق مع البرامج التعليمية لأن وجودها في البرامج التعليميه في مستويات تعليم سباحه الفراشه وترتب علي ذلك التعجل بتعليم سباحه الفراشه قبل سباحه الصدر في بعض المناطق في مصر .

وجود صراع ما بين الارياح المحققة للهيئات الرياضية وما بين المستوي الفني للسباحين فيغلب علينا ضرورة ارضاء اولياء الامور علي حساب المستوي المهاري خلال مستويات التعليم - عدم وجود شروط محددة للاشتراك في فرق التجهيزي بل اختلفت الشروط حسب الوجهات الفنية المختلفة).

وجعل هذا الأمر الى ضرورة وضع نظام عام للمستويات التعليمية بجمهورية مصر العربية مبنياً علي أسس علمية تفي منه بتحقيق جميع الأغراض الخاصة ما بين تحقيق الارياح المادية من خلال تحقيق رغبات أولياء الامور أو من خلال وضع أهداف مرحلية واضحة لأولياء الامور وما بين تطوير المستوي الفني للسباحين بجمهورية مصر العربية فهناك فجوة ملحوظة بين المستويات التعليمية الموضوعه من قبل خبراء السباحة و ما بين اختبارات النجوم الموضوعه من قبل الاتحاد المصري للسباحة بجمهورية مصر العربية.

ومن خلال العرض السابق دعي الباحث الي ضروره وضع مقترح لتطوير مستويات تعليم السباحه مقترنا باختبارات النجوم بجمهورية مصر العربية .

هدف البحث :

يهدف هذا البحث إلي وضع تصور مقترح لتطوير مستويات تعليم السباحة مقترناً

باختبارات النجوم بجمهورية مصر العربية من خلال الأتي :

١. التعرف على هدف التصور المقترح.
٢. التعرف على نقاط الاختلاف في مستويات التعليم والمهاره بكل مستوي تعليمي.
٣. التعرف على نقاط تعارض اختبارات النجوم مع المستويات التعليمية.



تساؤلات البحث :

١. ما هو هدف التصور المقترح؟
 ٢. ما هي نقاط الاختلاف في مستويات التعليم والمهارات بكل مستويات تعليميه؟
 ٣. ما هي نقاط تعارض اختبارات النجوم مع المستويات التعليمية؟
- ومن خلال الاجابة على التساؤلات الفرعية يتم الإجابة على التساؤل الرئيسي وهو :
- وضع تصور مقترح لتطوير مستويات تعليم السباحة مقترناً باختبارات النجوم بجمهورية مصر العربية ؟

مصطلحات البحث :

- ١- **مستويات التعلم:** مجموعة منتظمة من الفئات، تهدف إلى جمع البرامج التعليمية حسب مراحل أو درجات تجارب التعلّم والمعارف والمهارات والكفاءات ذات الصلة التي صُمم كل برنامج لنقلها. ويعكس مفهوم المستوى في تصنيف إسكد درجة التعقيد والتخصّص في محتوى البرنامج التعليمي بين محدود التعقيد ومعقّد. (١٤ : ٩٨)
- ٢- **اختبارات النجوم :** عدد من الاختبارات المرحليه الموضوعه من قبل الاتحاد المصري للسباحه بغرض قياس المستوي المهاري للسباحات الاربعه لتاهيل البراعم للسباحه التنافسيه " تعريف اجرائي "

إجراءات البحث :

- منهج البحث:** استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لمناسبته لتحقيق هدف البحث. **مجتمع وعينة البحث:**
- عينة البحث:** اعتمد الباحث علي
- عينه بناء الاستبيان :** وعددهم (٩) خبراء من اساتذه السباحه بالجامعات المصريه
- العينه الاستطلاعيه :** وعددهم (١٠) مديرين فنيين للسباحه بجمهورية مصر العربية وخارج
- عينه البحث الاساسيه**
- عينه البحث الاساسيه :** وعددهم (٤٥) مدير فني ورئيس جهاز الرياضات المائيه بالانديه المصريه.

ثالثاً : أدوات جمع البيانات:

في ضوء أهداف البحث ومن خلال الاطلاع علي برامج التعليم في جمهوريه مصر العربية والدراسات المرجعيه التي حاولت وضع مستويات تعليميه و تقييم النجوم بجمهورية قام الباحث



بتصميم استبيان بعنوان " تصورمقترح لتطوير مستويات تعليم السباحة مقترنا باختبارات النجوم
بجمهورية مصر العربية "
وضع محاور الاستبيان :

تمكن الباحث من وضع ثلاثة محاور للاستبيان وكانت كالتالي :

رابعاً : استطلاع رأي السادة الخبراء :

قام الباحث بوضع عبارات الإستبيان المقترحة وعددها (٤٨) عبارة في استمارة استطلاع

رأي ، ثم عرضها علي السادة الخبراء وعددهم (٧) خبراء مرفق (١)

طريقة تصحيح الإستبيان :

وقد أنفق السادة الخبراء علي أن يكون ميزان تقدير الدرجات للإستبيان ثلاثي التقدير (

نعم : ثلاث درجات ، إلى حد ما : درجتان ، لا : درجة واحدة)

خامساً : الدراسة الاستطلاعية

كان الهدف من هذه الدراسة هو التأكد من المعاملات العلمية (الصدق، الثبات)

للإستبيان" تصورمقترح لتطوير مستويات تعليم السباحة مقترنا باختبارات النجوم بجمهورية

مصر العربية" ، حيث قام الباحث بوضع الصورة المبدئية للإستبيان لتطبيقهما علي العينة

الاستطلاعية والتي قوامها (١٠) فرد حيث تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجتمع البحث وخارج

عينة الدراسة الاساسية.

المعاملات العلمية لأدوات البحث

صدق الإستبيان :

صدق الاتساق الداخلي: حيث اوجد الباحث معامل الارتباط بين العبارة والمحور وبين العبارة

والدرجة الكلية للاستبيان وكانت قيمه ر المحسوبه لجميع العبارات اكبر من قيمه ر الجدوليه (

٠.٤٩٧) مما يدل علي صدق الاتساق الداخلي للاستبيان مرفق (٢)

ثبات الاستبيان

معامل ألفا كرونباخ Cronbach`s alpha

: واستخدم الباحث معامل الفا كرونباخ كمؤشر لثبات الاستبيان والتي تراوحت ما بين

(٠.٧٤٥ ، ٠.٩٥٤) ومعامل الفا كرونباخ اقترب الي (١.٠٠) الصحيح ، مما يدل علي ثبات

الإستبيان. مرفق (٢)



سابعاً: المعالجات الاحصائية :

جمع الباحث البيانات وتفرغها في برنامج الاكسل ، واستخدما البيانات ومعالجتها احصائيا باستخدام برنامج التحليل الاحصائي للبيانات spss v21 وكانت كالاتي:
(المتوسط - الوسيط - الانحراف المعياري - معامل الارتباط لبيرسون - التكرارات - النسب
المتويه - الاهمية النسبيه - الوزن الترجيحي - قيمه كا ٢ - ألفا كرونباخ)

عرض ومناقشة النتائج :

عرض نتائج التساؤل الأول : ما هو هدف التصور المقترح ؟

جدول (١)

التكرارات والنسب المتويه والوزن الترجيحي والاهمية النسبيه وقيمته كا ٢ لخواص الاستبيان
(محورأهداف التصور)

| م | موافق | | غير موافق | | الي حد ما | | موافق | | كا ٢ |
|---|-------|------|-----------|------|-----------|------|-------|------|--------|
| | تكرار | نسبه | تكرار | نسبه | تكرار | نسبه | تكرار | نسبه | |
| 1 | 30 | 67% | 5 | 11% | 10 | 22% | 10 | 67% | 23.333 |
| 2 | 1 | 2% | 40 | 89% | 4 | 9% | 4 | 2% | 62.800 |
| 3 | 33 | 73% | 10 | 22% | 2 | 4% | 2 | 73% | 34.533 |
| 4 | 12 | 27% | 33 | 73% | 0 | 0% | 0 | 27% | 37.200 |
| 5 | 30 | 67% | 5 | 11% | 10 | 22% | 10 | 67% | 23.333 |
| 6 | 37 | 82% | 4 | 9% | 4 | 9% | 4 | 82% | 48.400 |
| 7 | 28 | 62% | 8 | 18% | 9 | 20% | 9 | 62% | 16.933 |
| 8 | 25 | 56% | 10 | 22% | 10 | 22% | 10 | 56% | 10.000 |

قيمته كا ٢ الجدولييه عند مستوي معنويه ٠,٠٥ = ٥,٩٩

يتضح من جدول (١) وجود فروق داله احصائيه عند مستوي معنويه ٠,٠٥ بين استجابات عينه البحث لصالح الاستجاباه (موافق) حيث كانت قيمه كا ٢ المحسوبه اكبر من قيمه كا ٢ الجدولييه وذلك في العبارات التي اكدت علي :

١. ان هناك فجوه بين اختبارات النجوم وبرامج التعليم في مصر
٢. ضروره توحيد برامج التعليم في مصر هو من يجعلنا في صداره البطولات الدوليه
٣. انه تم بناء اختبارات النجوم في مصر دون النظر الي المستويات المهاريه في البرامج التعليميه المختلفه
٤. توحيد المستويات التعليميه تعتبر هامه لوضع اهداف مرحليه للسباحين متعارف عليها

بمصر



٥. وضع اهداف مرحليه سينهي الصراع القائم بين الارياح المحققه للهيئات الرياضيه والمستويات الفنيه للسباحين
٦. دمج هذه المستويات التعليميه مع اختبارات النجوم في اهداف مرحليه واحده سيحدد شروط اشترك السباحين في فرق التجهيزي
- يتضح من جدول (١) وجود فروق داله احصائيه عند مستوي معنويه ٠.٠٥ بين استجابات عينه البحث لصالح الاستجابه (غير موافق) حيث كانت قيمه كا ٢ المحسوبه اصغر من قيمه كا ٢ الجدوليه وذلك في العبارات التي اكدت علي :
١. ان برامج تعليم السباحه في مصر تسير علي نسق واحد
 ٢. ان الاختلاف في برامج التعليم في مصر هو من سيجعلنا في صداره البطولات الدوليه
- ومن هنا يري الباحث ضروره توحيد البرامج التعليميه في جمهوريه مصر العربيه وعلي اساسه سيتم توحيد المستويات التعليميه داخل البرنامج بالاضافه الي ربط اختبارات النجوم بهذه المستويات التعليميه كاهداف مرحليه داخل البرنامج التعليمي
- وهذا مايؤكدده حمدي فايد عبد العزيز (٢٠٠٣) حيث اشار كلا من الي ان الاختبارات اليه لصيقه باي عمليه تعليميه فهي العمليه التي يسند اليها اصدار الاحكام علي مخرجات التعليم وتقييم مستوياتهم المختلفه فلا يستطيع المتعلمون استشعار انجازتهم دون الخضوع اليها .
- كما تؤكد "وفيقه مصطفى سالم" (٢٠٠٠) على أهمية اختبارات الأداء المهاري في السباحة باعتبارها جزء من محور الدراسة في تعليم السباحة ويستخدم في تشخيص التأخر في بعض المهارات, والمساعدة في التنبؤ بمدى نجاح المتعلم مستقبلا في طرق السباحة المختلفة وضرورة الاحتفاظ لكل سباح بدفتر تسجيل ومتابعة لمستواه.
- ويؤكد مدحت صبري (٢٠٠٩) أن اختلاف الفلسفة الخاصه بين المديرين الفنيين ومدربي البرامج بل والقائمين على إدارة وتنفيذ هذا المشروع قد تكون أحد أهم الأسباب التي تعوق تحقق أهداف مشروع النجوم بجمهوريه مصر العربيه .

عرض ومناقشه نتائج التساؤل الثاني : التعرف على نقاط الاختلاف في مستويات التعليموالمهاره بكل مستوي تعليمي

جدول (٢) التكرارات والنسب المئوية والوزن الترجيحي والاهميه النسبيه وقيمه كا٢ لمحاور الاستبيان (نقاط

الاختلاف في مستويات التعليم والمهارات بكل مستوي)

| كا٢ | الاهميه النسبيه | الوزن الترجيحي | غير موافق | | الي حد ما | | موافق | | م |
|--------|-----------------|----------------|-----------|-------|-----------|-------|-------|-------|----|
| | | | نسبه | تكرار | نسبه | تكرار | نسبه | تكرار | |
| 0.000 | 66.67% | 90 | 33% | 15 | 33% | 15 | 33% | 15 | 1 |
| 23.333 | 85.19% | 115 | 11% | 5 | 22% | 10 | 67% | 30 | 2 |
| 10.000 | 77.78% | 105 | 22% | 10 | 22% | 10 | 56% | 25 | 3 |
| 6.533 | 74.81% | 101 | 27% | 12 | 22% | 10 | 51% | 23 | 4 |
| 14.533 | 80.74% | 109 | 18% | 8 | 22% | 10 | 60% | 27 | 5 |
| 10.000 | 77.78% | 105 | 22% | 10 | 22% | 10 | 56% | 25 | 6 |
| 90.000 | 100.00% | 135 | 0% | 0 | 0% | 0 | 100% | 45 | 7 |
| 10.000 | 77.78% | 105 | 22% | 10 | 22% | 10 | 56% | 25 | 8 |
| 62.533 | 94.07% | 127 | 7% | 3 | 4% | 2 | 89% | 40 | 9 |
| 0.000 | 66.67% | 90 | 33% | 15 | 33% | 15 | 33% | 15 | 10 |
| 30.533 | 45.19% | 61 | 71% | 32 | 22% | 10 | 7% | 3 | 11 |
| 0.533 | 68.15% | 92 | 33% | 15 | 29% | 13 | 38% | 17 | 12 |
| 10.000 | 77.78% | 105 | 22% | 10 | 22% | 10 | 56% | 25 | 13 |
| 1.733 | 71.85% | 97 | 27% | 12 | 31% | 14 | 42% | 19 | 14 |
| 2.533 | 71.85% | 97 | 29% | 13 | 27% | 12 | 44% | 20 | 15 |
| 20.133 | 83.70% | 113 | 13% | 6 | 22% | 10 | 64% | 29 | 16 |
| 90.000 | 100.00% | 135 | 0% | 0 | 0% | 0 | 100% | 45 | 17 |
| 73.200 | 35.56% | 48 | 93% | 42 | 7% | 3 | 0% | 0 | 18 |
| 10.000 | 77.78% | 105 | 22% | 10 | 22% | 10 | 56% | 25 | 19 |
| 62.533 | 94.07% | 127 | 7% | 3 | 4% | 2 | 89% | 40 | 20 |
| 62.533 | 39.26% | 53 | 89% | 40 | 4% | 2 | 7% | 3 | 21 |
| 4.933 | 74.07% | 100 | 27% | 12 | 24% | 11 | 49% | 22 | 22 |
| 6.400 | 75.56% | 102 | 24% | 11 | 24% | 11 | 51% | 23 | 23 |
| 10.133 | 78.52% | 106 | 20% | 9 | 24% | 11 | 56% | 25 | 24 |
| 62.533 | 94.07% | 127 | 7% | 3 | 4% | 2 | 89% | 40 | 25 |
| 62.533 | 39.26% | 53 | 89% | 40 | 4% | 2 | 7% | 3 | 26 |
| 6.400 | 75.56% | 102 | 24% | 11 | 24% | 11 | 51% | 23 | 27 |
| 6.400 | 57.78% | 78 | 51% | 23 | 24% | 11 | 24% | 11 | 28 |
| 22.533 | 83.70% | 113 | 16% | 7 | 18% | 8 | 67% | 30 | 29 |
| 22.533 | 49.63% | 67 | 67% | 30 | 18% | 8 | 16% | 7 | 30 |



| | | | | | | | | | |
|--------|--------|-----|-----|----|-----|----|-----|----|----|
| 6.533 | 71.85% | 97 | 33% | 15 | 18% | 8 | 49% | 22 | 31 |
| 14.533 | 52.59% | 71 | 60% | 27 | 22% | 10 | 18% | 8 | 32 |
| 14.933 | 78.52% | 106 | 24% | 11 | 16% | 7 | 60% | 27 | 33 |
| 22.533 | 82.96% | 112 | 18% | 8 | 16% | 7 | 67% | 30 | 34 |
| 84.133 | 34.07% | 46 | 98% | 44 | 2% | 1 | 0% | 0 | 30 |
| 19.200 | 57.78% | 78 | 60% | 27 | 7% | 3 | 33% | 15 | 36 |
| 10.000 | 55.56% | 75 | 56% | 25 | 22% | 10 | 22% | 10 | 37 |
| 14.933 | 78.52% | 106 | 24% | 11 | 16% | 7 | 60% | 27 | 38 |
| 16.533 | 56.30% | 76 | 60% | 27 | 11% | 5 | 29% | 13 | 39 |
| 36.400 | 44.44% | 60 | 76% | 34 | 16% | 7 | 9% | 4 | 40 |
| 40.533 | 90.37% | 122 | 7% | 3 | 16% | 7 | 78% | 35 | 41 |
| 62.533 | 94.07% | 127 | 7% | 3 | 4% | 2 | 89% | 40 | 42 |
| 62.533 | 94.07% | 127 | 7% | 3 | 4% | 2 | 89% | 40 | 43 |

قيمه كا ٢١ الجدوليه عند مستوى معنويه ٠,٠٥ = ٠,٩٩

يتضح من جدول (٢) وجود فروق داله احصائيه عند مستوي معنويه ٠,٠٥ بين استجابات عينه البحث لصالح الاستجابيه (موافق) حيث كانت قيمه كا ٢ المحسوبه اكبر من قيمه كا ٢ الجدوليه وذلك في العبارات التي اكدت علي :

- يعتبر الطفو سوبر مان (بطن و ظهر) من المهارات الاساسيه من مهارات تعليم السباحه
- يعتبر طفو النجمه علي الظهر من المهارات التمهيديه لتعليم سباحه الظهر
- يعتبر طفو الطياره علي الظهر من المهارات التمهيديه لتعليم سباحه الظهر
- يعتبر طفو النجمه علي البطن من المهارات التمهيديه لتعليم سباحه الحره
- يعتبر طفو الطياره علي البطن من المهارات التمهيديه لتعليم سباحه الحره
- يعتبر الدفع من الحائط امر هام في تعليم الطفو علي البطن والظهر ولا يمكن الانتقال الي المستوي الاعلي الا عند اتقانه
- يجب عند تعليم ضربات الرجلين حره وظهر ادائها بعرض الحمام ١٢.٥ م قبل الانتقال الي المستوي الاعلي
- يعتبر تعليم مهاره الزفير في الماء من الفم امر اساسي في بدايه البرنامج التعليمي
- يجب تعليم مهاره الزفير في الماء من الفم في بدايه البرنامج التعليمي ثم عند تعليم التنفس في سباحه الحره يتم تعليم الزفير من الانف ثم تترك الارياحيه للسباح لاختيار ما يناسبه



- يجب تعليم الكاتش في سباحه الظهر باستخدام طريقه دوره الكامله للذراعين معا ثم الثبات احد الذراعين عاليا والاخري جانبا مع تقليل عدات التعلم
- تري ان مهاره الوقوف في الماء مهاره اساسيه للحفاظ علي سلامه المتعلمين داخل الماء فقط
- تري ان مهاره الوقوف في الماء ان مكانها الاساسي في مستويات تعليم سباحه الصدر
- يفضل تعليم حركات الذراعين الحره بطريقه الخروج بالذراع المستقيمه بوجود انثناء خفيف لتسهيل الحركه (ستريت ارم) من بدايه تعليم الذراعين
- هل تعتبر ان حركات الذراعين الحره بطريقه الخروج بالذراع المستقيمه (ستريت ارم) هي الافضل لسباحي السرعه
- تعتبر حركات الذراعين الحره بطريقه الذراع بالمرفق العالي (هاي البو) هي الافضل لسباحي المسافات الطويله الطويله
- يعتبر طريقه الخروج بالمرفق العالي ماهي الا تمرين (Drill) لتحسين الاداء لدي السباحين سواء سباحي المسافات القصيره او الطويله
- ترتيب السباحات في التعلم من وجهه نظرك (حره وظهر ثم صدر ثم فراشه)
- تري عند تعليم سباحه الصدر ان يكون الدخول بالجبهه للامام في حركه الراس
- تري البدء بتعليم البدء العالي ثم التطور بتعليم التراك ستارت
- تري ضروره تعليم الدوران لتغير الوضع من الظهر الي سباحه الصدر في المتنوع بطريقه الشقلبه من الظهر امر بالغ الاهميه
- تري تكوين فرق التجهيزي بعد اتمام تعلم السباحات الاربعه والانتهاء من اختبارات النجوم
- تري ضروره ربط الاختبارات التي يضعها الاتحاد بالبرامج التعليميه هو احد السبل لتطوير السباحه في مصر
- تري ان الهدف الاساسي من فصل التقييم بين ضربات الرجلين و السباحه كامله في النجمه الاولى هو وجود تباعد مناسب بين المهارات وبعضها البعض
- تري في سباحه الحره ان دخول الذراع الماء بالأصابع بين خط الكتف ووسط الراس
- تري في سباحه الحره ان يجب مد الذراع علي كامل استقامتها لمسك الماء
- تري في سباحه الظهر ان مرحله المسك تبدا بانتثناء مفصل الرسغ
- تري في سباحه الظهر ان مرحله الشد يزداد فيها انتشاء مفصل المرفق بجانب الجسم



يتضح من جدول (٢) وجود فروق داله احصائيه عند مستوي مغنويه ٠.٠٥ بين استجابات عينه البحث لصالح الاستجابه (غير موافق) حيث كانت قيمه كا ٢ المحسوبه اكبر من قيمه كا ٢ الجدوليه وذلك في العبارات التي اكدت علي :

- يجب تعليم مهاره الزفير في الماء فقط من الفم طوال البرنامج التعليمي
- يفضل تعليم حركات الذراعين الحره بطريقه الخروج بالمرفق العالي (هاي البو) من بدايه التعليم للحركات الذراعين
- ترتيب السباحات في التعليم من وجهه نظرك (حره وظهر ثم فراشه ثم صدر)
- تري عند تعليم سباحه الصدر ان يكون الراس ثابتة خلال الاداء
- تري البدء بتعليم التراك ستارت من بدايه البرنامج التعليمي
- تري تكوين فرق التجهيزي بعد تعلم سباحه الزحف علي البطن والزحف علي الظهر فقط
- تري ان النفس بعد الخروج من سطح الماء مباشره
- تري في سباحه الحره ان يجب دخول اليد امام الكتف
- تري في سباحه الحره ان مسك الماء بمرفق عالي هو اداء سليم في حركات الذراعين
- تري في سباحه الظهر ان يبدأ مرحله المسك بانثناء العضد والساعد

يتضح من جدول (٢) عدم وجود فروق داله احصائيه عند مستوي مغنويه ٠.٠٥ بين استجابات عينه البحث حيث كانت قيمه كا ٢ المحسوبه اصغر من قيمه كا ٢ الجدوليه وذلك في العبارات التي اكدت علي :

- يعتبر الطفو سوبر مان (بطن و ظهر) من المهارات التمهيديه لتعلم السباحه
- يعتبر تعليم مهاره الزفير في الماء من الانف امرا اساسي في بدايه البرنامج التعليمي
- تري ان مهاره الوقوف في الماء مهاره اساسيه لتعليم السباحه
- يجب تعليم مهاره الزفير في الماء فقط من الانف طوال البرنامج التعليمي
- تري ان مهاره الوقوف في الماء مهاره اساسيه لتعليم السباحه
- يجب تعليم الكاتش في سباحه الظهر باستخدام طريقه دوره الكامله للذراع الايمن ثم دوره الكامله للذراع الايسر

ويري الباحث ان الصوره قد اتضحت لنقاط الاختلاف الكبرى في البرامج التعليميه الموجوده بجمهورية مصر العربيه التي اكد عليها عينه البحث بالاتفاق حول الاستجابه موافق ووجود فروق بين الاستجابات الثلاثه كما وضحت نقاط الاتفاق حول غير موافق وهناك مهارات لا يوجد فروق



بين الاستجابات الثلاثة والتي سيقوم علي استبعادها وفي نهايه الامر سيتمكن الباحث من وضع المستويات التعليميه بمهارتها المختلفه خلال البرنامج المقترح وهذا يتفق مع كلا من " علي زكي , طارق ندا " (١٩٩٤) إلى أن هناك خمسة أسس تحدد الأداء الفني السليم في أي سباحة من السباحات وهي أن يكون الجسم انسيابيا في اتجاه الحركة , الاستفادة من جميع الحركات التي تسبب تقدم الجسم في اتجاه الحركة , الاسترخاء , الاتزان وذلك من خلال إتقان الطفو ومراحل الدخول والمسك والسحب والدفع والانزلاق.

ويتفق "صلاح السيد حسن" (١٩٩٣) على أن الاختبار المهاري يجب أن يكون مماثل تماما لنموذج الأداء المهاري الذي يتم تحديده علي أسس المفاهيم البيوميكانيكية والفسولوجية والسيكولوجية والجمالية حيث تكون معيارا للاختبار القائم, علي أن يكون هذا النموذج معيارا للاختبارات المهارية .

عرض ومناقشه نتائج التساؤل الثالث : ما هي نقاط تعارض اختبارات النجوم مع المستويات التعليميه؟

جدول (٣)

التكرارات والنسب المتويه والوزن الترجيحي والاهميه النسبيه وقيمه كا ٢ محاور الاستبيان (محور نقاط تعارض اختبارات النجوم مع المستويات التعليميه)

| م | موافق | | التي حد ما | | غير موافق | | الاهميه النسبيه | الوزن الترجيحي | كا ٢ |
|----|-------|------|------------|------|-----------|------|-----------------|----------------|--------|
| | تكرار | نسبه | تكرار | نسبه | تكرار | نسبه | | | |
| 1 | 15 | 33% | 27 | 60% | 3 | 7% | 102 | 75.56% | 19.200 |
| 2 | 15 | 33% | 15 | 33% | 15 | 33% | 90 | 66.67% | 0.000 |
| 3 | 40 | 89% | 3 | 7% | 2 | 4% | 128 | 94.81% | 62.533 |
| 4 | 39 | 87% | 5 | 11% | 1 | 2% | 128 | 94.81% | 58.133 |
| 5 | 27 | 60% | 9 | 20% | 9 | 20% | 108 | 80.00% | 14.400 |
| 6 | 12 | 27% | 13 | 29% | 19 | 42% | 81 | 61.36% | 1.933 |
| 7 | 12 | 27% | 10 | 22% | 23 | 51% | 79 | 58.52% | 6.533 |
| 8 | 39 | 87% | 3 | 7% | 3 | 7% | 126 | 93.33% | 57.600 |
| 9 | 30 | 67% | 10 | 22% | 5 | 11% | 115 | 85.19% | 23.333 |
| 11 | 29 | 64% | 10 | 22% | 6 | 13% | 113 | 83.70% | 20.133 |
| 12 | 25 | 56% | 10 | 22% | 10 | 22% | 105 | 77.78% | 10.000 |
| 13 | 15 | 33% | 15 | 33% | 15 | 33% | 90 | 66.67% | 0.000 |
| 14 | 24 | 53% | 12 | 27% | 9 | 20% | 105 | 77.78% | 8.400 |
| 15 | 24 | 53% | 10 | 22% | 11 | 24% | 103 | 76.30% | 8.133 |
| 16 | 15 | 33% | 15 | 33% | 15 | 33% | 90 | 66.67% | 0.000 |
| 17 | 27 | 60% | 9 | 20% | 9 | 20% | 108 | 80.00% | 14.400 |
| 18 | 27 | 60% | 5 | 11% | 13 | 29% | 104 | 77.04% | 16.533 |



| | | | | | | | | | |
|--------|---------|-----|-----|----|-----|----|------|----|----|
| 84.133 | 98.52% | 133 | 2% | 1 | 0% | 0 | 98% | 44 | 19 |
| 10.000 | 55.56% | 75 | 56% | 25 | 22% | 10 | 22% | 10 | 20 |
| 10.000 | 77.78% | 105 | 22% | 10 | 22% | 10 | 56% | 25 | 21 |
| 10.133 | 78.52% | 106 | 20% | 9 | 24% | 11 | 56% | 25 | 22 |
| 40.000 | 88.89% | 120 | 11% | 5 | 11% | 5 | 78% | 35 | 23 |
| 0.000 | 66.67% | 90 | 33% | 15 | 33% | 15 | 33% | 15 | 24 |
| 90.000 | 100.00% | 135 | 0% | 0 | 0% | 0 | 100% | 45 | 25 |
| 0.000 | 66.67% | 90 | 33% | 15 | 33% | 15 | 33% | 15 | 26 |
| 1.200 | 62.22% | 84 | 40% | 18 | 33% | 15 | 27% | 12 | 27 |
| 12.133 | 78.52% | 106 | 22% | 10 | 20% | 9 | 58% | 26 | 28 |
| 0.133 | 67.41% | 91 | 33% | 15 | 31% | 14 | 36% | 16 | 29 |
| 0.533 | 69.63% | 94 | 29% | 13 | 33% | 15 | 38% | 17 | 30 |
| 6.533 | 74.81% | 101 | 27% | 12 | 22% | 10 | 51% | 23 | 31 |
| 4.933 | 58.52% | 79 | 49% | 22 | 27% | 12 | 24% | 11 | ٣٢ |
| 5.200 | 73.33% | 99 | 29% | 13 | 22% | 10 | 49% | 22 | ٣٣ |
| 34.533 | 49.63% | 67 | 73% | 33 | 4% | 2 | 22% | 10 | ٣٤ |
| 48.533 | 91.85% | 124 | 7% | 3 | 11% | 5 | 82% | 37 | ٣٥ |
| 48.533 | 41.48% | 56 | 82% | 37 | 11% | 5 | 7% | 3 | ٣٦ |
| 40.533 | 42.96% | 58 | 78% | 35 | 16% | 7 | 7% | 3 | ٣٧ |

قيمه كا٢ الجدوليه عند مستوي معنويه ٠,٠٥ = ٥,٩٩

يتضح من جدول (٣) وجود فروق داله احصائيه عند مستوي معنويه ٠,٠٥ بين استجابات عينه البحث لصالح الاستجابيه (موافق) حيث كانت قيمه كا٢ المحسوبه اكبر من قيمه كا٢ الجدوليه وذلك في العبارات التي اكدت علي :

- تعتبر اختبارات النجوم ماهي الا وسيله لزياده موارد الاتحاد كما يقولون وليست منهج من اتحاد السباحه لتوحيد الاداء السليم لكل السباحين
- تري ان هناك خلط وتكرار ما بين النجمه الاولي والنجمه الثانيه في مهارات الاداء
- تعتبر النجمه الاولي في مستوي تعليمي بعيد كل البعد عن اختبار النجمه الثانيه ولا يجب الاستغناء عن احدهما
- تري ان هناك كم هائل من المهارات لا يتيح التدرج السليم بين النجمه الثالثه والرابعه
- تري هروب معلمين السباحه من التدريب علي النجمه الثالثه حاليا نظرا لصعوبتها في اداء
- ٥٠ م فراشه للبراعم هو اخفاق في وضع النجوم علي حسب صعوبه الاداء
- تري ان تكون النجمه الثالثه عباره عن اختبار ٥٠ م صدر فقط
- تري اضافه نجمه جديده لاختبار ٥٠ م فراشه



- تري ان سباحه ٢٠٠ م متنوع هي مؤشر جيد للسباح علي انه مؤهل لتلقي الاحمال البدنيه والاعداد للسباقات
- تري اضافه نجمه جديده لاختبار ٢٠٠ م متنوع
- تري ان عدم وجود اختبارات النجوم ستجعل الفرصه سهله لجميع السباحين للاشتراك في بطولات السباحه
- تري ضروره دمج اختبارات النجوم ضمن برامج تعليم السباحه كاهداف مرحليه للسباحين واولياء الامور من اجل الاستمرار في رياضه السباحه
- تري ان العمر المناسب للانتهاء من اختبارات النجوم هو ٨ سنوات حتي يتوافر سنه تدريبيه للاشتراك بمسابقات البراعم
- تري ان العمر المناسب للانتهاء من اختبارات النجوم وهو ١٠ سنوات حتي يتوافر سنه تدريبيه للاشتراك بمسابقات الناشئين
- تري انه يكفي للمتقدم باختبار النجمه الاولي والثانيه اختبار النجمه الثانيه فقط
- تري انه يكفي للمتقدم باختبار النجمه الاولي والثانيه والثالثه والرابعه انه يكفي باختبار النجمه الرابعه فقط
- تري ان اختبارات النجوم الحاليه تعمل علي تقييم الاداء الفني للذراعين في المرحله الرجوعيه
- تري ان هناك تقييم مكرر لبعض العبارات مثل محور النهايه في اختبار النجمه الاولي
- تري ان استماره التقييم الحاليه تقوم علي تقييم نوع واحد من البدء وهو البدء العادي
- تري ان الهدف الاساسي من فصل التقييم بين ضربات الرجلين و السباحه كامله في النجمه الاولي هو وجود تباعد مناسب بين المهارات وبعضها البعض
- يتضح من جدول (٣) وجود فروق داله احصائيه عند مستوي معنويه ٠.٠٥ بين استجابات عينه البحث لصالح الاستجابيه (غير موافق) حيث كانت قيمه كا ٢ المحسوبه اصغر من قيمه كا ٢ الجدوليه وذلك في العبارات التي اكدت علي :
- تري ان هناك فجوه كبيره بين النجمه الثانيه والنجمه الثالثه
- تري ان سباحه ١٠٠ م متنوع هو مؤشر علي ان السباح جيد ومؤهل لتلقي الاحمال البدنيه والاعداد للسباقات
- تري ضروره عدم مشاركته البراعم في اختبارات النجوم الا بعد الانتهاء من تعلم طرق السباحات الاربعه كنوع من الفصل ما بين برامج التعليم وبرامج التجهيزي للسباحين



يتضح من جدول (٣) عدم وجود فروق داله احصائيه عند مستوي مغنويه ٠.٠٥ بين استجابات عينه البحث حيث كانت قيمه كا ٢ المحسوبه اصغر من قيمه كا ٢ الجدوليه وذلك في العبارات التي اكدت علي :

- يعتبر الطفو سوبر مان (بطن و ظهر) من المهارات التمهيديه لتعلم السباحه
- تري ان سباحه ١٠٠ م متنوع هو مؤشر علي ان السباح جيد ومؤهل لتلقي الاحمال البدنيه والاعداد للسباقات
- تري ان يجب ان لا يشترك البرعم في اختبارات النجوم في مصر الا بعد الانتهاء من المستويات التعليميه الخاصه بتعليم الاربع سباحات
- تري انه يكفي للمتقدم باختبار النجمه الاولي والثانيه والثالثه يكتفي باختبار النجمه الثالثه فقط
- تري ان اختبارات النجوم الحاليه تعمل علي تقييم الاداء الفني للسباحين بشكل سليم
- تري ان اختبارات النجوم الحاليه تعمل علي تقييم الاداء الفني للذراعين بمراحلها الفنيه (دخول - مسك - شد - دفع)
- تري ان اختبارات النجوم الحاليه تعمل علي تقييم الاداء الفني للذراعين في المرحله الرجوعيه
- تري ان اختبارات النجوم الحاليه تقوم علي تحديد اخطاء السباحين للمعلمين والجهاز الفني الذي سيبدأ مرحله جديده في التعامل عليها
- تري ان اختبارات النجوم وطريقه تطبيقها ماهي الا وجهه نظر للمقيم الموجود فقط
- تري ان هناك تقييم مكرر لبعض العبارات مثل محور النهايه في اختبار النجمه الاولي
- تري ان هناك توزيع للدرجات سليم علي عدد العبارات للنواحي الفنيه داخل استماره النجوم الحاليه

ويري الباحث ان من خلال معالجه نقاط الاختلاف ونقاط الضعف الموجوده واستيعدها وتعزيز نقاط القوه سيمكننا من وضع اختبارات النجوم بما يتماشى مع المستويات المهاريه الموجوده بالبرنامج المقترح

ويؤكد الباحث ضروره وضع الاختبار مراعيًا فيه كافة العوامل والايوسس لتحقيق الغرض الاسمي منه وهو تقييم مستوي الاداء المهاري للبراعم في السباحه بالاضافه ان يكون محدد مرحلي للانتقال للمرحله التاليه ولا تجعل المدربين او العاملين في المجال ان يكون لديهم القدره علي



الانتقال من مرحلة الي مرحلة دون اتمام المرحله السابقه حيث كانت الصوره الغالبه لكل المدربين هو امكانيه اختبار المستوي الاعلي دون الانتهاء من المستوي الادني .
وهذا يتفق مع ما اكده كلام من "محمد علي القط " (٢٠٠٥) احمد عصام عبد الخالق (٢٠١٥) حيث اشاروا الي ضروره أن يتم الاختبار علي فترات منتظمة للوقوف علي مدي تأثير التدريب ومدي التقدم الذي تحقق , وأن تكون هذه الاختبارات متماثلة في أدائها مع الأداء الميكانيكي لنوع السباحة التي يرغب في اختبارها , ذلك مع التأكيد علي ضرورة أن تكون طريقة تفسير النتائج بسيطة بحيث يفهمها السباح البرعم والمدرّب.

• الاستنتاجات والتوصيات

○ الاستنتاجات

في ضوء أهداف البحث وتساؤلاته وفي ضوء عينة البحث ومن خلال أسلوب المعالجة الإحصائية للبيانات وما توصل إليه البحث من نتائج أمكن للباحثان التوصل إلى استنتاجات البحث أثناء تطبيق الاستبيان كالاتي :

اهداف التصور للبرنامج :

١. توحيد برامج تعليم السباحه في مصر لبرنامج قومي لتحقيق الصداره في البطولات الدوليه والاولمبيه

٢. انهاء الصراع القائم بين الارباح المحققه للهيئات الرياضيه والمستويات الفنيه للسباحين بوضع اهداف مرحليه

٣. دمج المستويات التعليميه مع اختبارات النجوم في اهداف مرحليه واحده

الخطوط العريضة للمستويات التعليميه

١- يعتبر الطفو سوبر مان (بطن و ظهر) من المهارات الاساسيه من مهارات تعليم السباحه وليست مهارات تمهيديه

• يعتبر طفو (النجمه علي البطن - النجمه علي الظهر - طفو الطياره علي الظهر والبطن) من المهارات التمهيديه لتعليم سباحه الظهر

• يعتبر الدفع من الحائط امر هام في تعليم الطفو علي البطن والظهر ولا يمكن الانتقال الي المستوي الاعلي الا عند اتقانه

• يجب عند تعليم ضربات الرجلين حره وظهر ادائها بعرض الحمام ١٢.٥ م قبل الانتقال الي المستوي الاعلي



- يعتبر تعليم مهاره الزفير في الماء من الفم امر اساسي في بدايه البرنامج التعليمي
- يجب تعليم مهاره الزفير في الماء من الفم في بدايه البرنامج التعليمي ثم عند تعليم التنفس في سباحه الحره يتم تعليم الزفير من الانف ثم تترك الارياحيه للسباح لاختيار ما يناسبه
- يجب تعليم الكاتش في سباحه الظهر باستخدام طريقه دوره الكامله للذراعين معا ثم الثبات احد الذراعين عاليا والاخرى جانبا مع تقليل عدات التعلم
- مهاره الوقوف في الماء مهاره اساسيه للحفاظ علي سلامه المتعلمين داخل الماء فقط ومكانها السليم في متسويات تعليم سباحه الصدر
- يفضل تعليم حركات الذراعين الحره بطريقه الخروج بالذراع المستقيمه بوجود انثناء خفيف لتسهيل الحركه (ستريت ارم) من بدايه تعليم الذراعين
- حركات الذراعين الحره بطريقه الخروج بالذراع المستقيمه (ستريت ارم) هي الافضل لسباحي السرعة
- حركات الذراعين الحره بطريقه الذراع بالمرفق العالي (هاي البو) هي الافضل لسباحي المسافات الطويله الطويله
- يعتبر طريقه الخروج بالمرفق العالي ماهي الا تمرين (Drill) لتحسين الاداء لدي السباحين سواء سباحي المسافات القصيره او الطويله
- ترتيب السباحات في التعلم (حره وظهر ثم صدر ثم فراشه)
- عند تعليم سباحه الصدر ان يكون الدخول بالجبهه للامام في حركه الراس
- البدء بتعليم البدء العالي ثم التطور بتعليم التراك ستارت
- تضروه تعليم الدوران لتغير الوضع من الظهر الي سباحه الصدر في المتنوع بطريقه الشقلبه من الظهر امر بالغ الاهميه
- في سباحه الحره ان دخول الذراع الماء بالأصابع بين خط الكتف ووسط الراس
- في سباحه الحره ان يجب مد الذراع علي كامل استقامتها لمسك الماء
- في سباحه الظهر ان مرحله المسك تبدأ باثنثناء مفصل الرسغ
- في سباحه الظهر ان مرحله الشد يزداد فيها انثناء مفصل المرفق بجانب الجسم
- تكوين فرق التجهيزي بعد اتمام تعلم السباحات الاربعه والانتهاء من اختبارات النجوم



الخطوط العريضة لاختبارات النجوم وفقا للمستويات التعليميه :

- توضيح الفكره العامه من اختبارات النجوم بانها ليست وسيله لزياده موارد الاتحاد كما يقولون بل منهج من اتحاد السباحه لتوحيد الاداء السليم لكل السباحين
- توضيح الفكره العامه من وضع النجمه الاولى ماهي الا متابعه من الاتحاد مدي الالتزام بتطبيق ضربات الرجلين الحره مقترنه بضربات الرجلين الظهر لمدي اهميتها للتوازن العضلي للسباح
- ضروره فصل النجمه الثالثه الحاليه الي نجمتين احدهما لسباحه الصدر والثانيه لسباحه الفراشه
- اختبار النجوم منفصله وليست مجمعه لكل سباح بفارق زمني لا يقل عن سته اشهر
- اقتراح نجمه جديده ٢٠٠ م متنوع نظرا لانها مؤشر جيد للسباح علي انه مؤهل لتلقي الاحمال البدنيه والاعداد للسباقات
- العمر المناسب للانتهاء من اختبارات النجوم هو سن ٩ سنوات
- نظرا لان العمر المناسب للانتهاء من اختبارات النجوم هو سن ٩ سنوات يوجد فرقتين تجهيزي هم ٩ سنوات و ١٠ سنوات
- من تخلف عن اجراء الاختبارت في العمر المناسب يتم تحديد القياس الرقمي له بناء عن اجراء المتوسط الحسابي للارقام المشتركه في اخر بطوله جمهوريه
- ازاله التكرار لبعض العبارات مثل محور النهايه في اختبار النجمه الاولى
- يجب ان تتضمن اختبارات النجوم تقييم البدايه من البدء العادي الي البدء بصورته الحاليه في البطولات
- يجب ان تعمل اختبارات النجوم علي تقييم الاداء الفني للذراعين بمراحلها الفنيه (دخول - مسك - شد - دفع) (مرحله رجوعيه)
- يجب ان توضح اختبارات النجوم اخطاء السباحين للمعلمين والجهاز الفني الذي سييدا مرحله جديده في التعامل عليها
- يجب توزيع الدرجات بشكل سليم علي عدد العبارات للنواحي الفنيه داخل استماره النجوم
- المستويات التعليميه الاولى (التمهيديه) تقييم يتم من قبل الاداره الفنيه بالانديه ويعتمد من اتحاد السباحه
- التوصل الي تصور مقترح للمستويات التعليميه مقترنا باختبارات النجوم بالاتحاد المصري للسباحه بجمهوريه مصر العربيه



التوصيات :

ويتضمن هذا البحث التوصيات التي توصل إليها الباحث من خلال الدراسات النظرية وتحليل النتائج وكذلك الدراسات الميدانية التي قام بها الباحث كما يلي :

١- ضرورة اجراء ابحاث علميه لتصميم محتوى مناسب باساليب تدريسيه مناسبه لكل مستوي تعليمي من التصور المقترح

٢- تعديل اختبار النجوم وفقا للتصور المقترح من قبل الباحث للالتزام لجميع الانديه المصريه بتطبيق المستويات التعليميه المقترحه

٣- توضيح الفكره العامه امام الجمهور والمديرين الفنيين والمدربين من الغرض من تطبيقها علي هذا النحو واستبعاد الغرض المادي

٤- ضروره متابعه التطور العملي في المهارات التعليميه بصوره مستمره ووضعها تحت الدراسه

٥- بناءً على التطور العلمي يجب مراجعه التصور بفترة زمنيه خمس سنوات للاضافه والحذف من اجل تطوير العمل الحالي

٦- بناء نظام لترقي العاملين علي تعليم وتدريب السباحه بجمهوريه مصر العربيه



المراجع

المراجع العربي :

١. احمد عصام الدين عبد الخير احمد : تطوير مشروع النجوم وعلاقته بالمستوي الفني لبراعم السباحة ، رساله ماجستير ، كلية التربية الرياضيه جامعه بنها ، ٢٠١٥
٢. حاتم عبد المنعم صالح الدياسطي : معايير اختيار الأطفال المتقدمين لتعليم السباحة بالأندية المصرية (٦-٨) سنوات وفقاً للبرامج الموضوعه ، رساله ماجستير غير منشوره ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، ١٩٩٩م.
٣. حمدي فايد عبد العزيز : تقويم مراحل الأداء التعليمية بفصول تعليم السباحة بمركز خدمة البيئة و تنمية المجتمع في كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، رساله دكتوراه غير منشوره ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٣م.
٤. صلاح السيد حسن دقادوس : الأسس العلمية الحديثة للتقويم في الأداء الحركي ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، ١٩٩٣م.
٥. علي ذكي ، طارق ندا : السباح ، المركز العربي للنشر ، الزقازيق ، ١٩٩٤م.
٦. محمد على القط : إستراتيجية التدريب الرياضي في السباحة ، ج ٢ ، المركز العربي للنشر ، الزقازيق ، ٢٠٠٥م.
٧. مدحت صبري غنيم (٢٠٠٩) : دراسته تقويميه لاختبارات النجوم في السباحه بجمهوريه مصر العربيه ، رساله ماجستير ، كلية التربية الرياضيه جامعه بنها ، ٢٠٠٩م
٨. وفيقة مصطفى سالم : الرياضات المائية ، الإسكندرية ، منشأة المعارف ، ٢٠٠٠م.

المراجع الاجنبيه :

9. Baumgartner t.a And JACKSON: **Measurement for evaluation in physical education**، Houghton Mifflin Company Boston and London، ٢٠١٠
10. Bucher، C.A: **Physical Education for Children Movement Foundations and Experience**، Macmillan، Publishing co.، New York، ٢٠٠٩
11. Charles M.T: **Foundation in Physical Education the C.V Mosby seventh Evaluation**، ٢٠٠٦.
12. Cox، I: **Fundamentals of competitive swimming for 8 and under based on breath**، American swimming coaches association، colamin Florida ، U.S.A، ٢٠١٤.
13. Dick Hunnula: **Coaching Swimming Successfully، human Kinetics**، ٢٠٠٧.



14. Margaret j. Safrit: **Introduction to Measurement in Physical Education and exercises**, Third Education, ٢٠٠٥.
15. Evabory: **Teaching Children to Swim**, palpably Netted, New South Wales, U.S.A, ٢٠٠٠.
16. Good, C. V. **Dictionary of Education**, 3rd Ed, Mc. Grow Hill, New York, 1993.
17. Haskins Met: **Evaluation In Physical Education** William C Broncos Dubuque's Loma , ٢٠١٤
18. Kathrgn G .Baylees and other: **Recreational sports programming, the athletic institute** ٢٠١٢.
19. Quinlan Queensland **Deeps of education production survives branch Australia**, ١٩٩٩.
20. Refugee, _ R; **CHIFFLET, _P :An assessment of the technical proficiency of students**, journal of sciences and sport technical activity, viol 19, No, 45 April: 71-79 ٢٠٠
21. Vickers, Vincent: **Swimming Library of Congers catalog card**, W.M.C.W. brawn, sixth Education, ٢٠٠٢.